

BAB II

KAJIAN TEORI

1.1. Penyesuaian Diri

1.1.1. Definisi Penyesuaian diri

Begitu banyak tokoh dunia yang menjelaskan tentang pengertian dari istilah penyesuaian diri (*adjustment*). Semua yang dijelaskan terkait definisi penyesuaian diri akan mempunyai inti arti tersebut. Sebagaimana yang telah diketahui bahwa penyesuaian diri adalah bagaimana seorang individu mampu untuk menghadapi berbagai sesuatu yang timbul dari lingkungan.

Menurut Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefinisikan penyesuaian diri dapat ditinjau dari 3 sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri sama dengan adaptasi. (Ali dan Asrori, 2006, p. 173 – 175)

Hurlock (dalam Gunarsa & Gunarsa, 2004, p. 93) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah subjek yang mampu menyesuaikan diri kepada umum atau kelompoknya dan orang tersebut memperlihatkan sikap dan perilaku yang menyenangkan, berarti orang tersebut diterima oleh kelompok dan lingkungannya.

Menurut Gunarsa & Gunarsa (2004, p. 95) penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Sehingga penyesuaian diri dalam hidup harus dilakukan supaya terjadi keseimbangan dan tidak ada tekanan yang dapat mengganggu suatu dimensi kehidupan.

Ali dan Asrori (2011, p. 175) juga menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustrasi, konflik, serta untuk menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tempat individu berada.

Dari berbagai definisi yang telah disebutkan di atas, maka dapat ditarik kesimpulan yang sesuai dengan topik penelitian terkait dengan bidang pendidikan, bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses perubahan dalam diri pada peserta didik, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk berubah sesuai dengan jurusan studi yang telah ditentukan dan menghadapi segala keadaan yang bertolak belakang dengan peserta didik tersebut sehingga tercapai tujuan sekolah, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

1.1.2. Aspek – Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Atwater (1983, p. 36) dalam penyesuaian diri harus dilihat dari tiga aspek yaitu diri kita sendiri, orang lain dan perubahan yang terjadi. Namun pada dasarnya

penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu: penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Untuk lebih jelasnya kedua aspek tersebut akan diuraikan sebagai berikut :

1. Penyesuaian Pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Ia menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggungjawab, dongkol, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya kegoncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya.

Sebaliknya kegagalan penyesuaian pribadi ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai akibat adanya gap antara individu dengan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungan. Gap inilah yang menjadi sumber terjadinya konflik yang kemudian terwujud dalam rasa takut dan kecemasan, sehingga untuk meredakannya individu harus melakukan penyesuaian diri.

2. Penyesuaian Sosial

Setiap individu hidup di dalam masyarakat. Di dalam masyarakat tersebut terdapat proses saling mempengaruhi satu sama lain silih berganti. Dari proses tersebut timbul suatu pola kebudayaan dan tingkah laku sesuai dengan sejumlah aturan, hukum,

adat dan nilai-nilai yang mereka patuhi, demi untuk mencapai penyelesaian bagi persoalan-persoalan hidup sehari-hari. Dalam bidang ilmu psikologi sosial, proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial. Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum. Dalam hal ini individu dan masyarakat sebenarnya sama-sama memberikan dampak bagi komunitas. Individu menyerap berbagai informasi, budaya dan adat istiadat yang ada, sementara komunitas (masyarakat) diperkaya oleh eksistensi atau karya yang diberikan oleh sang individu.

Apa yang diserap atau dipelajari individu dalam proses interaksi dengan masyarakat masih belum cukup untuk menyempurnakan penyesuaian sosial yang memungkinkan individu untuk mencapai penyesuaian pribadi dan sosial dengan cukup baik. Proses berikutnya yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. Setiap masyarakat biasanya memiliki aturan yang tersusun dengan sejumlah ketentuan dan norma atau nilai-nilai tertentu yang mengatur hubungan individu dengan kelompok. Dalam proses penyesuaian sosial individu mulai berkenalan dengan kaidah-kaidah dan peraturan-peraturan tersebut lalu mematuhi sehingga menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah laku kelompok.

Kedua hal tersebut merupakan proses pertumbuhan kemampuan individu dalam rangka penyesuaian sosial untuk menahan dan mengendalikan diri. Pertumbuhan kemampuan ketika mengalami proses penyesuaian sosial, berfungsi seperti pengawas

yang mengatur kehidupan sosial dan kejiwaan. Boleh jadi hal inilah yang dikatakan Freud sebagai hati nurani (super ego), yang berusaha mengendalikan kehidupan individu dari segi penerimaan dan kerelaannya terhadap beberapa pola perilaku yang disukai dan diterima oleh masyarakat, serta menolak dan menjauhi hal-hal yang tidak diterima oleh masyarakat.

