

**HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN ACADEMIC HARDINESS
SISWA KELAS XI MA DARUL ULUM BANYUANYAR
DI LINGKUNGAN PONPES DARUL ULUM
BANYUANYAR, PAMEKASAN**

SKRIPSI



Disusun Oleh :

Ahmad Nadif Muhlisin

19410208

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

LEMBAR PENGAJUAN

**HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN ACADEMIC HARDINESS
SISWA KELAS XI MA DARUL ULUM BANYUANYAR
DI LINGKUNGAN PONPES DARUL ULUM
BANYUANYAR, PAMEKASAN**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim
Malang Untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh Gelar
Sarjana Psikologi (S.Psi)**

Oleh

Ahmad Nadif Muhlisin

NIM. 19410028

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN ACADEMIC HARDINESS
SISWA KELAS XI MA DARUL ULUM BANYUANYAR
DI LINGKUNGAN PONPES DARUL ULUM
BANYUANYAR, PAMEKASAN

SKRIPSI

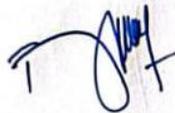
Oleh:

Ahmad Nadif Muhlisin

NIM: 19410208

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si

NIP. 197609172006041002

LEMBAR PENGESAHAN
HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DENGAN ACADEMIC HARDINESS
SISWA KELAS XI MA DARUL ULUM BANYUANYAR
DI LINGKUNGAN PONPES DARUL ULUM
BANYUANYAR, PAMEKASAN

Oleh

Ahmad Nadif Muhlisin

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

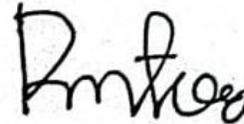
Susunan Dewan Penguji

Ketua Penguji

Penguji Utama

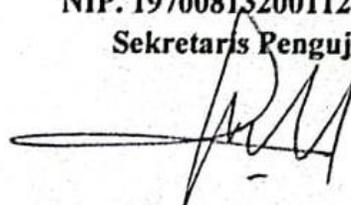


Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M. Si.
NIP. 197605122003121002



Dr. H. Rahmat Aziz, M. Si.
NIP. 197008132001121001

Sekretaris Penguji



Abdul Chamid Cholili, M. Psi
NIDT. 19890602201911201270

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi
Pada tanggal, 20 Desember 2023

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. H. Rifa Hidayah, M. Si
NIP. 197611282002122001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ahmad Nadif Muhlisin

NIM : 19410208

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang berjudul “Hubungan Penyesuaian Diri dengan Academic Hardiness Siswa MA Darul Ulum Banyuwangi di Lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Banyuwangi, Desa Potoan Daja, Kecamatan Palengaan, Kabupaten Pamekasan” adalah benar merupakan hasil peneliti sendiri dan tidak melakukan tindak plagiat dalam penyusunan penelitian tersebut. Adapun kutipan-kutipan yang ada di dalam penyusunan penelitian ini telah peneliti cantumkan sumber pengutipannya dalam daftar pustaka. Peneliti bersedia untuk melakukan proses sebagaimana mestinya sesuai undang undang jika ternyata penelitian secara prinsip merupakan plagiat penelitian orang lain dan bukan merupakan tanggung jawab dosen pembimbing ataupun Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya da apabila pernyataan ini tidak benar, peneliti bersedia mendapatkan sangsi akademik yang berlaku.

Malang, 7 Desember 2023

Peneliti



Ahmad Nadif Muhlisin

NIM. 19410208

MOTTO

Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri – sendiri –Hindia

|

وَعَسَىٰ أَنْ تُحِبُّوا شَيْئًا وَهُوَ شَرٌّ لَّكُمْ ۗ وَاللَّهُ يَعْلَمُ وَأَنْتُمْ لَا تَعْلَمُونَ

“Boleh jadi kamu tidak menyukai sesuatu, padahal ia amat baik bagimu, dan boleh jadi (pula) kamu menyukai sesuatu, padahal ia amat buruk bagimu”

(Q.S Al – Baqarah: 216)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Karya spesial ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yaitu

Abi **Mohammad Muchlis Solichin** dan **Ummi Asmaul Husna** tercinta.

Terima kasih atas segala waktu tenaga pikiran dan materi yang telah diberikan.

Dukungan dan kasih sayang yang Abi dan Ummi berikanlah yang menemani ananda
menyelesaikan skripsi ini.

Tak lupa juga kepada adik adik saya tersayang

Tsaqif Fiqhan Muhammad, Hilman Fatih Muhlisin dan Hanin Nayla Faizah

Yang selalu memberikan support dalam menyelesaikan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat, taufiq dan hidayah-Nya sehingga peneliti mampu menyelesaikan penelitian ini. Sholawat serta salam semoga tetap tercurahkan kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW yang semoga dapat memberikan kita syafa'atnya pada hari akhir.

Peneliti menyadari bahwa tanpa bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. M. Zainuddin, M.A selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu Prof. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Bapak Yusuf Ratu Agung, M.A selaku Ketua Program studi Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Bapak Dr. Fathul Lubabin Nuqul, M.Si selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang dengan sabar telah memberikan banyak masukan, arahan, serta motivasi yang sangat berharga dalam penelitian ini.
5. Ibu Elok Faiz Fatma El Fahmi, M.Si, selaku dosen wali yang telah mendampingi proses akademik dari awal semester hingga saat ini dengan sabar, memberikan banyak masukan, arahan, serta semangat.
6. Segenap Civitas Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu dan juga bimbingannya selama ini.
7. Keluarga khususnya kedua orang tua, Abi Muchlis Sholichin dan Ummi Asmaul Husna yang selalu memberi semangat, nasihat, do'a dan kiriman

8. uang kepada anaknya sehingga pada akhirnya dapat menyelesaikan tugas akhirnya.
9. Keluarga Forum Internal Mahasiswa Pamekasan (FIMP) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yang selama penelitian selalu memberikan support kepada penulis.
10. Kontrakan Yayasan Alim yang menjadi garda terdepan ketika penulis mengalami kesulitan dalam hal apapun.
11. Ikatan Mahasiswa Madura (IMAMA) UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
12. Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) koordinator komisariat UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, khususnya HMI komisariat Psikologi.
13. Teman-teman psikologi angkatan 19 yang menjadi penyemangat saya agar cepat menyelesaikan penelitian ini.
14. Teman-teman Madura seperjuangan saya yang dari maba sampai saat ini masih terus menemani peneliti.
15. Teman teman yang secara khusus membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini, Kanda Sabda, Kanda Jihar, Farah Najela, kak Imron Al Hafdzoh, kak Ari Ghi dan Holista Amelia

Peneliti sadar bahwa dalam proses penyusunan skripsi ini banyak kekurangan dari peneliti mengingat terbatasnya ilmu dan pengetahuan yang dimiliki. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat peneliti harapkan demi skripsi ini.

Malang, 26 November 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN.....	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT.....	xv
مستخلص البحث.....	xvi
BAB I	1
PENDAHULUUAN.....	1
A. LATAR BELAKANG MASALAH.....	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	8
C. TUJUAN PENELITIAN.....	8
D. MANFAAT PENELITIAN.....	9
BAB II.....	10
LANDASAN TEORI.....	10
A. ACADEMIC HARDINESS.....	10
B. PENYESUAIAN DIRI	22
C. KERANGKA KONSEPTUAL	33
D. HIPOTESIS PENELITIAN	34
BAB III	35

METODE PENELITIAN.....	35
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	35
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	36
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	37
D. Populasi dan Sampel	38
E. Teknik Pengumpulan Data	40
F. Validitas dan Reliabilitas	45
G. Teknik Analisis Data.....	47
BAB IV	50
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	57
BAB V.....	66
PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. SARAN	67
Daftar Pustaka	69
LAMPIRAN.....	72

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Skala Likert.....	41
Tabel 3.2 <i>Blueprint</i> Penyesuaian Diri	42
Tabel 3.3 <i>Blueprint Academic Hardiness</i>	43
Tabel 3.4 Uji Reabilitas	47
Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas	52
Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas	53
Tabel 4.3 Pengkategorian Penyesuaian Diri	54
Tabel 4.4 Pengkategorian <i>Academic Hardiness</i>	55
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual	33
---------------------------------------	----

ABSTRAK

Muhlisin, Ahmad Nadif. 2023. Hubungan Penyesuaian Diri dengan *Academic Hardiness* Siswa Kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar di Lingkungan Ponpes Darul Ulum Banyuanyar, Pamekasan.

Pembimbing : Fathul Lubabin Nuqul, M. Si

Seperti halnya lembaga pendidikan lainnya, MA Darul Ulum Banyuanyar juga menghadapi berbagai tantangan dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung penyesuaian diri dan perkembangan akademik para siswa. Proses penyesuaian diri sangat relevan dalam konteks ini, karena para siswa harus beradaptasi dengan lingkungan baru, perbedaan sosial-budaya, tuntutan akademik yang meningkat, dan tingkat kemandirian yang lebih tinggi. Para siswa yang tinggal di lingkungan pesantren dihadapkan pada berbagai perubahan, seperti tingkat keakraban dengan lingkungan baru, tuntutan akademik yang lebih tinggi, dan interaksi sosial yang berbeda dengan teman sebaya maupun para pengajar. Di sinilah *academic hardiness* memainkan peran penting yang dapat membantu siswa untuk mengatasi stres dan tekanan akademik, meningkatkan motivasi belajar, dan menumbuhkan kemampuan adaptasi dalam menghadapi perubahan lingkungan yang beragam. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri MA Darul Ulum Banyuanyar, tingkat *academic hardiness* siswa MA Darul Ulum Banyuanyar serta untuk mengetahui adanya hubungan penyesuaian diri dengan *academic hardiness* pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar.

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, teori digunakan secara deduktif dan menempatkannya di awal penelitian. Subjek penelitian melibatkan 138 siswa MA Darul Ulum Banyuanyar. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan angket. Data yang diperoleh dari angket kemudian dianalisa validitas dan reliabilitasnya kemudian dilakukan analisis kolerasi product moment.

Hasil penelitian menunjukkan tingkat Penyesuaian Diri Siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar yang tinggal di Pondok Pesantren pada kategori sedang dengan persentase 63,8 %, dan tingkat *academic hardiness* juga berada di kategori sedang dengan nilai presentase 67,4%, Kolerasi antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness* adalah 0.338 menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang cukup signifikan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness*.

Kata kunci : Penyesuaian Diri, *Academic Hardiness*

ABSTRACT

Muhlisin, Ahmad Nadif. 2023. The Relationship between Self-Adjustment and *Academic Hardiness* of Class XI Students of MA Darul Ulum Banyuanyar in the Environment of Darul Ulum Banyuanyar Boarding School, Pamekasan.

Advisor : Fathul Lubabin Nuqul, M. Si

Like other educational institutions, MA Darul Ulum Banyuanyar also faces challenges in creating an educational environment that supports students' adjustment and *academic* development. The process of adjustment is particularly relevant in this context, as students must adapt to a new environment, socio-cultural differences, increased *academic* demands, and a higher level of independence. Students who live in a pesantren environment are faced with various changes, such as the level of familiarity with the new environment, higher *academic* demands, and different social interactions with peers and teachers. This is where *academic hardiness* plays an important role that can help students to cope with *academic* stress and pressure, increase learning motivation, and foster adaptability in the face of diverse environmental changes.

This research type and design uses quantitative research, this theory is used deductively and places it at the beginning of the research. The research subjects involved 138 students of MA Darul Ulum Banyuanyar. The data collection technique in this study used a questionnaire. The data obtained from the questionnaire was then analyzed for validity and reliability then categorized and carried out product moment correlation analysis.

The purpose of this study was to determine the level of self-adjustment and *academic hardiness* and to prove the relationship between self-adjustment and *academic hardiness* in MA Darul Ulum Banyuanyar students.

