

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 310 siswa kelas X SMAN 1 Cerme Gresik, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orangtua memiliki pengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri siswa. Hal ini dibuktikan melalui uji regresi linear sederhana yang menghasilkan nilai $F = 50,392$ dengan signifikansi $p < 0,05$. Besarnya kontribusi dukungan sosial orangtua terhadap penyesuaian diri adalah 14,1%, yang menunjukkan bahwa dukungan orangtua merupakan salah satu faktor penting dalam proses adaptasi siswa, meskipun terdapat faktor-faktor lain yang turut berpengaruh.

Sebagian besar siswa dalam penelitian ini berada pada kategori sedang baik dalam hal dukungan sosial orangtua maupun penyesuaian diri. Artinya, meskipun siswa telah memperoleh perhatian dan bantuan dari orangtua, belum sepenuhnya optimal dalam menghadapi tantangan adaptasi di lingkungan sekolah baru, baik dari aspek hubungan sosial, pengelolaan emosi, maupun kepercayaan diri.

Mayoritas siswa dalam penelitian ini, yaitu sebesar 73%, menunjukkan tingkat penyesuaian diri dan tingkat dukungan sosial orangtua yang berada pada kategori sedang. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa cukup mampu beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru, meskipun dukungan dari orangtua masih perlu dioptimalkan agar proses penyesuaian diri dapat berlangsung lebih efektif dan mendalam. Dari sisi bentuk dukungan, jenis dukungan instrumental dan informasi dari orangtua merupakan yang paling banyak mendapatkan respons positif dari siswa. Contohnya, penyediaan alat belajar mendapat tanggapan positif sebesar 94%, dan diskusi tentang rencana masa depan mencapai 95%. Sebaliknya, bentuk dukungan yang bersifat terlalu mengatur, seperti larangan mengikuti kegiatan sekolah, cenderung kurang disukai oleh siswa.

Dalam aspek penyesuaian diri, indikator yang paling menonjol adalah gambaran diri positif, di mana sebanyak 95% siswa merasa bangga dapat beradaptasi dengan budaya sekolah baru. Namun demikian, tantangan utama yang dihadapi siswa terlihat pada kemampuan dalam

mengatasi stres akademik. Hal ini ditunjukkan oleh fakta bahwa 43% siswa masih merasa panik saat menghadapi ujian, yang menandakan perlunya strategi coping dan dukungan tambahan agar siswa dapat lebih siap menghadapi tekanan akademik.

5. 2 Saran

Berdasarkan temuan penelitian, berikut rekomendasi untuk berbagai pihak:

1. Bagi Orangtua:

Diharapkan orangtua dapat meningkatkan keterlibatan emosional dan komunikasi terbuka dengan anak, tidak hanya memberi perhatian, tetapi juga menyediakan waktu untuk mendengarkan keluhan, memberi nasihat yang membimbing, serta membantu secara langsung dalam kegiatan belajar. Dukungan yang konsisten akan membantu siswa membangun kepercayaan diri dan ketahanan emosional saat menghadapi perubahan lingkungan.

2. Bagi Sekolah (Guru/BK):

Pihak sekolah sebaiknya memperkuat **kemitraan dengan orangtua** dalam mendampingi proses adaptasi siswa baru. Guru Bimbingan dan Konseling dapat mengadakan kegiatan konseling kelompok atau program orientasi sosial yang mendorong siswa lebih terbuka dan mampu menjalin hubungan yang sehat dengan teman sebaya dan lingkungan sekolah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut dengan memasukkan variabel lain seperti kepercayaan diri, kecerdasan emosional, atau keterlibatan teman sebaya sebagai prediktor penyesuaian diri. Metode campuran (mixed methods) juga dapat digunakan untuk menggali dinamika dukungan sosial secara lebih mendalam.

4. Bagi Siswa:

Siswa diharapkan lebih aktif dalam membangun hubungan sosial yang positif dan tidak hanya bergantung pada dukungan dari luar, tetapi juga mengembangkan strategi penyesuaian diri secara mandiri, seperti keterbukaan terhadap pengalaman baru, manajemen stres, dan pengelolaan emosi.