Schneiders mengungkapkan bahwa penyesuaian diri yang baik meliputi enam aspek sebagai berikut :

- 1) Kontrol terhadap emosi yang berlebihan. Aspek ini menekankan kepada adanya kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan secara cermat dan dapat menentukan berbagai kemungkinan pemecahan masalah ketika muncul hambatan. Bukan berarti tidak ada emosi sama sekali, tetapi lebih kepada kontrol emosi ketika menghadapi situasi tertentu.
- 2) Mekanisme pertahanan diri yang minimal. Aspek ini menjelaskan pendekatan terhadap permasalahan lebih mengindikasikan respon yang normal dari pada penyelesaian masalah yang memutar melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri yang disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi. Individu dikategorikan normal jika bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha kembali untuk mencapai tujuan yang ditetapkan. Individu dikatakan mengalami gangguan penyesuaian jika individu mengalami kegagalan dan menyatakan bahwa tujuan tersebut tidak berharga untuk dicapai.
- 3) Frustrasi personal yang minimal. Individu yang mengalami frustrasi ditandai dengan perasaan tidak berdaya dan tanpa harapan, maka akan sulit bagi individu untuk

- mengorganisir kemampuan berpikir, perasaan, motivasi dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian.
- 4) Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik serta kemampuan mengorganisasi pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk memecahkan masalah, dalam kondisi sulit sekalipun menunjukkan penyesuaian yang normal. Individu tidak mampu melakukan penyesuaian diri yang baik apabila individu dikuasai oleh emosi yang berlebihan ketika berhadapan dengan situasi yang menimbulkan konflik.
 - 5) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu. Penyesuaian normal yang ditunjukkan individu merupakan proses belajar berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres. Individu dapat menggunakan pengalamannya maupun pengalaman orang lain melalui proses belajar. Individu dapat melakukan analisis mengenai faktor-faktor apa saja yang membantu dan mengganggu penyesuaiannya.
 - 6) Sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional, kemampuan menilai situasi, masalah dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan sebenarnya.

1.1.3. Kriteria Penyesuaian Diri

Scheneiders (1964, p. 51) mengemukakan beberapa kriteria penyesuaian yang tergolong baik (*well adjustment*) ditandai dengan:

1. Pengetahuan dan tilikan terhadap diri sendiri,

2. Obyektivitas diri dan penerimaan diri,
3. Pengendalian diri dan perkembangan diri,
4. Keutuhan pribadi,
5. Tujuan dan arah yang jelas,
6. Perspektif, skala nilai dan filsafat hidup memadai,
7. Rasa humor,
8. Rasa tanggung jawab,
9. Kematangan respon,
10. Perkembangan kebiasaan yang baik,
11. Adaptabilitas,
12. Bebas dari respon-respon yang simptomatis (gejala gangguan mental),
13. Kecakapan bekerja sama dan menaruh minat kepada orang lain,
14. Memiliki minat yang besar dalam bekerja dan bermain,
15. Kepuasan dalam bekerja dan bermain, dan
16. Orientasi yang menandai terhadap realitas.

Schneiders juga mengungkapkan bahwa individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik (*well adjustment person*) adalah mereka dengan segala keterbatasannya, kemampuannya serta kepribadiannya telah belajar untuk bereaksi terhadap diri sendiri dan lingkungannya dengan cara efisien, matang, bermanfaat, dan memuaskan. Efisien artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut dapat memberikan hasil yang sesuai dengan yang diinginkan tanpa banyak mengeluarkan energi, tidak membuang waktu banyak, dan sedikit melakukan kesalahan. Matang artinya bahwa individu tersebut dapat memulai dengan melihat dan menilai situasi dengan kritis sebelum bereaksi. Bermanfaat

artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut bertujuan untuk kemanusiaan, berguna dalam lingkungan sosial, dan yang berhubungan dengan Tuhan. Selanjutnya, memuaskan artinya bahwa apa yang dilakukan individu tersebut dapat menimbulkan perasaan puas pada dirinya dan membawa dampak yang baik pada dirinya dalam bereaksi selanjutnya. Mereka juga dapat menyelesaikan konflik-konflik mental, frustrasi dan kesulitan-kesulitan dalam diri maupun kesulitan yang berhubungan dengan lingkungan sosialnya serta tidak menunjukkan perilaku yang memperlihatkan gejala menyimpang.

Selain itu, penyesuaian diri bersifat relatif, hal tersebut dikarenakan beberapa hal berikut:

1. Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu untuk mengubah atau memenuhi banyaknya tuntutan yang ada pada dirinya. Kemampuan ini dapat berbeda-beda pada masing-masing individu sesuai dengan kepribadian dan tahap perkembangannya.
2. Kualitas penyesuaian diri yang dapat berubah-ubah sesuai dengan situasi masyarakat dan kebudayaan tempat penyesuaian diri dilakukan.
3. Adanya perbedaan dari masing-masing individu karena pada dasarnya setiap individu memiliki saat-saat yang baik dan buruk dalam melakukan penyesuaian diri, tidak terkecuali bagi individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik (well adjustment) karena terkadang ia pun dapat mengalami situasi yang tidak dapat dihadapi atau diselesaikannya.

1.1.4. Tahapan Proses Penyesuaian Diri

Usaha penyesuaian diri dapat berlangsung dengan baik dan dapat juga berlangsung tidak baik. Penyesuaian diri yang baik adalah dengan mempunyai ciri-ciri dapat diterima di suatu kelompok, dapat menerima dirinya sendiri, dapat menerima kekurangan dan kelebihan diri sendiri. Sedangkan penyesuaian diri yang tidak baik ditunjukkan dengan buruknya hubungan sosial individu dengan lingkungan sekitarnya.

Penyesuaian diri yang baik adalah yang selalu ingin diraih setiap orang yang tidak akan dapat tercapai, kecuali bila kehidupan orang tersebut benar-benar terhindar dari tekanan, kegoncangan dan ketegangan jiwa yang bermacam-macam, serta orang tersebut mampu untuk menghadapi kesukaran dengan cara objektif serta berpengaruh bagi kehidupannya, menikmati kehidupannya dengan stabil, tenang, merasa senang, tertarik untuk bekerja, dan berprestasi.