The results showed that the level of self-adjustment of grade XI MA Darul Ulum Banyuanyar students living in Islamic boarding schools was in the moderate category with a percentage of 63,8%, and the level of *academic hardiness* was also in the moderate category with a percentage value of 67,4%, the correlation between self-adjustment and *academic hardiness* was 0.338 indicating that there was a significant relationship between self-adjustment and *academic hardiness*.

Keywords : Self-Adjustment, *Academic Hardiness*

مستخلص البحث

مخلصين، أحمد نظيف. ٢٠٢٣. العلاقة بين التكيف الذاتي والصلابة الأكاديمية لطلاب الصف الحادي عشر في مدرسة دار العلم بانويانيار في بيئة الديار التعليمية بدار العلم بانويانيار، باميكاسان.

المُرشد : فتح اللبابين نقل، ماجستير العلوم

كما هو الحال مع مؤسسات التعليم الأخرى، تواجه المدرسة الثانوية الإسلامية دار العلوم بانويانيار تحديات متنوعة في صناع بيئة تعليمية تدعم التكيف الذاتي وتطور الطلاب أكاديميًا. تكون عملية التكيف الذاتي ذات أهمية كبيرة في هذا السياق، حيث يجب على الطلاب التكيف مع بيئة جديدة، والاختلافات الاجتماعية والثقافية، وتزايد المتطلبات الأكاديمية، وزيادة مستوى الاستقلال. يواجه الطلاب الذين يعيشون في بيئة المدرسة القرآنية تحديات مختلفة، مثل درجة الالتحاق بالبيئة الجديدة، والمتطلبات الأكاديمية المتزايدة، والتفاعل الاجتماعي المختلف مع الأقران والمعلمين. هنا، يلعب قوة التحمل الأكاديمي دورًا هامًا يمكنه مساعدة الطلاب في التغلب على ضغوط وضغوط الدراسة، وزيادة الدافع للتعلم، وتنمية القدرة على التكيف مع التغييرات في البيئة المتنوعة.

يستخدم هذا البحث نوعًا وتصميمًا كميًا، يُستخدم هذا النظرية بطريقة استنتاجية ويتم وضعه في بداية البحث. يشمل موضوع البحث ١٣٨ طالبًا من مدرسة دار العلوم بانويانيار. تُستخدم تقنية جمع البيانات في هذا البحث باستخدام استبيان. يتم تحليل البيانات التي تم الحصول عليها من الاستبيان من خلال التحليل الصحيح والموثوقية، ثم تصنيفها وإجراء تحليل للارتباط المنتج للزمن.

الهدف من هذا البحث هو معرفة مستوى التكيف الذاتي والصلابة الأكاديمية، وكذلك إثبات وجود علاقة بين التكيف الذاتي والصلابة الأكاديمية لدى طلاب مدرسة دار العلوم بانويانيار.

تُظهر نتائج البحث مستوى تكيف الطلاب في الصف الحادي عشر في مدرسة دار العلوم بانويانيار الذين يعيشون في المدرسة القرآنية في الفئة المتوسطة بنسبة ٦٤.٥٪، وكذلك مستوى قوة التحمل الأكاديمي يكون أيضًا في الفئة المتوسطة بنسبة ٦١.٦٪. الارتباط بين التكيف الذاتي وقوة التحمل

الأكاديمي هو ٠.٤٤٩ مما يشير إلى وجود علاقة كبيرة بما فيه الكفاية بين التكيف الذاتي وقوة التحمل الأكاديمي.

الكلمات الرئيسية : التكيف الذاتي، قوة التحمل الأكاديمي

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pesantren merupakan lembaga pendidikan yang memiliki nilai-nilai Islam yang kuat di dalamnya, begitu juga dalam sistem pendidikannya. Semua yang terdapat di pesantren merupakan pendidikan yang memiliki nilai-nilai kehidupan dan keislaman. Implementasi pendidikan di pesantren berjalan selama 24 jam tanpa henti, sehingga menjadikan santri-santrinya terdidik secara keseluruhan (kaffah). Dari sini menjadi salah satu ciri khas yang membedakan dari banyaknya lembaga lembaga pendidikan lainnya. Pesantren adalah lembaga pendidikan Islam dengan sistem asrama atau pondok, dimana kyai sebagai figur sentralnya, masjid sebagai pusat kegiatan yang menjiwalkannya, dan pengajaran agama Islam di bawah bimbingan kyai yang sebagai kegiatan utamanya.

Meskipun pesantren lebih mengedepankan nilai nilai islam pada pembelajarannya, di zaman modern ini banyak pesantren yang juga memiliki lembaga sekolah formal di dalamnya. Begitu pula pondok pesantren Darul Ulum Banyuanyar yang di dalamnya terdapat berbagai lembaga, salah satunya adalah MA Darul Ulum Banyuanyar.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan oleh peneliti kepada salah satu siswa, Hilman, menyatakan bahwa terdapat beberapa temannya yang mengalami kesulitan dalam belajar di sekolah. Hilman menyatakan :

"Beberapa dari mereka bahkan tidur di kelas, dan ada yang sering bolos, bahkan tidak masuk sekolah".

Berdasarkan data dari sekolah pada siswa kelas XI tahun ajaran 2023/2024 terdapat sejumlah tujuh siswa yang berhenti bersekolah di MA Darul Ulum Banyuwangi. Saat peneliti tanya kepada salah satu bagian tata usaha sekolah, Ustadz Imron menjelaskan :

“Tiga dari mereka berhenti tanpa izin dan empat sisanya mutasi ke sekolah lain dengan alasan yang sama, yaitu tidak betah di Pondok”.

Berdasarkan kondisi di lapangan, kajian tentang *hardiness* penting untuk dilakukan karena melihat dari kondisi dan keadaan di lapangan para siswa memiliki kepribadian *hardiness* yang rendah. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara peneliti dimana banyak siswa yang tidur di kelas, bolos bahkan tidak lanjut sekolah di sekolah tersebut.

Dari fenomena tersebut, seperti halnya lembaga pendidikan lainnya, MA Darul Ulum Banyuwangi juga menghadapi berbagai tantangan dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang mendukung perkembangan akademik para siswa-nya. Kepribadian *hardiness* dianggap sangat relevan dalam konteks ini, karena para siswa kurang memiliki daya banting yang tinggi untuk menjalani tuntutan akademik yang semakin meningkat.

Kobasa dalam (Trifiriani & Agung, 2017) meberikan pendapatnya tentang *hardiness* yaitu merupakan sebuah karakter kepribadian yang dapat menjadi sumber motivasi dalam menghadapi stres di kehidupannya. Menurut Maddi, *Hardiness* juga dapat dimaknai sebagai sifat pantang menyerah serta bentuk dari upaya diri yang memberikan motivasi dan keberanian untuk melakukan kerja keras atau upaya penanganan suatu masalah agar dapat bertahan meskipun dalam keadaan yang membuat stress (Trifiriani & Agung, 2017).

Lebih lanjut Kobasa dalam (Merienda & Rozali, 2020) menjelaskan bahwa *hardiness* muncul dampak dari serangkaian karakteristik individu yang mampu membantu individu mengubah keadaan yang potensial mendatangkan stress menjadi peluang untuk meningkatkan kinerja, kepemimpinan, perilaku, kesehatan, dan perkembangan psikologis. Individu yang memiliki tingkat *Hardiness* tinggi akan memiliki fokus strategi, kontrol dan komitmen yang tinggi dalam menghadapi tugas dan tekanan (Fahmi & Widyastuti, 2018).

Berdasarkan teori *hardiness* yang dileburkan dengan pendidikan maka muncul konsep baru yaitu *academic hardiness*. Adapun *academic hardiness* merupakan bentukan dari dua teori berorientasi kognitif, yaitu *hardiness* Kobasa dan teori Dweck tentang motivasi akademik, yang berguna dalam memahami mengapa beberapa mahasiswa bertahan ketika menghadapi kesulitan akademik sedangkan yang lainnya tidak (Benishek et al., 2005).

Di sinilah *academic hardiness* memainkan peran penting. Dalam konteks pendidikan, *academic hardiness* menjadi faktor kunci yang dapat membantu siswa untuk mengatasi stres dan tekanan akademik, meningkatkan motivasi belajar, dan menumbuhkan kemampuan adaptasi dalam menghadapi perubahan lingkungan yang beragam.

Aspek aspek yang dipaparkan oleh Benishek dkk meliputi *commitment*, *challenge*, *control of effort*, dan *control of affect*. Keempat aspek tersebut dianggap sebagai sumber utama dalam mengatasi tekanan dalam lingkup pendidikan.

Commitment merupakan kecenderungan seseorang untuk terlibat dalam segala aktivitas, dalam setting pendidikan, orang yang bersikap komitmen memiliki motivasi tinggi untuk belajar dan mendedikasikan waktu mereka untuk mencapai tujuan pendidikan mereka. Sedangkan *challenge* adalah kecenderungan individu untuk memandang suatu perubahan bukan sebagai ancaman tetapi sesuatu yang normal dalam kehidupan. Selanjutnya *control of effort* merupakan kontrol yang berhubungan dengan kemampuan siswa untuk mengenali kemampuan mereka untuk mengantisipasi kesulitan akademik. Dan terakhir *control of affect* berkaitan dengan kemampuan siswa untuk mengatur emosi mereka terkait dengan tuntutan akademik.

Siswa yang dapat bertahan dalam kondisi stres dan penuh tekanan dapat dikategorikan sebagai siswa yang memiliki aspek-aspek didalam kepribadian akademik *hardiness* karena mereka memiliki kontrol terhadap masalah yang

dihadapi, komitmen untuk tetap terlibat dalam pengerjaan tugas, juga memiliki anggapan bahwa masalah yang dialami sebagai sebuah tantangan bukanlah ancaman.

Salah satu faktor yang menentukan tinggi rendahnya *academic hardiness* dalam konteks ini adalah tingkat penyesuaian diri siswa, lebih khususnya bagi mereka yang tinggal di lingkungan pondok pesantren. Berdasarkan penelitian Purifiedriyaningrum & Saptandari (2022) menyebutkan penyesuaian diri memiliki hubungan dengan *hardiness* yang mana diketahui bahwa kepribadian *hardiness* dapat dipengaruhi oleh penyesuaian diri individu. Hal ini disebabkan mereka yang *hardiness*-nya yang tinggi tidak akan mudah melarikan diri dari kondisi-kondisi yang mengancam dirinya karena memiliki komitmen untuk terlibat pada segala aktivitas, memiliki kepercayaan bahwa aktivitas dalam pengalaman hidup dapat dikontrol, dan melihat perubahan yang ada dalam hidup sebagai peluang untuk tumbuh dan berkembang.

Hal ini juga didukung wawancara kepada salah satu pengurus di pondok pesantren Darul Ulum Banyuwangi, menurut ustadz Badrut Tamam pada awalnya memang banyak santri yang merasa tidak betah, beliau menambahkan :

“Biasanya mereka nangis di kamar, menyendiri, bahkan terkadang ada yang kabur dari pondok”.

Schneiders menjelaskan penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha memenuhi kebutuhan-

kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik guna meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan dalam (Azizah, 2021). Sedangkan menurut Hollander dalam (Puspasari, 2017) penyesuaian diri adalah suatu proses mempelajari tindakan atau sikap yang baru untuk menghadapi situasi-situasi baru. Penyesuaian diri terjadi ketika seseorang menghadapi lingkungan yang baru dimana diperlukan adanya respon dari individu.

Menurut Azizah, (2021) dalam menjelaskan penyesuaian diri merupakan salah satu syarat yang penting agar terciptanya kesehatan mental pada seorang remaja. Manusia terus mengalami perubahan dan mendapatkan tuntutan tertentu, baik tuntutan dari diri sendiri maupun dari lingkungan sekitar. Manusia pada dasarnya merupakan makhluk sosial yang hidup di lingkungan tertentu. Dari banyaknya tuntutan untuk sangat perubahan yang terjadi pada manusia, maka di harapkan dapat menyesuaikan diri dengan baik. Maka dari itu, penyesuaian diri sangat diperlukan oleh seorang remaja untuk menjalani transisi realita kehidupan yang sesungguhnya, salah satunya adalah transisi sekolah. Penyesuaian diri adalah suatu konstruk psikologi yang kompleks dan luas, dan dapat mengkaitkan seluruh respon yang di dapat serta banyaknya tuntutan dari lingkungan luar dan dari dalam lingkungannya.