Ada beberapa langkah efektif dalam menyesuaikan diri, diantaranya yaitu :

- a. persepsi yang akurat terhadap realitas

kemampuan individu untuk mengetahui konsekuensi dari segala tingkah lakunya. Dengan adanya kemampuan untuk mengetahui apa yang menjadi akibat dari perilakunya, individu diharapkan dapat menghindari perilaku-perilaku yang dapat mengganggu ketentraman bersama.

- b. kemampuan untuk mengatasi kecemasan dan stres

individu memiliki kemampuan untuk mentoleransi hambatan - hambatan yang ada saat mencapai tujuan hidupnya. Tidak ada suatu kecemasan maupun stress yang membebani individu untuk mencapai tujuannya.

- c. citra diri yang positif

individu menyadari kondisi kehidupannya saat ini. Individu mampu mengenali kelamahan maupun kelebihan yang ada pada dirinya.

- d. kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya

individu yang sehat akan mampu mengekspresikan emosinya dan ia akan memiliki kendali atas emosinya sendiri. Dengan adanya kendali atas emosinya maka ia tidak akan merugikan lingkungannya.

- e. hubungan antar pribadi yang baik.

Individu akan memiliki hubungan yang aman dan nyaman dengan lingkungan sosialnya.

Untuk mendapatkan solusi yang terbaik bagi gangguan penyesuaian diri, setidaknya seseorang harus mengetahui ukuran tingkat kualitas dan juga tingkat penyesuaian diri pribadi atau sosial. Apabila kita telah mengetahui penyesuaian diri yang baik dan ukuran-ukuran kesehatan mental, maka kita dapat mengarahkan usaha-usaha kita dengan baik dan efektif pada waktu kita membantu orang lain.

Langkah pertama yang kita mulai dalam proses penyesuaian diri yang baik yakni pemahaman (insight) dan pengetahuan tentang diri sendiri (self-knowledge). Dengan insight dan self-knowledge terhadap diri sendiri, maka kita dapat mengetahui kapabilitas dan kekurangan diri kita sendiri dan kita dapat menangani secara efektif masalah-masalah penyesuaian diri. Pengetahuan tentang diri sendiri memerlukan perincian yang baik tentang kekuatan dan kelemahan kita sendiri. Dengan mengetahui kelemahan itu, sekurang-kurangnya kita berusaha untuk mengurangi atau menghilangkan pengaruh-pengaruhnya terhadap kehidupan-kehidupan kita. Dan sebaliknya, dengan mengetahui kekuatan kita sendiri, maka kita berada pada posisi yang lebih baik. Untuk menggunakannya demi pertumbuhan pribadi. Perbaikan diri dimulai dengan keberanian dan kepastian untuk menghadapi kebenaran tentang diri sendiri.

Kemudian langkah selanjutnya yakni pengendalian diri sendiri yang berarti orang-orang mengatur implus-implus, pikiran-pikiran, kebiasaan-kebiasaan, emosi-emosi dan tingkahlaku berkaitan dengan prinsip-prinsip yang dikenakan pada diri sendiri atau tuntunan-tuntunan yang dikenakan oleh masyarakat. Dengan demikian individu yang komfusif, histris atau obsesif, atau orang yang menjadi korban kekhawatiran, sifat yang terlalu berhati-hati, ledakan amarah, kebiasaan gugup, merasa sulit atau tidak mungkin menanggulangi dengan baik tugas-tugas dan masalah sehari-sehari.

Pengendalian diri adalah dasar bagi integrasi pribadi yang merupakan salah satu kualitas yang penting dari orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik dan salah satu standar yang baik dalam menentukan tingkat penyesuaian diri. Selanjutnya dalam mengembangkan pengendalian dan integrasi, pembentukan “kebiasaan-kebiasan yang

bermanfaat” adalah penting karena banyak penyesuaian diri individu tiap saat diakibatkan oleh tingkah laku menurut kebiasaan (habitual behavior) dan biasanya penyesuaian diri yang baik tidak dapat dirusak oleh sistem-sistem yang tidak efisien atau tidak sempurna.

1.1.5. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (dalam Ali & Asrori, 2011, p. 181) setidaknya ada lima faktor yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri (khusus remaja) adalah sebagai berikut:

a. Kondisi fisik

Seringkali kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek yang berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah sebagai berikut:

1. Hereditas dan kondisi fisik, Dalam mengidentifikasi pengaruh hereditas terhadap penyesuaian diri, lebih digunakan pendekatan fisik karena hereditas dipandang lebih dekat dan tak terpisahkan dari mekanisme fisik. Dari sini berkembang prinsip umum bahwa semakin dekat kapasitas pribadi, sifat atau kecenderungan berkaitan dengan konstitusi fisik maka akan semakin besar pengaruhnya terhadap penyesuaian diri. Bahkan dalam hal tertentu, kecenderungan kearah malasuai (maladjustment) diturunkan secara genetis khususnya melalui media temperamen. Temperamen merupakan komponen utama karena dari temperamen itu muncul karakteristik yang paling dasar dari kepribadian, khususnya dalam memandang hubungan emosi dengan penyesuaian diri.

2. Sistem utama tubuh, Termasuk ke dalam sistem utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar dan otot. Sistem syaraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi-fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal yang akhirnya berpengaruh secara baik pula kepada penyesuaian diri. Dengan kata lain, fungsi yang memadai dari sistem syaraf merupakan kondisi umum yang diperlukan bagi penyesuaian diri yang baik. Sebaliknya penyimpangan didalam system syaraf akan berpengaruh terhadap kondisi mental yang penyesuaian dirinya kurang baik.
3. Kesehatan fisik, Penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat daripada yang tidak sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, kepercayaan diri, harga diri dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri. Sebaliknya kondisi fisik yang tidak sehat dapat mengakibatkan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, atau bahkan menyalahkan diri sehingga akan berpengaruh kurang baik bagi proses penyesuaian diri.

b. Kepribadian

Unsur –unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri adalah sebagai berikut:

1. Kemauan dan kemampuan untuk berubah (modifiability), Kemauan dan kemampuan untuk berubah merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Sebagai suatu proses yang dinamis dan berkelanjutan, penyesuaian diri membutuhkan kecenderungan untuk berubah dalam

- bentuk kemauan, perilaku, sikap, dan karakteristik sejenis lainnya. Oleh sebab itu semakin kaku dan tidak ada kemauan serta kemampuan untuk merespon lingkungan, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.
2. Pengaturan diri (self regulation), Pengaturan diri sama pentingnya dengan penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan malasuai dan penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat ,mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realisasi diri.
 3. Relisasi diri (self relization), Telah dikatakan bahwa pengaturan kemampuan diri mengimplikasi potensi dan kemampuan kearah realisasi diri. Proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara bertahap sangat erat kaitanya dengan perkembangan kepribadian. Jika perkembangan kepribadian berjalan normal sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, di dalamnya tersirat portensi laten dalam bentuk sikap, tanggung jawab, penghayatan nilai- nilai, penghargaan diri dan lingkungan, serta karakteristik lainnya menuju pembentukan kepribadian dewasa. Semua itu unsur-unsur penting yang mendasari relaitas diri.
 4. Intelegensi, Kemampuan pengaturan diri sesungguhnya muncul tergantung pada kualitas dasar lainnya yang penting peranannya dalam pemyesuaian diri, yaitu kualitas intelegensi. Tidak sedikit, baik buruknya penyesuaian diri seseorang ditentukan oleh kapasitas intelektualnya atau intelegensinnya. Intelegensi sangat penting bagi perolehan gagasan, prinsip, dan tujuan yang memainkan peranan penting dalam proses penyesuain diri. Misalnya kualitas pemikiran seseorang dapat

memungkinkan orang tersebut melakukan pemilihan dan mengambil keputusan penyesuaian diri secara intelegensi dan akurat.

c. Proses belajar (*Education*)

Termasuk unsur-unsur penting dalam education atau pendidikan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu antara lain:

1. Belajar, Kemauan belajar merupakan unsur terpenting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respon dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap kedalam diri individu melalui proses belajar. Oleh karena itu kemauan untuk belajar dan sangat penting karena proses belajar akan terjadi dan berlangsung dengan baik dan berkelanjutan manakalah individu yang bersangkutan memiliki kemauan yang kuat untuk belajar. Bersamaan dengan kematangan, belajar akan muncul dalam bentuk kapasitas dari dalam atau disposisi terhadap respon. Oleh sebab itu, perbedaan pola-pola penyesuaian diri sejak dari yang normal sampai dengan yang malasuai, sebagian besar merupakan hasil perbuatan yang dipengaruhi oleh belajar dan kematangan.
2. Pengalaman, Ada dua jenis pengalaman yang memiliki nilai signifikan terhadap proses penyesuaian diri, yaitu (1) pengalaman yang menyangatkan (*salutary experiences*) dan (2) pengalaman traumatic (*traumatic experinces*). Pengalaman yang menyangatkan adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai suatu yang menyenangkan, mengasyikkan, dan bahkan di rasa ingin mengulangnya kembali. Pengalaman seperti ini akan dijadikan dasar untuk ditransfer oleh individu ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Adapun pengalaman

- trauma adalah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat tidak menyenangkan, menyedihkan, atau bahkan sangat menyakitkan sehingga individu tersebut sangat tidak ingin peristiwa itu terulang lagi.
3. Latihan, Latihan merupakan proses belajar yang diorientasikan kepada perolehan keterampilan atau kebiasaan. Penyesuaian diri sebagai suatu proses yang kompleks yang mencakup didalamnya proses psikologis dan sosiologis maka memerlukan latihan yang sungguh-sungguh agar mencapai hasil penyesuaian diri yang baik. Tidak jarang seseorang yang sebelumnya memiliki kemampuan penyesuaian diri yang kurang baik dan kaku, tetapi melakukan latihan secara sungguh-sungguh, akhirnya lambat laun menjadi bagus dalam setiap penyesuaian diri dengan lingkungan baru.
 4. Deteminasi diri, Berkaitan erat dengan penyesuaian diri adalah sesungguhnya individu itu sendiri untuk melakukan proses penyesuaian diri.

d. Lingkungan

Berbicara faktor lingkungan sebagai variabel yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri sudah tentu meliputi lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat.

1. Lingkungan Keluarga

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu.

2. Lingkungan Sekolah

Lingkungan sekolah menjadi kondisi yang memungkinkan untuk berkembangnya atau terhambatnya proses berkembangnya penyesuaian diri. Pada umumnya sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai – nilai, sikap, dan moral peserta didik.

3. Lingkungan Masyarakat

Konsistensi nilai – nilai, sikap, aturan – aturan, norma, moral, dan perilaku masyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan penyesuaian dirinya.

e. Agama serta budaya

Agama berkaitan erat dengan faktor budaya agama memberikan sumbangan nilai – nilai, keyakinan, praktik – praktik yang memberikan makna yang sangat mendalam, tujuan, serta kestabilan dan keseimbangan hidup individu. Agama secara konsisten dan terus menerus mengingatkan manusia yang diciptakan oleh Tuhan, bukan sekedar nilai – nilai instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia. Selain itu budaya juga merupakan faktor yang berpengaruh terhadap kehidupan individu. Hal ini terlihat jika dilihat dari karakteristik budaya yang diwariskan kepada individu melalui berbagai media dalam lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Dengan demikian faktor agama serta budaya memberikan sumbangan yang berarti terhadap perkembangan penyesuaian diri individu.