Pemaparan lebih lanjut oleh Schneiders dalam (Pangaribuan, 2020) tentang aspek aspek penyesuaian diri terdapat dua aspek, yaitu aspek penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial dimana secara lebih jelas dipaparkan penyesuain pribadi merupakan kemampuan seseorang untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai

pada keadaan yang positif antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Sedangkan penyesuaian sosial adalah penyesuaian yang terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu tersebut tinggal dan berinteraksi dengan orang lain. Hubungan-hubungan tersebut mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat luas secara umum.

Penyesuaian diri adalah proses psikologis yang kompleks yang melibatkan kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru, menangani stres, dan menghadapi tantangan yang timbul. Dalam lingkungan pesantren, para siswa yang tinggal di lingkungan pesantren dihadapkan pada berbagai perubahan, seperti tingkat keakraban dengan lingkungan baru, tuntutan akademik yang lebih tinggi, dan interaksi sosial yang berbeda dengan teman sebaya maupun para pengajar.

Dalam penelitian ini alasan penting mengapa kajian hubungan penyesuaian diri dan *academic hardiness* dilakukan adalah masih sedikitnya penelitian yang mengkaji hubungan kedua konsep ini secara khusus pada siswa yang tinggal di lingkungan pesantren. Alasan lainnya, kondisi di lapangan yang menunjukkan cukup banyaknya siswa yang tidak lanjut di sekolah tersebut. Selain itu, diduga rendahnya tingkat penyesuaian diri siswa MA Darul Ulum Banyuwangi yang berdampak pada *academic hardiness* siswa MA Darul Ulum Banyuwangi juga menjadi pertimbangan.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan pengetahuan tersebut dan menganalisis bagaimana hubungan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness* pada siswa yang tinggal di lingkungan pondok pesantren.

Dengan memahami hubungan ini, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan pendidikan pesantren dan memberikan wawasan baru mengenai faktor-faktor psikologis yang berperan dalam keberhasilan akademik dan penyesuaian diri para siswa.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan implikasi praktis bagi para pengajar dan staf sekolah dalam meningkatkan dukungan dan pembinaan psikologis bagi para siswa guna menghadapi tantangan akademik kedepannya.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana tingkat penyesuaian diri pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar?
2. Bagaimana tingkat *academic hardiness* pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar?
3. Bagaimana hubungan penyesuaian diri dengan *academic hardiness* pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar?

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar.
2. Untuk mengetahui tingkat *academic hardiness* pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar.
3. Untuk mengetahui hubungan penyesuaian diri dengan *academic hardiness* pada siswa MA Darul Ulum Banyuanyar.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah, memberikan ilmu dan bermanfaat bagi pengembangan ilmu dalam bidang psikologi sosial lebih khusus terhadap teori yang berkaitan yaitu penyesuaian diri dan *academic hardiness*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Subjek dalam penelitian ini diharapkan dapat mendapatkan manfaat berupa edukasi terkait dengan pentingnya penyesuaian diri dan pentingnya *academic hardiness* sehingga menjadi peserta didik yang tangguh dan berhasil.

b. Bagi Lembaga

Hasil penelitian diharapkan menjadi salah satu bahan referensi dan evaluasi kedepannya dalam menciptakan lingkungan akademik yang baik dan menunjang perkembangan siswanya.

c. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai sarana menambah ilmu dan mengembangkan ilmu dibidang psikologi.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. ACADEMIC HARDINESS

1. Definisi Hardiness

Kobasa dalam (Manzil, 2021) berpendapat *hardiness* merupakan sebuah karakteristik kepribadian yang dimiliki individu dalam menghadapi keadaan stress adalah ketahanan psikologis yang dapat menolong seseorang dalam mengelola stress yang dialami. Kobasa berpendapat bahwa individu yang mempunyai tingkat *hardiness* tinggi akan mempunyai serangkaian sikap yang membuat mereka tahan terhadap stress. Kemudian individu dengan tingkat kepribadian *hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna dan membuat individu tersebut sangat antusias dalam mencapai masa depan, karena perubahan - perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya.

Kata *Hardiness* didefinisikan sebagai suatu karakteristik kepribadian yang dimiliki oleh seseorang sebagai kekuatan dalam memandang kondisi yang berpotensi dapat memunculkan stres, diubah menjadi situasi yang tidak mengancam sehingga memiliki peluang untuk dihadapi (Sihotang & Febriyanti, 2020). Kepribadian *hardiness* memiliki kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan dan memberikan makna positif terhadap kejadian tersebut (Thahirah

& Insan, 2020). Sedangkan menurut (Nirwana et al., 2014) dalam penelitiannya memaparkan *hardiness* adalah suatu bagian dari karakteristik kepribadian yang menjadikan individu lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi serta mengurangi efek negatif dari stress. *Hardiness* mengurangi pengaruh kejadian yang mencekam dengan meningkatkan penyesuaian diri menggunakan sumber sosial di lingkungannya untuk dijadikan tameng, motivasi dan dukungan.

2. Definisi Academic Hardiness

Berawal dari teori *hardiness*, kemudian yang di-setting dalam dunia pendidikan muncullah teori baru yaitu *Academic Hardiness*. Konsep *Academic Hardiness* Benishek dan Lopez merupakan bentukan dari dua teori berorientasi kognitif, teori *hardiness* Kobasa dan teori Dweck tentang motivasi akademik, yang mungkin berguna dalam memahami mengapa beberapa siswa bertahan ketika menghadapi kesulitan akademik sedangkan yang lainnya tidak. Teori *hardiness* Kobasa sendiri menunjukkan bahwa tiga proses penilaian kognitif (kontrol, komitmen, dan tantangan) berhubungan dengan ketekunan ketika menghadapi keadaan kehidupan yang sulit. Sedangkan teori motivasi akademik memberi pemahaman yang lebih baik bagaimana prestasi akademik dipengaruhi oleh tujuan akademik siswa (Rahmawati, 2014).

Dalam setting pendidikan *academic hardiness* merupakan karakter kepribadian yang diyakini sebagai salah satu faktor internal yang mempengaruhi prestasi akademik (Arsyad et al., 2022). Menurut Wicaksono dalam (Arsyad et al.,

2022) seseorang yang memiliki kecenderungan *academic hardiness* rendah akan kesulitan dalam menghadapi berbagai tantangan pada kegiatan akademik dan pengembangan diri soft skill di sekolahnya. Kepribadian *hardiness* harus dimiliki pelajar agar dapat survive (bertahan) dalam menjalankan aktifitas pendidikannya.

3. Aspek Aspek Academic Hardiness

Aspek *academic hardiness* dalam setting akademik menurut Benishek, dkk (2005) yaitu *commitment*, *challenge*, *control of effort*, dan *control of affect*, dimana keempat aspek tersebut yang berorientasi sebagai sumber kekuatan melawan tekanan dalam lingkup pendidikan.

a. Comitment (Komitmen)

Commitment adalah kecenderungan individu untuk terlibat dalam segala aktivitas, terlibat dengan orang-orang maupun peristiwa-peristiwa kehidupan dan mempercayai bahwa semua itu merupakan sesuatu yang menarik, bertujuan, dan mempunyai arti. Dalam setting pendidikan, orang yang bersikap komitmen memiliki motivasi intrinsik yang tinggi untuk belajar dan mendedikasikan waktu dan usaha mereka untuk mencapai tujuan pendidikan mereka. Komitmen ini mendorong mereka untuk tetap fokus dan konsisten dalam menjalani proses belajar meskipun menghadapi hambatan atau tantangan di sepanjang jalan. Jika menghadapi masalah, individu

tersebut akan mencoba mencari jalan keluarnya sesuai dengan nilai-nilai tujuan dan kemampuan yang ada di dalam dirinya.

b. Challenge (Tantangan)

Challenge adalah kecenderungan individu untuk memandang suatu perubahan bukan sebagai ancaman tetapi sesuatu yang normal dalam kehidupan dan merupakan kesempatan untuk tumbuh dan berkembang. Individu yang memiliki challenge adalah individu yang dinamik dan memiliki keinginan serta kemampuan yang kuat untuk maju.

c. Control of Effort

Control of effort merupakan kontrol yang berhubungan dengan kemampuan siswa untuk mengenali kemampuan mereka untuk mengantisipasi kesulitan akademik. Control of effort berhubungan dengan sejauh mana siswa mampu mengatur usaha, tekad, dan ketekunan mereka dalam menghadapi tuntutan akademik yang tinggi. Siswa yang memiliki control of effort cenderung memiliki motivasi internal yang kuat untuk mencapai tujuan akademiknya.

d. Control of Affect

Control of affect berkaitan dengan kemampuan siswa untuk mengatur emosi mereka terkait dengan tuntutan akademik. Siswa dengan control of affect yang baik mampu mengenali dan mengelola emosi negatif

seperti stres, kecemasan, atau kekecewaan yang mungkin timbul ketika menghadapi ujian atau tugas yang sulit.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi *academic hardiness* terdiri dari empat aspek, *commitment* yaitu kemampuan individu untuk terlibat dalam kegiatan di lingkungan sekitar, *challenges* yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai suatu yang wajar dan menganggapnya sebagai sebuah tantangan yang menyenangkan, *control of effort* yaitu merupakan kemampuan untuk mengenali kemampuan mereka untuk mengantisipasi sebuah masalah dan *control off affect* yaitu kemampuan mahasiswa untuk memengaruhi dan mengatur emosi mereka ketika dihadapkan dengan sebuah masalah.

4. Faktor Faktor Kepribadian Hardiness

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya kepribadian *Hardiness* menurut Bissonnette dalam (Arlena, 2019) antara lain :

a. Penguasaan Pengalaman

Persepsi kontrol terhadap lingkungan di sekitar mengarah kepada perasaan menguasai menjadi sebuah pengalaman hidup. Penguasaan pengalaman tersebut menunjukkan bahwa seseorang mempunyai kemampuan yang dibutuhkan untuk berhasil sehingga mengakibatkan meningkatnya kepribadian tahan banting.

b. Perasaan Positif

Hubungan orang tua dengan anak yang hangat, peduli, saling mencintai dan memimpin anak-anaknya akan memberikan penilaian diri yang positif bagi anak. Sikap-sikap tersebut mampu menjadikan seseorang melihat dirinya sebagai orang yang dicintai dan berharga bagi orang lain dan dirinya sendiri sehingga menimbulkan persepsi yang positif dalam dirinya.

c. Pola Asuh Orang Tua

Sikap orang tua dalam menunjukkan optimisme dapat mempengaruhi tingkat optimisme pada anak-anaknya. Hubungan di dalam keluarga yang dekat, positif, saling peduli dan mendukung akan bermanfaat untuk perkembangan kesejahteraan anak dan sesuai dengan kebutuhannya, dan pada akhirnya akan memberikan kontribusi untuk berkembangnya sikap tahan banting pada anak.

d. Hubungan yang Hangat atau Mendukung

Penilaian kognitif, orang yang keras cenderung lebih sehat dan menganggap hidup sebagai hal yang positif dan menantang. Hal tersebut tidak jauh dari peran keluarga yang memberikan sikap yang hangat dan saling mendukung sehingga konsep keluasan keluarga ini dapat menjadi kontribusi dalam membangun sikap *hardiness* pada anak.

Pada setting pendidikan seseorang yang memiliki karakteristik *academic hardiness* dipengaruhi oleh salah satunya faktor kompetensi. Menurut Maddi dalam (Manzil, 2021) bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara sifat tahan banting (*academic hardiness*) dan kinerja matematika yang akibatnya mendukung bukti yang dapat tembus. Misalnya, para pelajar dengan sikap keras akan lebih termotivasi untuk belajar materi kelas dan lebih kuat berkomitmen untuk kelas mereka daripada mereka yang tidak memiliki sikap semacam itu. Dari pernyataan diatas dapat diketahui bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi *academic hardiness* adalah kebutuhan kompetensi yang dimiliki seseorang tersebut. Semakin tinggi *academic hardiness* pada diri seseorang maka semakin tinggi pula kompetensi yang dimiliki oleh orang tersebut.