1.1.6. Karakteristik Penyesuaian Diri

Tidak semua individu berhasil dalam menyesuaikan diri dan banyak rintangannya, baik dari dalam maupun luar. Beberapa individu ada yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Berikut ini akan ditinjau dari karakteristik penyesuaian diri, yaitu (Hartinah, 2008, p. 186):

a) Penyesuaian Diri Secara Positif

Mereka tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut:

- a. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
- b. Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis.
- c. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- d. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
- e. Mampu dalam belajar.
- f. Menghargai pengalaman.
- g. Bersikap realistis dan objektif.

Dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, individu akan melakukannya dalam berbagai bentuk, antara lain:

1. Penyesuaian dengan menghadapi masalah secara langsung.

Individu secara langsung menghadapi masalahnya dengan mengemukakan alasan – alasannya, misalnya seorang remaja yang hamil sebelum menikah akan menghadapinya secara langsung dan berusaha mengemukakan segala alasan pada orangtuanya.

2. Penyesuaian dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)

Individu mencari berbagai cara untuk mampu menyesuaikan diri dengan situasinya saat itu sebagai suatu pengalaman misalnya seorang peserta didik yang merasa kurang mampu dalam mengerjakan tugas membuat makalah akan mencari bahan dalam upaya menyelesaikan tugas tersebut, dengan membaca buku, konsultasi, diskusi, dsb.

3. Penyesuaian dengan trial and error atau coba-coba.

Individu melakukan tindakan coba-coba dalam menghadapi masalah, jika menguntungkan akan dilanjutkan dan jika gagal maka akan dihentikan, dimana dalam hal ini pemikirannya tidak berperan dibandingkan dengan cara eksplorasi misalnya seorang pengusaha mengadakan spekulasi untuk meningkatkan usahanya.

4. Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti).

Jika individu merasa gagal dalam menghadapi masalah maka ia akan mencari pengganti untuk memperoleh atau bisa menyesuaikan diri dalam masalah tersebut misalnya gagal berpacaran secara fisik, ia akan berfantasi tentang seorang gadis idamannya.

5. Penyesuaian diri dengan menggali kemampuan diri.

Individu mencoba menggali kemampuan yang ada dalam dirinya dan kemudian dikembangkannya sehingga mampu membantunya untuk menyesuaikan diri

6. Penyesuaian dengan belajar.

Individu memperoleh banyak pengetahuan melalui belajar dan keterampilan yang dapat membantunya menyesuaikan diri misalnya seorang guru akan berusaha belajar tentang berbagai ilmu pengetahuan untuk meningkatkan kemampuan profesionalismenya

7. Penyesuaian dengan inhibisi dan pengendalian diri.

Penyesuaian diri akan lebih berhasil jika disertai dengan kemampuan memilih tindakan yang tepat dan pengendalian diri secara tepat. misalnya seorang peserta didik akan berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan pada ujian.

8. Penyesuaian dengan perencanaan yang cermat.

Tindakan yang dilakukan diambil berdasarkan perencanaan yang cermat, dan keputusan diambil setelah dipertimbangkan dari berbagai segi (dari segi untung dan ruginya).

b) Penyesuain Diri yang Negatif

Kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif, dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian yang salah. Penyesuaian diri yang salah

ditandai dengan berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistis, agresif, dan sebagainya. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian yang salah yaitu:

1. Reaksi Bertahan (*Defence Reaction*).

Individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Ia selalu berusaha untuk menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan. Bentuk khusus reaksi ini antara lain:

- a. Rasionalisasi, yaitu bertahan dengan mencari- cari alasan untuk membenarkan tindakannya
- b. Represi, yaitu berusaha untuk menekan pengalamannya yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar. Ia berusaha melupakan pengalamannya yang kurang menyenangkan. Misalnya seorang pemuda berusaha melupakan kegagalan cintanya dengan seorang gadis
- c. Proyeksi, yaitu melemparkan sebab kegagalan dirinya kepada pihak lain untuk mencari alasan yang dapat diterima. Misalnya seorang peserta didik yang tidak lulus mengatakan bahwa gurunya membenci dirinya.
- d. *Sourgrapes* yaitu dengan memutar balikkan keadaan. Misalnya seorang peserta didik yang gagal mengetik mengatakan bahwa mesin tiknya rusak, padahal dia sendiri tidak bisa mengetik.

2. Reaksi Menyerang (*Aggressive Reaction*).

Orang yang mempunyai penyesuaian diri yang salah menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya. Ia tidak mau menyadari kegagalannya. Reaksi-reaksinya tampak dalam tingkah laku:

- a. Selalu membenarkan diri sendiri
- b. Mau berkuasa dalam setiap situasi
- c. Mau memiliki segalanya
- d. Bersikap senang mengganggu orang lain
- e. Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
- f. Menunjukkan sikap permusuhan secara terbuka
- g. Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
- h. Keras kepala dalam perbuatannya
- i. Bersikap balas dendam
- j. Memperkosa hak orang lain
- k. Tindakan yang serampangan

3. Reaksi melarikan diri (*Escape Reaction*)

Dalam reaksi ini orang mempunyai penyesuaian diri yang salah akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalan, reaksinya tampak dalam tingkah laku sebagai berikut: berfantasi yaitu memasukan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan - angan (seolah-olah sudah tercapai}, banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh

diri, menjadi pecandu ganja, narkotika, dan regresi yaitu kembali kepada awal (misal orang dewasa yang bersikap dan berwatak seperti anak kecil) dan lain-lain.

1.1.7. Pengaruh Penyesuaian Diri

Individu yang melakukan penyesuaian diri akan menimbulkan berbagai pengaruh baik positif atau negatif yang sesuai dengan usaha penyesuaian diri tersebut. Pengaruh penyesuaian diri seorang individu terbagi menjadi dua yakni akibat positif dan akibat negative. Akibat yang positif terjadi apabila individu telah berhasil menyesuaikan diri terhadap lingkungannya dengan ciri – cirri sebagai berikut :

1) Memiliki persahabatan dengan individu lainnya.

Individu memiliki hubungan yang mendalam dengan kerabatnya sehingga mampu saling membutuhkan dengan kerabatnya tersebut. Terjadi suatu hubungan yang saling melengkapi antara individu tersebut dengan sahabatnya

2) Rasa bersatu denga kelompoknya

Individu memiliki perasaan menjadi bagian dari suatu kelompok dimana individu berada. Kelompok ini bisa berupa dilingkungan rumah, sekolah atau di dunia kerja.

3) Peran dalam masyarakat

Individu memiliki suatu sumbangsih terhadap kehidupan bersama. Hal ini juga ditandai dengan suatu keadaan dimana individu memiliki suatu kedudukan atau pekerjaan yang diakui oleh masyarakat.

4) Perasaan puas karena telah melakukan sesuatu.

Individu dalam keadaan ini memiliki suatu perasaan yang puas akan sesuatu yang telah dilakukannya. Rasa puas tidak menjadikannya kehilangan tujuan yang ingin dicapai.

Adapun pengaruh negatif terjadi apabila individu tidak berhasil menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana individu berada. Hal ini ditandai dengan beberapa ciri – ciri sebagai berikut :

1) Kehilangan status dalam masyarakat

Individu pada keadaan ini tidak memiliki suatu pekerjaan dan kedudukan apapun. Dalam hal ini individu dapat dikatakan sebagai orang yang menganggur sehingga keberadaannya semakin tidak disadari oleh masyarakat.

2) Penyimpangan perilaku di mata hukum dan lingkungan

Individu pada keadaan ini melakukan suatu perilaku yang melanggar peraturan maupun norma yang berlaku di masyarakat. Individu tidak lagi mentaati segala tata cara yang berlaku dalam kehidupan sehingga mereka akan melakukan perbuatan yang mengarah pada kriminalitas.

3) Mengalami kesepian

Individu pada keadaan ini mengalami suatu kehampaan karena tidak adanya suatu hubungan yang hangat dengan orang lain. Individu dijauhi oleh lingkungan karena dianggap tidak berhasil memenuhi tuntutan yang diminta oleh lingkungannya.

1.1.8. Sudut Pandang Penyesuaian diri

Menurut Schneiders (dalam Ali & Anshori, 2011, p. 173) menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat dilihat dari tiga sudut pandang, yaitu:

a. Penyesuaian diri sebagai adaptasi (adaptation)

Pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi, namun dalam adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis, dan biologis.

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (conformity)

Dengan memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, maka seorang individu mampu menghindari terhadap suatu tekanan dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional.

c. Penyesuaian diri sebagai penguasaan (mastery)

Hal ini diartikan sebagai kemampuan individu untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi.

1.1.9. Implikasi Penyesuaian Diri Terhadap Penyelenggaraan Pendidikan

Menurut Bernard (dalam Mappire, 1982, p. 165) terdapat tiga masalah yang berhubungan dengan penyesuaian diri di sekolah sebagai berikut :

1. Penyesuaian diri dengan kelompok teman sebaya

Bahwa penyesuaian diri dengan teman sebaya merupakan hal yang utama yang dihadapi para remaja. Disamping penyesuaian diri dengan sesama jenis, remaja juga harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada. Dalam hal ini remaja sering dihadapkan pada persoalan penerimaan atau penolakan teman sebaya terhadap kehadirannya dalam pergaulan.

2. Penyesuaian diri dengan guru

Hal ini muncul karena dalam perkembangan remaja ingin melepaskan diri dari keterikatan orang tua serta ingin mendapatkan orang dewasa lain yang dapat menjadikannya sahabat dan sebagai pembimbingnya. Bagi remaja berhubungan dengan guru sangatlah penting karena mereka dapat bergaul secara harmonis. Namun ketidakmampuan remaja dalam menyesuaikan diri dan mendapatkan sesuatu keuntungan lebih banyak dari para guru akan menjadikannya kecewa, karena peserta didik tersebut tidak dapat merealisasikan dorongan-dorongan untuk menunjukkan kedewasaannya dalam bergaul dengan orang yang lebih dewasa.

3. Penyesuaian diri dalam hubungan dengan orang tua, guru dan murid

Kebutuhan ini dilatar belakangi antara lain peserta didik ingin berkembang tanpa tergantung pada orang tua, ingin diakui sebagai individu yang mempunyai hak-hak sendiri, dan ingin memecahkan persoalannya sendiri.

1.1.10. Telaah Teks Islam terhadap Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri dalam perspektif disiplin ilmu psikologi adalah suatu proses perubahan dalam diri dan lingkungan, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hidup dan menghadapi keadaan tersebut sehingga tercapai kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Telaah penyesuaian diri dalam perspektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surat Al-Israa ayat 15.