5. Manfaat Kepribadian Hardiness

Kobasa dan Maddi dalam (Pangestu, 2019) memaparkan manfaat *hardiness* dalam diri seseorang individu sebagai berikut :

a. Membantu dalam proses adaptasi individu

Hardiness yang tinggi akan sangat terbantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal baru, sehingga stres yang ditimbulkan tidak banyak. Sebuah penelitian membuktikan bahwa etnis Cina Kanada yang tinggal di Toronto, yang mempunyai ketabahan hati lebih tinggi, lebih mudah beradaptasi dan mengurangi efek kecemasan serta tetap memiliki harga diri yang tinggi ketika mengalami diskriminasi.

Sebuah penelitian lain memiliki hasil yang senada, menunjukkan bahwa ketabahan hati dapat membantu penyesuaian diri remaja pria yang melakukan wajib militer.

b. Toleransi terhadap frustrasi

Terdapat penelitian tentang dua kelompok mahasiswa, yang mana disetiap kelompok mempunyai ketahanan hati yang tinggi dan hati yang rendah, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki ketahanan yang tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang ketahanan hatinya rendah. Penelitian lain menyimpulkan bahwa terdapat ketabahan hati dapat membantu mahasiswa untuk tidak berpikir akan melakukan bunuh diri ketika sedang putus asa atau stress.

c. Mengurangi akibat buruk dari stres

Kobasa yang banyak meneliti *hardiness* menyebutkan bahwa ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi periode stres dalam kehidupan seseorang. Demikian pula sama dengan pernyataan beberapa tokoh lain, hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap stress sebagai suatu ancaman.

d. Mengurangi kemungkinan terjadinya burnout.

Burnout adalah situasi kehilangan control pribadi karena terlalu besar tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan dialami oleh pekerja-pekerja emergency seperti perawat yang memiliki beban kerja tinggi.

- e. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil

Coping merupakan penyesuaian kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi stres. Ketabahan hati membuat seseorang bisa melakukan coping yang pas dengan masalah yang dihadapinya. Individu dengan ketabahan hati tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan stres sebagai hal positif, dan karena itu mereka dapat lebih luas dalam menentukan coping yang sesuai.

- f. Meningkatkan ketahanan diri terhadap stres

Hardiness dapat menjaga individu untuk tetap sehat meskipun mengalami kejadian yang menimbulkan stres (Smet, 1994). karena lebih tahan terhadap stres, seseorang akan lebih sehat dan tidak mudah sakit karena caranya menghadapi 25 stres lebih baik dibandingkan dengan individu yang ketabahan hatinya rendah (Cooper dkk, 1998).

- g. Membantu seseorang untuk melihat kesempatan lebih baik sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan

Kobasa & Pucetti (1983) menyatakan bahwa *hardiness* dapat membantu individu untuk melihat kesempatan lebih banyak sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan, baik dalam keadaan stres ataupun tidak. Berdasarkan paparan diatas, disimpulkan bahwa

hardiness yang ada dalam diri seseorang berfungsi membantu dalam proses adaptasi individu, bisa memiliki toleransi terhadap frustrasi, mengurangi akibat buruk dari stress, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk coping yang dihasilkan, membantu individu dalam melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

Dari pemaparan diatas jika kita setting dalam ranah pendidikan maka manfaat dari *academic hardiness* yaitu dapat meningkatkan prestasi akademik siswa, mengatasi hambatan belajar yang ada, meningkatkan kemandirian belajar siswa, dapat mengembangkan ketahanan emosionalnya, serta meningkatkan ketekunan dan motivasi internal pada dirinya.

6. Perspektif Islam Terhadap Kepribadian Hardiness

Hardiness dalam perspektif islam dikenal dengan ketabahan atau kesabaran. Ketabahan sering disama artikan dengan kelapangdadaan yaitu suatu kondisi psiko-spiritual yang ditandai oleh kemampuan menerima berbagai kenyataan yang tidak menyenangkan dengan tenang dan terkendali. Ketabahan terkait dengan kekuatan jiwa seseorang dalam menghadapi atau menyelesaikan masalahnya. Sperti firman Allah SWT dalam kutipan surah Ali Imran ayat 146 :

فَمَا وَهَنُوا لِمَا أَصَابَهُمْ فِي سَبِيلِ اللَّهِ وَمَا ضَعُفُوا وَمَا اسْتَكَانُوا ۗ وَاللَّهُ يُحِبُّ الصَّابِرِينَ

Artinya : “...Mereka tidak (menjadi) lemah karena bencana yang menimpanya di jalan Allah, tidak patah semangat dan tidak (pula) menyerah (kepada musuh). Dan Allah mencintai orang-orang yang sabar.”

Ayat ini menjelaskan bahwa ada tiga kriteria seseorang setelah bersabar. Pertama, seseorang tersebut tidak lemah mental atau tidak menjadi seorang penakut yang artinya ketika individu tersebut menghadapi atau mengalami kesulitan di dalam kehidupannya, seperti kesulitan dalam ekonomi, social dan lainnya, itu tidak membuat ia menjadi seorang yang cepat putus asa serta menyerah, melainkan membuat dia menjadi individu yang kuat dan optimis bahwa ia mampu bertahan dan bangkit untuk meraih kondisi yang lebih baik.

Kedua, tidak menjadi pribadi yang cepat putus asa. Individu tersebut tidak akan memperlihatkan situasi sulitnya kepada orang lain, atau individu yang sabar tidak akan menunjukkan ekspresi sedih atau kesulitannya kepada orang lain, karena ia tidak mau orang lain ikut sedih dalam kesulitan yang ia hadapi, jika pun ia harus mengekspresikan kesedihannya ia akan mengekspresikan kepada Allah SWT atau Tuhan semesta alam, melalui sujud-sujudnya pada setiap peribadahan yang dikerjakan.

Ketiga, tidak pantang menyerah. Seseorang yang sabar ia tidak akan tenggelam dalam kesedihan melainkan ia akan berusaha untuk merubah situasi yang ia hadapi sekarang dan menjadikan kondisi kesedihan tersebut sebagai motivasi untuk terus bergerak pantang menyerah.

Konsep *hardiness* dalam islam juga bisa diartikan sebagai sabar. Sabar berasal dari bahasa arab yaitu shobaro artinya adalah menahan atau menanggung sesuatu. Sabar diartikan sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi berbagai masalah kehidupan, sabar merupakan kunci dalam menghadapi ujian dan cobaan kehidupan.

Sebagaimana dalam Al Qur'an dalam surah Al-Baqaroh ayat 153 menjelaskan bahwa islam juga mengajarkan kepada orang-orang cara menghadapi masalah yaitu dengan meningkatkan kesabaran. Sebagaimana tercantum dalam Al Qur'an :

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ ۚ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ

Artinya : “Hai orang-orang beriman memohonlah pertolongan kepada Allah dengan saba dan sholat, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar.”

Pribadi pantang menyerah merupakan pribadi yang memiliki kemampuan untuk bersyukur apabila mendapatkan sesuatu hal yang membahagiakan, seperti meraih kesuksesan, mendapatkan limpahan rezeki yang halal, dan lain sebagainya. sebaliknya ketika mendapat dan berda pada posisi kesusahan, tidak sesuai dengan harapan, maka apabila tidak dijalankan dengan rasa ikhlas dan sabar akan memberikan tekanan stres yang tinggi.

B. PENYESUAIAN DIRI

1. Definisi penyesuaian diri

Schneiders dalam (Azizah, 2021) Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik guna meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan. Lebih lanjut Schneiders dalam (Lubis, 2009) memaparkan definisi penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*) dan penyesuaian diri sebagai suatu usaha penguasaan (*mastery*). Penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Penyesuaian diri sebagai konformitas terhadap norma memaknai penyesuaian diri individu sebagai usaha konformitas yang menyiratkan bahwa individu seakan-akan mendapat tekanan kuat untuk selalu menghindarkan diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*) yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan frustrasi tidak terjadi.

Menurut Gilmer dalam (Hadist, 2021) mendefinisikan penyesuaian diri adalah proses individu menuju keseimbangan antara keinginan diri, stimulus yang ada dan kesempatan yang ditawarkan oleh lingkungan. Sedangkan menurut Sunarto dan

Hartono dalam (Hadist, 2021) menyatakan penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya.

Menurut Fatimah dalam (Pangaribuan, 2020), penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri agar memenuhi kebutuhan sesuai lingkungan. Sedangkan Walgito dalam (Marlina, 2020) berpendapat bahwa penyesuaian diri adalah proses individu membaurkan diri dengan lingkungan sekitarnya atau sebaliknya individu dapat mengubah lingkungan sesuai dengan yang diharapkan individu itu sendiri.

Hollander dalam (Lubis, 2009) juga menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses mempelajari tindakan atau sikap yang baru untuk menghadapi situasi-situasi baru. Penyesuaian diri terjadi ketika seseorang menghadapi lingkungan yang baru dimana diperlukan adanya respon dari individu.

Berdasarkan uraian diatas dapat dilihat bahwa penyesuaian diri adalah kemampuan individu untuk bereaksi terhadap adanya tuntutan yang dibebankan kepadanya, mampu mempelajari tindakan atau sikap yang baru untuk menghadapi situasi baru yang memerlukan adanya respon-respon mental, mampu menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi, konflik serta menghasilkan kualitas keselarasan dari dalam diri individu dengan tuntutan lingkungan sehingga individu mendapatkan ketenangan secara internal dalam hubungannya dengan dunia sekitarnya.

2. Aspek Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Schneider dalam (Pangaribuan, 2020) penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu :

a. Penyesuaian pribadi

Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Individu menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak objektif sesuai kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya goncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang, dan keluhan terhadap nasib yang dialami. Sebaliknya kegagalan penyesuaian diri ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan terhadap nasib yang dialami.

b. 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. Proses berikutnya yang harus dilakukan individu dalam penyesuaian sosial adalah kemauan untuk mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan. 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.

Menurut Hurlock (2011) menyatakan bahwa ada empat aspek yang dapat dilihat jika individu tersebut mempunyai kemampuan penyesuaian diri yang baik yaitu :

a. Adaptation (penyesuaian diri)

Penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan beradaptasi karena didalamnya mengandung arti konotasi fisik, seperti untuk menghindari ketidaknyamanan akibat cuaca yang tidak sesuai, jadi seseorang membuat sesuatu untuk bernaung. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik, maka individu tersebut mempunyai hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya.

b. Conformity (Kecocokan)

Seseorang dapat dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik jika mempunyai kriteria sosial dan hati nuraninya akan merasakan kenyamanan dalam berhubungan dengan individu lain dilingkungan sosialnya karena adanya keserasian antara tuntutan dari luar dan kemampuan dari dalam diri individu tersebut.

c. Mastery (penguasaan)

Kemampuan seseorang membuat rencana dan mengorganisasikan respon diri, sehingga dapat menguasai dan menanggapi segala hal masalah dengan efisien merupakan salah satu keberhasilan individu dalam menyesuaikan diri.

d. Individual Variation (perbedaan individu)

Adanya perbedaan individual pada perilaku dan respon yang muncul dari masing-masing individu dalam menanggapi masalah.

3. Ciri Ciri Penyesuaian Diri yang Baik

Schneiders dalam (Hadist, 2021) berpendapat bahwa penyesuaian diri seseorang dapat dilihat dari beberapa aspek, yaitu :

a. Emosionalitas yang berlebih

Aspek pertama menekankan kepada adanya kontrol dan ketenangan emosi individu yang memungkinkannya untuk menghadapi permasalahan secara inteligen 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.

b. Mekanisme psikologis

Aspek kedua 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.

c. Perasaan frustrasi personal

Penyesuaian dikatakan normal ketika seseorang bebas dari frustrasi personal. Perasaan frustrasi membuat seseorang sulit untuk bereaksi secara normal terhadap situasi atau masalah. 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.

d. Kemampuan untuk belajar

Proses dari penyesuaian yang normal bisa diidentifikasi dengan pertumbuhan dan perkembangan dalam pemecahan situasi yang penuh dengan konflik, frustrasi atau stres. Penyesuaian normal yang ditunjukkan individu merupakan proses belajar berkesinambungan dari perkembangan individu sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres.

e. Pemanfaatan pengalaman masa lalu

Dalam proses pertumbuhan dan perubahan, penggunaan pengalaman di masa lalu itu penting. Ini merupakan salah satu cara dimana organism belajar. Individu dapat menggunakan pengalamannya maupun pengalaman orang lain melalui proses belajar.

4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Soeparwoto, dkk dalam (Pangaribuan, 2020) faktor penyesuaian diri dibagi menjadi dua bagian yaitu :

a. Faktor internal

- 1) Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi.
- 2) Konsep diri, yaitu bagaimana memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, sosial, psikologis maupun akademik. Konsep diri yang tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk

melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibandingkan dengan konsep diri yang rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.

- 3) Persepsi, yaitu pengamatan dan penilaian terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.
- 4) Sikap, yaitu kecenderungan untuk berperilaku positif atau negatif. Bersikap positif terhadap segala sesuatu yang dihadapi akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian diri yang baik daripada yang sering bersikap negatif.
- 5) Intelegensi atau minat, intelegensi merupakan modal untuk manalar, menganalisis, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Minat akan berpengaruh lebih nyata apabila seseorang memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian dirinya akan lebih cepat.
- 6) Kepribadian, pada prinsipnya tipe kepribadian ekstrovert akan lebih lentur dan dinamis, sehingga lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibandingkan tipe kepribadian introvert yang cenderung kaku dan statis.

b. Faktor eksternal

- 1) Keluarga atau pola asuh orang tua, pada dasarnya pola asuh yang demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih

memberikan peluang bagi individu untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif.

- 2) Kondisi tempat, kondisi tempat yang sehat akan memberikan landasan kepada individu untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.
- 3) Kelompok teman sebaya, hampir setiap seseorang yang memiliki teman sebaya dalam bentuk kelompok. Kelompok teman sebaya ini ada yang menguntungkan pengembangan proses penyesuaian diri tetapi ada pula yang justru menghambat proses penyesuaian diri seseorang.
- 4) Prasangka sosial, adanya kecendrungan sebagian masyarakat yang menaruh prasangka terhadap orang asing, misalnya memberi label memberi dampak negatif kepada orang lain, prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri seseorang.
- 5) Hukum dan norma sosial, bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan mengembangkan individu yang baik penyesuaian dirinya.

Menurut Schneiders (Lubis, 2009) Faktor faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu :

- a. Kondisi fisik yang mempengaruhinya, meliputi : hereditas, kondisi fisik, otot, sistem syaraf, kelenjar dan kesehatan.
- b. Perkembangan dan kematangan, meliputi : moral, emosi, sosial, khususnya intelektual.
- c. Kondisi lingkungan, meliputi : khususnya lingkungan rumah, sekolah, keluarga, dan masyarakat.
- d. Kondisi psikologis, meliputi : proses belajar, pembiasaan, frustrasi, pengalaman, dan konflik.
- e. Faktor kebudayaan, termasuk agama.

Berdasarkan faktor-faktor yang telah dipaparkan di atas, dapat disimpulkan bahwa banyak hal yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri seseorang baik dari faktor internal maupun faktor eksternal, selain itu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri seseorang adalah kondisi fisik, perkembangan dan kematangan emosional, kondisi lingkungan, kondisi psikologis dan kebudayaan atau agama yang dianut seseorang.

5. Perspektif Islam Terhadap Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamik terus menerus yang mencakup respon mental dan tingkah laku dalam mengatasi kebutuhan-kebutuhan

dalam diri individu, sehingga tercapai tingkat keselarasan atau harmoni antara diri dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan dimana individu tinggal.

Dalam Al Qur'an, penyesuaian diri disebutkan dalam beberapa ayat seperti pada surah Al Qasash ayat 77 yang berbunyi :

وَأَتَّبِعْ فِي مَآءِ أُمَّتِكَ اللَّهُ دَرَأَ الْآخِرَةِ وَلَا تَنْسَ نَصِيبَكَ مِنَ الدُّنْيَا وَأَحْسِنَ كَمَا أَحْسَنَ اللَّهُ إِلَيْكَ وَلَا تَبْغِ الْفَسَادَ فِي الْأَرْضِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُفْسِدِينَ

Artinya : “Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagianmu dari (kenikmatan) duniawi dan berbuat baiklah (kepada orang lain) sebagaimana Allah telah berbuat baik, kepadamu, dan janganlah kamu berbuat kerusakan di (muka) bumi. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berbuat kerusakan”.

Dimana dalam ayat tersebut terdapat aspek aspek peyesuaian diri seperti mencari kebahagiaan pada diri sendiri dan berbuat baik pada orang lain sehingga kebutuhan fisiologisnya terpenuhi. Dalam ayat lain juga disebutkan bahwa Individu dalam kehidupan sehari-harinya dituntut untuk menjalin hubungan dengan individu yang lain. Melalui proses interaksi sosial inilah, individu mengadakan penyesuaian dengan lingkungan sekitarnya. Seseorang yang melakukan penyesuaian diri berarti dia menjalin persaudaraan dan persahabatan dengan orang yang ada disekitarnya. Allah SWT menciptakan manusia dengan berbagai perbedaan untuk saling mengenal satu sama lain. Seperti dalam Al-Qur'an surat Al Hujurat ayat 13 yang berbunyi :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ۗ

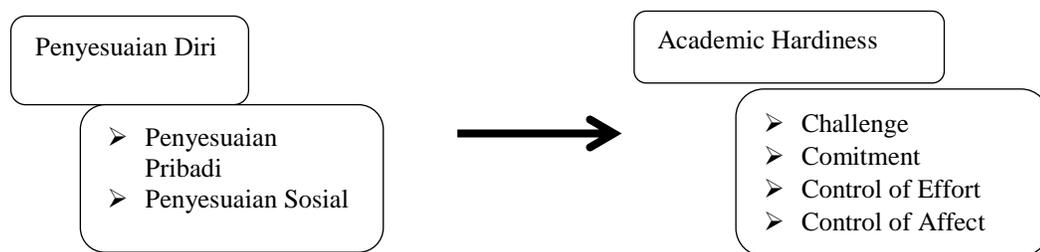
إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ حَكِيمٌ

Artinya : “Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal”.

C. KERANGKA KONSEPTUAL

Kerangka konseptual dari penelitian ini adalah melihat adanya hubungan penyesuaian diri dengan tingkat *academic hardiness* siswa. Dalam penelitian ini dipaparkan tentang adanya hubungan penyesuaian diri dengan *academic hardiness* siswa.

Gambar 2. 1 Kerangka Konseptual



D. HIPOTESIS PENELITIAN

Hipotesis merupakan suatu dugaan sementara terkait permasalahan dalam penelitian yang harus diuji kebenarannya secara empiris. Hipotesis peneliti dalam penelitian ini yaitu :

Ha : Terdapat hubungan penyesuaian diri dengan *academic hardiness* siswa

MA Darul Ulum Banyuwangi

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Desain Penelitian

Jenis dan desain penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Kerlinger (1979) mendefinisikan teori sebagai serangkaian bagian (variabel) definisi dan dalil yang saling berhubungan yang menghadirkan pandangan sistematis tentang fenomena dengan menentukan hubungan antar variabel dengan maksud menjelaskan fenomena ilmiah. Berg (2001: 15) mengemukakan, bahwa teori dapat dipahami sebagai ide yang saling berhubungan dalam bentuk berbagai pola, konsep, proses, hubungan atau peristiwa. Hagan (1993) menyebutkan, teori harus menunjukkan usaha membangun penjelasan tentang realita dengan cara membuat klasifikasi dan mengelompokkan peristiwa, menggambarkan peristiwa, serta memprediksi peristiwa dimasa datang.

Lebih jauh Craswell menjelaskan, bahwa pada penelitian kuantitatif, teori digunakan secara deduktif dan menempatkannya di awal penelitian. Tujuan penelitian kuantitatif adalah menguji atau membuktikan sebuah teori, bukannya untuk mengembangkan teori. Oleh karena itu kita memulai penelitian dengan mengajukan sebuah teori, membuat hipotesa berdasarkan teori, mengumpulkan data dan mengujinya, dan menguji ulang apakah teori tersebut diperkuat atau diperlemah oleh hasil-hasil penelitian.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Kegiatan penelitian pasti akan tertuju pada pemusatan masalah fenomena, gejala utama, dan fenomena lain yang relevan terjadi disuatu tempat. Penelitian terkait sosial dan psikologis, dasarnya fenomena ini merupakan konsep mengenai atribut atau sifat subjek yang bervariasi secara kualitatif maupun kuantitatif. Menurut Sugiyono (2018;13) data kuantitatif merupakan metode penelitian yang berlandaskan positivistic (data konkrit), data penelitian berupa angka-angka yang akan diukur menggunakan statistik sebagai alat uji penghitungan, berkaitan dengan masalah yang diteliti untuk menghasilkan suatu kesimpulan. Filsafat positivistic digunakan pada populasi atau sampel tertentu. Hal lain Sugiyono (2010) berpendapat yang merumuskan variabel penelitian adalah suatu atribut sifat atau nilai dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Adapun variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dua variabel, yaitu :

1. Variabel terikat atau *dependent variable* (Y) adalah variabel yang menjadi pusat perhatian utama penelitian. Menurut (Sugiyono, 2012) *variabel dependent* sering disebut sebagai variabel output, kriteria, konsekuen atau variabel terikat. *Variabel dependent* (terikat) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas.

2. Variabel bebas atau *independent variable* (X) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya dan timbulnya *variabel dependent* (terikat) (Sugiyono, 2012).

Identifikasi variabel pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Variabel terikat atau *dependent variable* (Y) adalah *Academic Hardiness*
- b. Variabel bebas atau *independent variable* (X) adalah : Penyesuaian Diri

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Pengertian operasional menurut Singarimbun (1997) adalah sebagai suatu unsur penelitian yang merupakan petunjuk tentang bagaimana suatu variabel diukur dalam rangka memudahkan pelaksanaan penelitian di lapangan, sehingga memerlukan operasionalisasi dari masing-masing konsep yang digunakan dalam menggambarkan perilaku atau gejala yang dapat diamati dengan kata-kata yang dapat diuji dan diketahui kebenarannya. Dalam penelitian ini, Definisi operasional dari variabel yang diteliti adalah sebagai berikut :

1. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk mengatasi secara efektif berbagai tuntutan atau tekanan yang berasal dari dalam diri individu itu sendiri maupun dari lingkungannya. Penyesuaian diri dalam penelitian ini dapat diungkap

melalui skala penyesuaian diri yang disusun oleh peneliti berdasarkan teori penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders dalam (Azizah, 2021) dimana terdapat dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial yang dapat mengungkap karakteristik penyesuaian diri yang baik. Skala ini menunjukkan semakin tinggi total skor yang diperoleh individu maka akan menunjukkan penyesuaian diri yang baik, sebaliknya semakin rendah total skor yang diperoleh individu maka akan menunjukkan penyesuaian diri yang buruk.

2. Academic Hardiness

Teori *Academic Hardiness* ditemukan oleh Benishek dan Lopez yang merupakan bentukan dari dua teori kognitif, yaitu teori *hardiness* dari Kobasa dan teori motivasi akademik dari Dweck, teori ini dielaborasi untuk memahami mengapa siswa dapat bertahan ketika menghadapi kesulitan akademik.