Firman Allah swt :

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

Artinya : “Barang siapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), Maka Sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat Maka Sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan

kami tidak akan meng'azab sebelum kami mengutus seorang rasul". (Q.S. Al-Israa : 15)

Kandungan surat Al-Israa ayat 15 bahwa Allah swt telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah swt, sedangkan yang kedua untuk mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan dimana ia berada. Sehingga individu mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang (Depag RI, 2010).

Allah swt tidak akan mempersulit hamba-Nya dalam melakukan aktifitas sehari – hari, kecuali bagi manusia yang menyulitkan dirinya sendiri dengan meninggalkan perintah-Nya dan melakukan larangan-Nya. Namun manusia mampu untuk berusaha dan berdo'a untuk mencapai tujuan dan impian yang telah diharapkan. Sebagaimana yang tersurat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 286.

Firman Allah swt :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا^ج لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ^ط رَبَّنَا
لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا^ج أَوْ أَخْطَأْنَا^ج رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا
حَمَلْتَهُ^ط عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا^ج رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ^ط

وَأَعْفُ عَنَّا وَآغْفِرْ لَنَا وَأَرْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ

الْكَافِرِينَ

Artinya : *“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. beri ma'afilah Kami; ampunilah Kami; dan rahmatilah kami. Engkaulah penolong kami, Maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir.”*
(Q.S. Al-Baqarah : 286)

Firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 286 telah dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah swt tidak akan membebani suatu permasalahan diluar batas kemampuan setiap manusia itu sendiri, meskipun permasalahan itu dianggap berat bagi manusia namun semua itu mampu untuk diselesaikan dengan selalu berusaha agar mendapatkan jalan keluar. Ketika seseorang mampu untuk melakukan yang terbaik dimana ia berada maka sebenarnya ia mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik, dalam firman Allah swt di atas telah diserukan bahwa setiap manusia yang mampu melakukan kebaikan yang sesuai dengan syariat islam maka Allah swt akan memberikan pahala kepada hamba-Nya dan sebaliknya (Depag RI, 2010).

1.2. Penjurusan

1.2.1. Definisi Penjurusan

Penjurusan yang ada di SMA saat ini adalah penjurusan yang mengarah kepada satu tujuan yaitu melanjutkan ke perguruan tinggi. Penjurusan seperti ini memiliki keterbatasan dalam mengantisipasi kondisi peserta didik yang karena alasan tertentu tidak dapat melanjutkan ke perguruan tinggi, dan memilih (terpaksa memilih) untuk langsung bekerja. Dengan kemampuan yang dipersiapkan untuk melanjutkan ke perguruan tinggi, maka wajar jika banyak peserta didik SMA juga mengalami kesulitan ketika bekerja di masyarakat.

Perbedaan individual antara peserta didik di sekolah di antaranya meliputi perbedaan kemampuan kognitif, motivasi berprestasi, minat dan kreativitas. Lebih lanjut Snow mengemukakan bahwa oleh karena adanya perbedaan individu tersebut, maka fungsi pendidikan tidak hanya dalam proses belajar mengajar, tetapi juga meliputi bimbingan / konseling, pemilihan dan penempatan peserta didik sesuai dengan kapasitas individual yang dimiliki, rancangan sistem pengajaran yang sesuai dan strategi mengajar yang disesuaikan dengan karakteristik individu peserta didik. Oleh karena itu, sekolah memegang peranan penting untuk dapat mengembangkan potensi diri yang dimiliki peserta didik. Kemungkinan yang akan terjadi jika peserta didik mengalami kesalahan dalam penjurusan adalah rendahnya prestasi belajar peserta didik atau dapat menyebabkan terjadinya kegamangan dalam aktualisasi diri. Tak jarang peserta didik tidak mengerti alasan pemilihan jurusan tersebut, hendak kemana setelah tamat sekolah dan apa cita-citanya.

Minat seperti yang dipahami dan dipakai oleh orang selama ini dapat mempengaruhi kualitas pencapaian hasil belajar peserta didik dalam bidang studi tertentu. Seorang peserta didik yang berminat pada matematika akan memusatkan perhatiannya lebih banyak daripada peserta didik lain. Karena pemusatan perhatian intensif terhadap materi, peserta didik akan belajar lebih giat dan mencapai prestasi yang diinginkan. Pada diri peserta didik terdapat minat khusus yang berbeda satu dengan lainnya. Perbedaan peserta didik dalam minat akan menentukan pilihan karir di masa yang akan datang. Penjurusan peserta didik di sekolah menengah atas menjadi titik awal yang menentukan profesi di masa depan (dok SMAN 1 Kediri, 2012).

1.2.2. Orientasi Peserta Didik

Penjurusan di SMA dilakukan dengan mempertimbangkan orientasi peserta didik yakni sebagai berikut (dok SMAN 1 Kediri, 2012) :

1. Melanjutkan ke pendidikan yang lebih tinggi ke program studi Ilmu Alam, Ilmu Sosial, atau Bahasa sesuai dengan minat setelah lulus dari SMA.
2. Bekerja di masyarakat; penjurusan merupakan salah satu proses penempatan atau penyaluran dalam pemilihan program pengajaran para peserta didik SMA. Dalam penjurusan ini, peserta didik diberi kesempatan memilih jurusan yang paling cocok dengan karakteristik dirinya. Ketepatan memilih jurusan dapat menentukan keberhasilan belajar peserta didik. Sebaliknya, kesempatan yang sangat baik bagi peserta didik akan hilang karena kekurangtepatan menentukan jurusan.