Aspek *academic hardiness* dalam setting akademik menurut Benishek, dkk (2005) yaitu *commitment, challenge, control of effort, dan control of affect*, dimana keempat aspek tersebut yang berorientasi sebagai sumber kekuatan melawan tekanan dalam lingkup pendidikan.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Sugiyono dalam (Imron, 2019) mengartikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai

kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.

Dari penjelasan diatas maka poulasi yang diambil adalah siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar yang berjumlah 138 siswa.

2. Sampel

Sugiyono dalam (Imron, 2019) mengemukakan bahwa sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan teknik nonprobability sampling dengan metode sampling insidental untuk menentukan sampel penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan metode total sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sample dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

Dalam penelitian ini peneliti mengambil semua sampel sejumlah 138 agar data semakin akurat.

Dalam menentukan sampel dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik Purposive sampling yaitu teknik yang di gunakan peneliti dengan pertimbangan dan kriteria tertentu dalam pengambilan sampelnya.

Penentuan kriteria yang di gunakan dalam dalam pengambilan sampel siswa MA Darul Ulum Banyuanyar di antaranya :

- 1) Siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar
- 2) Tinggal di Pondok Pesantren Banyuanyar

E. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini penulis mengumpulkan data dari kuesioner penelitian yang kemudian diolah dan menghasilkan data skala ordinal. Pernyataan yang digunakan dalam kuesioner penelitian ini berisi aspek-aspek dari penyesuaian diri dan *academic hardiness*. Model skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala Likert yaitu suatu skala psikometrik yang umum digunakan dalam kuesioner, dan merupakan skala yang paling banyak digunakan dalam riset berupa survei.

Pada penelitian ini, tiap variabelnya terdapat empat kategori persetujuan, yaitu sangat tidak setuju (STS), tidak setuju (ST), setuju (S) dan sangat setuju (ST) tidak adanya pernyataan persetujuan yang netral ini didasarkan pada pendapat dari Nussbeck (dalam Azwar, 2014) yang berpendapat tentang perlu atau tidaknya menyediakan pilihan netral atau tengah dipicu karena kekhawatiran beberapa orang yang memiliki pendapat apabila pilihan netral diadakan maka kebanyakan dari subjek akan cenderung memilih pilihan tengah tersebut. Hal tersebut mengakibatkan data tentang perbedaan diantara responden menjadi kurang informatif atau kurang bervariasi.

Tabel 3.1 Skala Likert

Bentuk Jawaban	Nilai	
	<i>Favorable</i>	<i>UnFavorable</i>
Sangat Setuju	4	1
Setuju	3	2
Tidak Setuju	2	3
Sangat Tidak Setuju	1	4

Tabel di atas menjelaskan bahwa bentuk jawaban atas pernyataan yang sifatnya Favorable dapat berupa “Sangat Setuju” yang akan diberi nilai 4, selanjutnya berturut-turut “Setuju” 3, “Tidak Setuju” bernilai 2, “Sangat Tidak Setuju” bernilai 1. Sedangkan bentuk jawaban atas pernyataan yang sifatnya UnFavorable dapat berupa “Sangat Setuju” yang akan diberi nilai 1, selanjutnya berturut-turut “Setuju” dengan nilai 2, “Tidak Setuju” bernilai 3, “Sangat Tidak Setuju” diberi nilai 4 dengan ini peneliti dapat menilai individu dengan menjawab pernyataan tersebut. Skala Likert termasuk skala ordinal, yang merupakan skala untuk menunjukkan urutan (peringkat, tingkatan, atau ranking). Mungkin terjadi, bahwa obyek-obyek satu kategori dalam skala tidak saja berbeda dari obyek-obyek lain dalam kategori lain dalam skala itu, tetapi juga bahwa obyek-obyek itu berada dalam suatu jenis “hubungan” tertentu dengan kategori-kategori tersebut.

Hubungan yang biasanya terdapat antara kelas-kelas adalah : lebih tinggi, lebih disukai, lebih sulit, lebih terganggu, lebih matang dan seterusnya. Hubungan semacam itu dapat ditandakan dengan tanda $>$, yang pada umumnya berarti “lebih besar dari pada” (Siegel, 1988).

Penelitian ini terdapat sejumlah 2 variabel yang akan peneliti ungkap dengan menggunakan masing-masing skala antara lain skala skala penyesuaian diri dan skala *academic hardiness*.

1. Skala Penyesuaian Diri

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala penyesuaian diri yang terdiri dari butir-butir pernyataan yang disusun berdasarkan aspek aspek penyesuaian diri yang baik yang dikemukakan oleh Schneiders dalam (Pangaribuan, 2020) yaitu aspek penyesuain pribadi dan aspek penyesuaian sosial.

Tabel 3.2 *Blueprint* Penyesuaian Diri

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	UnFavorable	
Penyesuaian Pribadi	Kemampuan untuk menyadari dan menerima kelebihan serta kekurangan dirinya, dan mampu bertindak objektif sesuai kemampuan dirinya.	1, 5, 9, 13	4, 8, 12, 16	8
Penyesuaian Sosial	Mampu berinteraksi secara harmonis dengan keluarga, peer group,	2, 6, 10, 14	3, 7, 11, 15	8

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	UnFavorable	
	sekolah dan masyarakat serta mempunyai keinginan untuk menaati nilai, norma dan aturan dalam keluarga, peer group , sekolah, masyarakat.			
	Total			16

2. Skala Academic Hardiness

Skala untuk mengukur aspek *academic hardiness* diadopsi dari skala milik Lois A. Benishek (Benishek et al., 2005) yang telah dikembangkan dan dimodifikasi oleh peneliti sesuai dengan konteks penelitian. Skala *Hardiness* menggunakan model skala Likert yang tiap item terdiri dari empat kategori jawaban sebagai berikut : Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Tabel 3.3 *Blueprint Academic Hardiness*

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
Challenge	Didefinisikan sebagai niat siswa untuk mencari pekerjaan sulit saja dan melihat tantangan sebagai pengalaman yang pada akhirnya akan memberikan kontribusi terhadap pertumbuhan pribadi mereka.	2, 8, 20	12, 15, 17	6
Comitment	Merupakan indikasi dari	4, 18	6, 14	4

Aspek	Indikator	Item		Jumlah
		Favorable	Unfavorable	
	kesediaan siswa untuk mengajukan usaha berkelanjutan dan berkorban untuk unggul secara akademis (misalnya, saya akan mengurangi kegiatan ekstrakurikuler saya dalam rangka meningkatkan nilai saya.			
Control of Effort	Berhubungan dengan kemampuan siswa untuk mengenali dan mengaktifkan perilaku yang meningkatkan kemampuan mereka untuk mengatasi kesulitan akademik	3, 7, 9, 13	5, 10	6
Control of Affect	Merupakan kemampuan siswa untuk mempengaruhi dan mengatur emosi mereka ketika dihadapkan dengan tantangan akademik.	1, 16	11, 19	4
Total				20

F. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

Azwar (2012) menjelaskan bahwa validitas merupakan aspek kecermatan dari suatu pengukuran. Suatu instrumen alat ukur dapat dinyatakan bahwa ia merupakan alat ukur dengan tingkat validitas tinggi apabila alat ukur itu mampu menjalankan fungsinya sebagai alat ukur dengan baik, mampu memberikan hasil dari pengukuran yang sesuai dengan tujuan dilakukannya pengukuran menggunakan alat ukur tersebut. Sebaliknya, apabila alat ukur memberikan hasil data yang tidak relevan dengan tujuan diadakannya pengukuran, maka alat ukur yang digunakan pada pengukuran tersebut memiliki validitas yang rendah.

Dalam menentukan validitas dari skala variable penyesuaian diri dan skala pada variable *academic hardiness* di dalam penelitian ini, maka peneliti memutuskan untuk menggunakan bantuan program komputer yaitu Statistic Product And Service Solution (SPSS).

Item dikatakan valid apabila nilai Corrected Item-Total Correlation > 0.3 dan sebaliknya, apabila nilai Corrected Item-Total Correlation < 0.3 maka item bisa dikatakan tidak valid.

Dalam penelitian ini skala penyesuaian diri yang dibuat oleh peneliti adalah skala berdasarkan teori Schneiders dimana dalam teori tersebut terdapat dua aspek. Dalam setiap aspek terdapat delapan item yang jika ditotal terdapat 16 item pertanyaan.

Selanjutnya berdasarkan hasil pengujian Corelate Pearson Product-Moment menggunakan SPSS, diperoleh hasil hanya 11 item saja yang valid pada penelitian ini.

Sedangkan pada skala *academic hardiness* yang dibuat oleh peneliti adalah skala berdasarkan teori Lois A. Benishek yang sudah diadaptasi dimana dalam teori tersebut empat aspek. Dalam skala ini terdapat 20 item pertanyaan. Selanjutnya berdasarkan hasil pengujian Corelate Pearson Product-Moment menggunakan SPSS, diperoleh hasil hanya 10 item saja yang valid pada penelitian ini.

2. Realibilitas

Reliabilitas memiliki asal kata *reliability* yang berarti suatu hal yang mengarah kepada konsistensi, kestabilan, serta kejelasan dari hasil pengukuran dan memiliki makna mengenai seberapa tinggi ketepatan dalam suatu pengukuran. Instrumen yang reliabel akan memberikan hasil pengukuran yang bersifat konsisten dan cermat (Azwar, 2012).

Semakin tinggi tingkat reliabilitas suatu alat pengukuran maka stabil pula alat pengukuran tersebut. Uji ini dilakukan dengan menggunakan uji statistik Cronbach Alpha, dengan ketentuan variable yang dikatakan reliabel adalah nilai Cronbach Alpha $> 0,6$. Sedangkan jika nilai Cronbach Alpha $< 0,6$ dikatakan tidak reliabel.

Tabel 3.4 Uji Reabilitas

Reliability Statistics		
	Cronbach's Alpha	N of Items
Penyesuaian Diri	0,744	11
<i>Academic Hardiness</i>	0,833	10

Dari data yang diperoleh diatas menunjukkan bahwa skala penyesuaian diri dan *academic hardiness* memiliki realibitas yang cukup dan dan lebih besar dari standar Alpha (0,6). Oleh karena itu, berdasarkan skor yang diperoleh skala ini dapat dinyatakan reliabel atau memenuhi standar reliabilitas.

G. Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis berupa regresi linier sederhana. Yuliara (2016) menjelaskan bahwa Regresi linier sederhana adalah model persamaan yang memberikan gambaran pengaruh atau hubungan dari satu variabel dependen dengan satu variabel independen. Persamaan dari regresi linier sederhana pada umumnya digambarkan sebagai berikut :

$$\hat{Y} = a + bX$$

Keterangan :

\hat{Y} : variabel respon

a : konstanta / perpotongan dengan sumbu vertikal

b : konstanta regresi

X : variabel bebas

Perhitungan analisis data pada penelitian ini akan dilakukan menggunakan bantuan dari program komputer yaitu Statistic Product And Service Solution (SPSS).

Analisa data dari penelitian ini menggunakan alat bantu pengolahan statistika berupa software SPSS for Windows dan Microsoft Excel.

1. Uji Normalitas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian dari kedua variabel sudah terdistribusi normal atau tidak. Untuk pengukuran normalitasnya peneliti menggunakan Teknik one-sample Kolmogov-smirnov dan penghitungannya dengan bantuan SPSS version 20. Data tersebut berdistribusi normal bila skornya yang didapat berupa $P > 0,05$.

2. Uji Linieritas

Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah sebaran dari titik yang merupakan nilai dari variabel-variabel penelitian dapat ditarik garis lurus yang menunjukkan terdapat hubungan linier atau tidak antara variabel tersebut. Adapun uji linieritas dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji F dan pola penyebaran skor skala dengan menggunakan intertive graph yang dapat menghasilkan diagram pencar. Menurut Susetyo (2012) Pengujian linearitas diperlukan beberapa kelompok data yang setiap kelompok terdiri dari beberapa data yang sama pada data X dan pasangan data tersebut pada data Y.

Data akan dikategorisasikan sebagai linier apabila pada kolom nilai probabilitas atau $p > 0.05$.

3. Uji Hipotesa

Tujuan dari penelitian kuantitatif adalah melakukan pengujian terhadap hipotesa yang diberikan pada awal penelitian. Penelitian ini adalah menguji apakah terdapat hubungan antara Penyesuain Diri dan *Academic Hardiness* pada populasi. Maka dilakukan uji hipotesis menggunakan korelasi product moment.

Jika nilai Sig. atau probabilitas lebih kecil dari 0.05 (Sig. < 0.005) artinya terdapat hubungan positif yang signifikan. Sebaliknya, apabila nilai lebih besar dari 0.05 (Sig. > 0.05) berarti tidak ada hubungan yang signifikan.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Rancangan Penelitian

1) Gambaran Lokasi Penelitian

Madrasah Aliyah Darul Ulum Banyuanyar Poto'an Daya Palengaan Pamekasan secara resmi didirikan pada tanggal 26 Juli 1983, dirintis oleh KH. Muhammad Syamsul Arifin selaku pengasuh Ponpes Darul Ulum Banyuanyar. Dari awal berdirinya madrasah Aliyah dilator belakang prinsip dan keinginan untuk memberlakukan secara berimbang antara ilmu pengetahuan agama dengan ilmu pengetahuan umum sehingga tidak ada istilah dikotomisasi ilmu. Hal ini juga dimaksudkan sebagai respon terhadap tuntutan zaman yang semakin pesat dengan kebutuhan masyarakat yang semakin kompleks. Masyarakat selain mengharap pendidikan di pondok pesantren dapat melahirkan insan yang mumpuni di bidang agama juga memiliki kompetensi dan kecakapan hidup (life Skill) yang dapat bersaing pada dunia global, minimal dapat beradaptasi dengan laju perkembangan zaman yang telah berubah,. Dengan latarbelakang inilah, KH Muhammad Syamsul Arifin berinisiatif membuka Madrasah Aliyah dengan harapan lulusan yang dihasilkan kelak dapat memberikan kontribusi terhadap agama, bangsa dan negara.

Dalam perkembangannya, Madrasah Aliyah Darul Ulum Banyuanyar

Pamekasan dengan modifikasi kurikulum muatan lokal pesantren dipadu dengan kurikulum Kemenag sampai sekarang dapat diterima oleh masyarakat sekitarnya, terbukti tiap tahunnya terus mengalami kemajuan, setidaknya jika dilihat dari jumlah siswa yang terus meningkat.

Madrasah Aliyah Darul Ulum Banyuanyar secara geografis beralamat di Jl. PP. Banyuanyar, desa Potoan Daya, Kecamatan Palengaan, Kabupaten Pamekasan. Madrasah Aliyah ini masih dalam satu lingkup pondok pesantren Darul Ulum Banyuanyar.

2) Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan langsung di Madrasah Aliyah Darul Ulum Banyuanyar pada, peneliti melakukan tiga kali kunjungan ke tempat penelitian dari rentan tanggal 01 Agustus 2023 sampai 06 Agustus 2023. Dalam melakukan penelitian, peneliti dibantu oleh beberapa staf guru untuk menyebarkan kepada siswa.

3) Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data ini dilakukan dengan beberapa cara. Pertama, peneliti meminta izin kepada waka kesiswaan untuk meminta sedikit waktu untuk menyebarkan angket kepada siswa ke kelas secara langsung. Sebelum dibantu oleh pembantu penelitian, peneliti menjelaskan terlebih dahulu secara detail karakteristik responden yang diinginkan peneliti, jumlah responden, jenis dan cara mengisi kuesioner kepada responden.

Setelah semua data terkumpul, selanjutnya dilakukan skoring dengan tahapan sebagai berikut; pertama, melakukan pengkodean skor pada kuesioner dengan item

favorable bernilai 4 untuk sangat setuju, tiga untuk setuju, dua untuk tidak setuju dan satu untuk sangat tidak setuju. Sebaliknya untuk item unfavorable nilai satu untuk sangat tidak setuju, dua untuk tidak setuju, tiga untuk setuju, empat untuk sangat setuju. Selanjutnya menginput data skoring tersebut ke excel yang dilanjutkan penginputan ke spss, terakhir, menganalisis dan mengolah tersebut data menggunakan SPSS serta analisis komparatif (independent sample t-test) dengan SPSS untuk menginterpretasikan data angka yang diperoleh menjadi informasi statistik.

2. Uji Asumsi

1) Uji Normalitas

Sebelum melakukan pengujian hipotesis perlu dilakukan pengujian model distribusi normal yang digunakan sebagai sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal. Pengujian normalitas data digunakan untuk mengetahui bentuk distribusi data yang digunakan dalam penelitian. Data yang digunakan harus berbentuk distribusi normal jika nilai signifikan dari hasil uji Kolmogorov-Smirnov \geq 0.05.

Tabel 4.1 Hasil Uji Normalitas

One-Sample	Penyesuaian	<i>Academic</i>
Kolmogorov_Smir	Diri	<i>Hardiness</i>
nov Test		
Signifikansi	.150	.120

Berdasarkan tabel 4.1 di atas bisa diketahui bahwa nilai Asymp.Sig. (2- tailed) pada kedua variabel penelitian ini sebesar 0,150 dan 0,120 atau lebih besar dari 0,05. Nilai ini menunjukkan bahwa data penelitian tersebar secara normal pada populasi dan bisa dilanjutkan pada uji korelasi statistik parametrik.

2) Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui kedua variabel memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Dua variabel dikatakan mempunyai hubungan yang linier bila signifikan kurang dari 0.05.

Tabel 4.2 Hasil Uji Linearitas

Linearity	0.000
Deviation from Linearity	0.773

Dari hasil di atas diketahui bahwa tingkat signifikan uji linearitas variabel penyesuaian diri dengan *academic hardiness* menunjukkan hasil 0.000 dimana sig dari linearity ≤ 0.05 , maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang linier.

3. Uji Analitis Deskriptif

Analisis deskriptif data digunakan untuk memberikan jawaban terhadap rumusan masalah yang sudah terangkum di Bab 1. Analisis deskriptif ini memerlukan distributor normal yang didapat dari mean dan standar deviasi dari masing-masing variable dengan menggunakan SPSS version 20 for windows.

1) Tingkat Penyesuaian Diri

Rumusan kategori penyesuaian diri :

1. Tinggi = Mean + 1 SD > X

$$= 30.64 + 5.39 > X$$

$$= X > 36.03$$

$$2. \text{ Sedang} = \text{Mean} - 1 \text{ SD} < X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$$

$$= (30.64 - 5.39) < X < (30.64 + 5.39)$$

$$= 25.25 < X < 36.03$$

$$3. \text{ Rendah} = X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$$

$$= X < (30.64 - 5.39)$$

$$= X < 25.25$$

Berdasarkan distribusi diatas, dapat ditentukan besarnya frekuensi untuk masing-masing kategori berdasarkan skor yang diperoleh. Untuk data selengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 4.3 Pengkategorian Penyesuaian Diri

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X > 40.78$	24	17,4%
Sedang	$20.5 < X < 40.78$	88	63,8%
Rendah	$X < 20.5$	26	18,8%
Total		138	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat penyesuaian diri pada siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar yang tinggal di pondok pesantren yang memiliki penyesuaian diri tingkat tinggi yaitu 17,4% (24 responden), tingkat sedang 63,8% (88 responden), dan tingkat rendah 18,8% (26 responden).

2) Tingkat Academic Hardiness

Rumusan kategori *academic hardiness* :

$$1. \text{ Tinggi} = \text{Mean} + 1 \text{ SD} > X$$

$$= 29 + 5.67 > X$$

$$= X > 34.67$$

$$2. \text{ Sedang} = \text{Mean} - 1 \text{ SD} < X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$$

$$= (29 - 5.67) < X < (29 + 5.67)$$

$$= 23.33 < X < 34.67$$

$$3. \text{ Rendah} = X < \text{Mean} - 1 \text{ SD}$$

$$= X < (29 - 5.67)$$

$$= X < 23.33$$

Tabel 4.4 Pengkategorian *Academic Hardiness*

Kategori	Kriteria	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X > 34.67$	20	14,5%
Sedang	$23.34 < X < 34.66$	93	67,4%
Rendah	$X < 23.34$	25	18,1%
Total		138	100%

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa tingkat penyesuaian diri pada siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren yang memiliki penyesuaian diri tingkat tinggi yaitu 14,5% (20 responden), tingkat sedang 67,4% (93 responden), dan tingkat rendah 18,1% (25 responden).

4. Uji Hipotesa

Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi

Variabel	Rerata	SD	Person Correlation	Signifikansi
Penyesuaian Diri	30,64	5,396		
<i>Academic Hardiness</i>	29,00	5,676	.338	0.000

Korelasi antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness* yaitu $N= 138$, dengan nilai korelasi 0.338. Kemudian nilai signifikan 0.000, dimana nilai signifikan < 0.05 , yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness*.

Dari nilai tersebut dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness*, dimana semakin tinggi tingkat penyesuaian dirinya, semakin tinggi pula *academic hardiness*-nya. Sebaliknya, semakin rendah tingkat penyesuaian diri, semakin rendah pula *academic hardiness*-nya.

B. Pembahasan

1. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa

Hasil dari penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti dengan judul Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Akademik *Hardiness* Siswa Kelas XI MA Darul Ulum Banyuwang di Lingkungan Pondok Pesantren Darul Ulum Banyuwang, Desa Potoan Daja, Kecamatan Palengaan, Kabupaten Pamekasan bahwa didapat hasil tingkat Penyesuaian Diri siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwang pada tingkat sedang. Hollander dalam (Lubis, 2009) menjelaskan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses mempelajari tindakan atau sikap yang baru untuk menghadapi situasi-situasi baru. Penyesuaian diri terjadi ketika seseorang menghadapi lingkungan yang baru dimana diperlukan adanya respon dari individu. Schneiders dalam (Azizah, 2021) Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik guna meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan. Lebih lanjut Schneiders dalam (Lubis, 2009) memaparkan definisi penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*) dan penyesuaian diri sebagai suatu usaha penguasaan (*mastery*). Penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Penyesuaian diri sebagai konformitas terhadap norma memaknai penyesuaian diri individu sebagai usaha konformitas yang menyiratkan bahwa individu seakan-akan

mendapat tekanan kuat untuk selalu menghindari diri dari penyimpangan perilaku, baik secara moral, sosial, maupun emosional. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (mastery) yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan dan frustrasi tidak terjadi. Berdasarkan konsep penyesuaian diri sebagai proses penyesuaian diri yang efektif dapat diukur dengan mengetahui bagaimana kemampuan individu menghadapi lingkungan yang senantiasa berubah.

Tingkat Penyesuaian Diri Siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di Pondok Pesantren diperoleh 24 siswa pada kategori tinggi dengan persentase 17,4%, 88 siswa pada kategori sedang dengan persentase 63,8 %, serta 26 siswa pada kategori rendah dengan persentase 15,2 %. Dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa kelas X SMA Excellent Al-Yasini yang tinggal di pondok pesantren berada pada kategori sedang. Penyesuaian Diri adalah suatu proses dinamis yang memuat hubungan lebih sesuai dengan lingkungannya dengan berusaha menanggulangi ketegangan-ketegangan dalam dirinya sehingga akan mampu membuat hubungan-hubungan yang menyenangkan dengan lingkungannya. Menurut Schneider dalam (Pangaribuan, 2020) memiliki dua aspek yaitu penyesuaian pribadi dan penyesuaian sosial. Penyesuaian pribadi adalah kemampuan individu untuk menerima diri sendiri dengan lingkungannya, menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan keadaan dirinya. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan

tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, dongkol, kecewa, atau tidak percaya pada kondisi dirinya. Sedangkan penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu hidup dan berinteraksi dengan orang lain.