1.2.3. Tujuan Penjurusan

Adapun tujuan dari penjurusan di SMA antara lain (dok SMAN 1 Kediri, 2012) :

1. Mengelompokkan peserta didik sesuai kecakapan, kemampuan, bakat, dan minat yang relatif sama.
2. Membantu mempersiapkan peserta didik melanjutkan studi dan memilih dunia kerja.
3. Membantu memperkokoh keberhasilan dan kecocokan atas prestasi yang akan dicapai di waktu mendatang (kelanjutan studi dan dunia kerja).

1.2.4. Syarat Menentukan Jurusan

Syarat pemilihan jurusan studi sebagai berikut (dok SMAN 1 Kediri, 2012) :

1. Prestasi nilai akademik:
 - a. Jurusan IPA (Nilai ditetapkan oleh pihak sekolah)
 - b. Jurusan IPS (Nilai ditetapkan oleh pihak sekolah)
2. Hasil tes psikologi peserta didik
3. Hasil kesepakatan orang tua, BK dan wali kelas, dengan ketentuan :
 - a. Adanya kompetensi, bakat dan minat tertentu
 - b. Harapan / prospek ke depan dengan jurusan yang dipilih
 - c. Restu orang tua

1.2.5. Keunggulan Bidang Studi

Peserta didik yang naik kelas XI dan akan mengambil program studi tertentu (IPA, IPS dan Bahasa) boleh memiliki nilai tidak tuntas paling banyak tiga pelajaran.

Mata pelajaran IPA lebih menitikberatkan pada penguasaan konsep-konsep IPA untuk kepentingan peserta didik menyelesaikan masalah dalam kehidupan sehari-hari. Fungsi yang lain adalah memberikan makna pembekalan agar peserta didik tersebut dapat survive di percaturan kompetisi perkembangan sains dan teknologi bagi kepentingan kesejahteraan masyarakatnya. Dengan demikian penilaian akademik lebih terfokus pada penguasaan konsep-konsep IPA dan keterampilannya dalam melakukan observasi, memahami atau menemukan konsep-konsep IPA.

Untuk mata pelajaran IPS menitikberatkan pengembangan keterampilan ilmu sosial. Penilaian akademik menitikberatkan pada keterampilan sosial seperti membuat peta, maket rumah, interaksi sosial, dan adaptif terhadap lingkungan sosial. Mata pelajaran Bahasa menitikberatkan pengembangan keterampilan bahasa seperti membuat surat, menyusun karya tulis, mengerjakan instruksi lisan, dialog dan berpidato.

IPA dan IPS sama-sama membutuhkan keahlian tersendiri dan sama-sama memerlukan minat dan kecerdasan. Maka orang tua dan guru seyogyanya bersikap arif dalam penjurusan ini. Ajaklah anak-anak kita mengenali minat dan potensi mereka sendiri sekaligus arahkanlah sesuai hal tersebut. Bila sang anak berminat memasuki jurusan IPS, maka guru dan orang tua patut mendorong dan mendukungnya demikian pula sebaliknya. Bagi para guru BK/BP di pundak andalah tanggung jawab untuk membimbing para peserta didik mengenali potensi dirinya masing-masing (dok SMAN 1 Kediri, 2012).

1.2.6. Telaah Teks Islam terhadap Penjurusan

Penjurusan yang dilakukan di sekolah tentunya mempunyai beberapa tujuan diantaranya untuk mengelompokkan peserta didik yang disesuaikan dengan kompetensi, bakat dan minat. Sehingga dapat membantu peserta didik dalam mempersiapkan peserta didik melanjutkan studi untuk masa depan, serta untuk mencapai prestasi yang terbaik, sebagaimana firman Allah dalam Al-Qur'an surat Al-Qalam ayat 38 yaitu :

Firman Allah swt

﴿ ٣٨ ﴾ إِنَّ لَكُمْ فِيهِ لَمَا تَخَيَّرُونَ

Artinya : “Bahwa di dalamnya kamu benar-benar boleh memilih apa yang kamu sukai untukmu”. (Q.S. Al-Qalam : 38)

Tafsir dari ayat diatas bahwa kami telah memberikan janji – janji kami yang kuat kepada kalian, sesungguhnya kalian bebas menentukan keputusan untuk diri kalian sendiri sekehendak kalian (Depag RI, 2010).

Peserta didik pun dibebaskan untuk memilih penjurusan studi sesuai dengan minat dan bakat serta kompetensi yang dimiliki oleh setiap peserta didik tanpa ada paksaan dari siapa pun demi kelancaran dalam proses belajar dan mencapai prestasi yang terbaik. Hal ini pun sesuai dengan firman Allah dalam surat Az-Zumar ayat 39 yang berbunyi

﴿ ٣٩ ﴾ قُلْ يَتَقَوْمِ أَعْمَلُوا عَلَيَّ مَكَانَتِكُمْ إِنِّي عَمِلٌ فَسَوْفَ تَعْلَمُونَ

Artinya : *“Katakanlah: "Hai kaumku, Bekerjalah sesuai dengan keadaanmu, Sesungguhnya Aku akan bekerja (pula), Maka kelak kamu akan mengetahui”.*

(Q.S. Az-Zumar : 39)

Isi kandungan dari surat Az-Zumar ayat 39 telah menjelaskan kepada kita bahwa dalam melakukan sesuatu sebaiknya disesuaikan dengan kemampuan yang kita miliki, tanpa terpengaruh oleh orang lain, apalagi diputuskan oleh orang lain, sehingga perasaan dalam melakukan sesuatu itu mampu dilakukan dengan sebaik – baiknya untuk mencapai hasil yang maksimal pula (Depag RI, 2010).