Masalah utama yang dialami siswa yang tinggal di pondok pesantren adalah adaptasi pada lingkungan baru. Banyak dari mereka yang datang dari berbagai daerah sehingga mereka harus mampu menemukan teman baru dalam proses penyesuaian diri mereka, selain itu lingkungan yang baru juga akan mempengaruhi terhadap kebiasaan sehari-harinya, apalagi dengan adanya peraturan-peraturan dan kegiatan yang sudah diprogramkan untuk mereka sehingga mereka akan lebih bertanggung jawab dan mandiri.

Penyesuaian diri adalah proses yang melibatkan respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha memenuhi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik guna meningkatkan keseimbangan antara kebutuhan dari dalam diri individu dan lingkungan sehingga mayoritas anak akan belajar bahwa penyesuaian diri sangatlah penting. Kedua, akan mempelajari karakter teman yang sesuai kebutuhan dan mencari teman sesuai yang diinginkan. Ketiga, ketika mencari teman yang sesuai dia akan dengan sendirinya belajar menyesuaikan diri dengan kelompok sosialnya, sehingga akan mendahulukan kelompok sosialnya dan tidak bersifat egosentris.

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Schneiders yaitu, kondisi fisik yang meliputi hereditas, otot, sistem syaraf, serta kesehatan dan kondisi

psikologis yang meliputi proses belajar, pembiasaan, frustrasi, pengalaman, dan konflik. Selain itu, perkembangan dan kematangan emosional, moral, sosial dan intelektual juga memiliki peran penting dalam mempengaruhi penyesuaian diri siswa. Selanjutnya, faktor eksternal seperti kondisi lingkungan pondok pesantren, sekolah, teman sekamar, serta budaya yang berbeda dapat mempengaruhi penyesuaian diri siswa.

2. Tingkat *Academic Hardiness* Siswa

Berdasarkan analisis data dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti ditemukan bahwa tingkat *academic hardiness* siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren berada pada tingkatan sedang. *Academic Hardiness* Benishke dan Lopez merupakan bentukan dari dua teori berorientasi kognitif, teori *hardiness* Kobasa dan teori Dweck tentang motivasi akademik, yang mungkin berguna dalam memahami mengapa beberapa siswa bertahan ketika menghadapi kesulitan akademik sedangkan yang lainnya tidak. Teori *hardiness* Kobasa sendiri menunjukkan bahwa tiga proses penilaian kognitif (kontrol, komitmen, dan tantangan) berhubungan dengan ketekunan ketika menghadapi keadaan kehidupan yang sulit. Sedangkan teori motivasi akademik memberi pemahaman yang lebih baik bagaimana prestasi akademik dipengaruhi oleh tujuan akademik siswa (Rahmawati, 2014). Kobasa dalam (Manzil, 2021) berpendapat *hardiness* merupakan sebuah karakteristik kepribadian yang dimiliki individu dalam menghadapi keadaan stress adalah ketahanan psikologis yang dapat menolong

seseorang dalam mengelola stress yang dialami. Kobasa berpendapat bahwa individu yang mempunyai tingkat *hardiness* tinggi akan mempunyai serangkaian sikap yang membuat mereka tahan terhadap stress. Kemudian individu dengan tingkat kepribadian *hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna dan membuat individu tersebut sangat antusias dalam mencapai masa depan, karena perubahan - perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya. Dalam setting pendidikan *academic hardiness* merupakan karakter kepribadian yang diyakini sebagai salah satu faktor internal yang mempengaruhi prestasi akademik (Arsyad et al., 2022). Menurut Wicaksono dalam (Arsyad et al., 2022) seseorang yang memiliki kecenderungan *academic hardiness* rendah akan kesulitan dalam menghadapi berbagai tantangan pada kegiatan akademik dan pengembangan diri soft skill di sekolahnya. Kepribadian *hardiness* harus dimiliki pelajar agar dapat survive (bertahan) dalam menjalankan aktifitas pendidikannya.

Tingkat *academic hardiness* Siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar yang tinggal di pondok pesantren diperoleh 20 siswa berada di kategori tinggi dengan nilai persentase 14,5%, 93 siswa pada kategori sedang dengan nilai presentase 67,4%, dan 25 siswa pada kategori rendah dengan prosentase 18,1%. Dapat disimpulkan bahwa tingkat *academic hardiness* siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuanyar yang tinggal di pondok pesantren berada pada kategori sedang.

Hardiness dapat dimaknai sebagai sifat pantang menyerah. *Hardiness* adalah bentuk dari upaya diri yang memberikan motivasi dan keberanian untuk melakukan kerja keras atau upaya penanganan suatu masalah agar dapat bertahan meskipun dalam keadaan yang membuat stress (Maddi, 2006) dalam (Trifiriani & Agung, 2017). Kobasa dalam (Trifiriani & Agung, 2017) juga meberikan pendapatnya tentang *hardiness* yaitu merupakan sebuah karakter kepribadian yang dapat menjadi sumber motivasi dalam menghadapi stres di kehidupannya.

Lebih lanjut Kobasa dalam (Merienda & Rozali, 2020) menjelaskan bahwa *hardiness* muncul dampak dari serangkaian karakteristik individu yang mampu membantu individu mengubah keadaan yang potensial mendatangkan stress menjadi peluang untuk meningkatkan kinerja, kepemimpinan, perilaku, kesehatan, dan perkembangan psikologis. Individu yang memiliki tingkat *Hardiness* tinggi akan memiliki fokus strategi, kontrol dan komitmen yang tinggi dalam menghadapi tugas dan tekanan (Fahmi & Widyastuti, 2018).

Faktor faktor yang mempengaruhi *academic hardines* pada siswa adalah penguasaan pengalaman, perasan positif, pola asuh orang tua dan hubungan hangat yang mendukung atau *support system*. Penguasaan pengalaman yang baik dapat menunjukkan bahwa individu mempunyai kemampuan yang dibutuhkan untuk berhasil sehingga mengakibatkan meningkatnya kepribadian tahan banting. Perasaan dan sikap positif pada idividu manjadikan individu melihat dirinya sebagai orang yang dicintai dan berharga bagi orang lain dan dirinya sendiri sehingga menimbulkan

persepsi yang positif dalam dirinya. Hubungan orang tua dengan anak yang hangat, peduli, saling mencintai dan memimpin anak-anaknya akan memberikan penilaian diri yang positif bagi anak. Pola asuh orang tua dapat mempengaruhi tingkat optimisme pada anak-anaknya. Hubungan di dalam keluarga yang dekat, positif, saling peduli dan mendukung akan bermanfaat untuk perkembangan kesejahteraan anak dan sesuai dengan kebutuhannya, dan pada akhirnya akan memberikan kontribusi untuk berkembangnya sikap tahan banting pada individu. Dan yang terakhir hubungan hangat atau *support system* yang baik dapat meningkatkan sifat *hardiness* individu. Penilaian kognitif, orang yang keras cenderung lebih sehat dan menganggap hidup sebagai hal yang positif dan menantang. Hal tersebut tidak jauh dari peran keluarga yang memberikan sikap yang hangat dan saling mendukung sehingga konsep keluasan keluarga ini dapat menjadi kontribusi dalam membangun sikap *hardiness* pada anak.

3. Hubungan Penyesuaian Diri dengan *Academic Hardiness* Siswa

Dari hasil penelitian korelasi yang dilakukan tentang hubungan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness* pada siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren Darul Ulum Banyuwangi yang dilakukan dengan uji korelasi. Dari hasil uji korelasi terdapat hubungan yang positif, sedangkan hubungan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness* dikatakan signifikan. Taraf signifikan kedua variabel tersebut adalah 0.000 (< 0.05) sehingga berkorelasi secara signifikan. Korelasi antara penyesuaian diri dengan *academic*

hardiness adalah 0.338 menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang cukup signifikan antara penyesuaian diri dengan *academic hardiness*. Arah hubungan (r) adalah positif, artinya semakin tinggi tingkat dukungan penyesuaian diri maka semakin tinggi pula tingkat *academic hardiness* pada siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren Darul Ulum Banyuwangi.

Sebagai seorang siswa sekaligus santri selain harus bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru, siswa juga harus memiliki kepribadian yang tahan banting agar siswa tersebut dapat beradaptasi dengan baik dan memiliki nilai akademik yang bagus. Sehingga siswa yang bersekolah dan sekaligus tinggal di pondok pesantren dapat *survive* menjalani masa sekolahnya di lingkungan pondok pesantren.

Santrock (2008) mengatakan bahwa individu yang memiliki kemandirian kurang baik cenderung memiliki kesulitan dalam hubungan pribadi maupun karir. Hal ini dapat diartikan bahwa kurangnya kemandirian dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi sejauh mana individu dapat beradaptasi dengan lingkungan mereka. Santrock (2008) juga mencatat dalam penelitiannya yang melibatkan 3000 siswa baru di 500 wilayah di seluruh dunia bahwa siswa baru tampaknya mengalami tekanan dan depresi lebih sering dibandingkan dengan masa lalu. Siswa yang kesulitan menyesuaikan diri baik dengan diri sendiri maupun dengan lingkungan seringkali menunjukkan pola perilaku yang tidak tepat atau yang biasa disebut maladjustment.

Dalam membantu proses penyesuaian diri siswa, sekolah mengadakan masa orientasi sebagai pengenalan terhadap guru guru, peraturan dan tata tertib yang ada di sekolah tersebut. Begitu pula pondok pesantren Darul Ulum Banyuwangi yang mengadakan sosialisasi terkait peraturan dan tata tertib bagi mereka siswa yang tinggal di lingkungan pondok pesantren Banyuwangi, kegiatan – kegiatan baik yang wajib mereka ikuti dan yang sifatnya penunjang.

Selanjutnya, pondok pesantren Darul Ulum Banyuwangi mengelompokkan mereka (siswa satu angkatan) di satu blok yang sama dengan tujuan agar mereka semakin lebih sering bersama dan lebih mudah bekerja kelompok ketika ada tugas dari sekolah. Selain itu, setiap kamar diberikan satu ustadz pendamping agar ketika mereka memiliki permasalahan dapat bercerita atau berkonsultasi pada ustadz pendamping tersebut.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan paparan hasil penelitian, didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Sebagian besar siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren memiliki tingkat Penyesuaian Diri pada kategori sedang, yakni 63,8%. Hal ini sesuai dengan teori dari Schneiders bahwa faktor-faktor yang memengaruhi penyesuaian diri melibatkan kondisi fisik, psikologis, dan lingkungan, terutama bagi siswa yang datang dari berbagai daerah dan harus menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pesantren yang baru. Masalah utama yang dihadapi siswa tersebut adalah proses adaptasi pada lingkungan baru, menemukan teman baru, serta beradaptasi dengan peraturan dan kegiatan wajib yang telah diprogramkan.
2. Selanjutnya, tingkat *Academic Hardiness* siswa kelas XI MA Darul Ulum Banyuwangi yang tinggal di pondok pesantren, juga berada pada kategori sedang, dengan persentase 67,4%. Hal ini sesuai dengan teori Benishek dan Lopez bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *academic hardiness* mencakup penguasaan pengalaman, perasaan positif, pola asuh orang tua, dan hubungan hangat yang mendukung. Masalah dalam hal ini adalah bahwa siswa dengan kecenderungan *academic hardiness* rendah mungkin

mengalami kesulitan menghadapi tantangan akademik dan mengembangkan soft skill di sekolah.

3. Terakhir, dari kedua variabel tersebut terdapat korelasi atau hubungan positif antara penyesuaian diri dan *academic hardiness* siswa dengan nilai Sig. 0,000. Dalam artian, siswa dengan tingkat dukungan penyesuaian diri yang tinggi juga cenderung memiliki tingkat *academic hardiness* yang tinggi. Pentingnya penyesuaian diri terlihat dalam adaptasi terhadap lingkungan baru, sementara kemandirian belajar berperan dalam keberhasilan akademik dan perkembangan siswa.

Secara keseluruhan, kesimpulan menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti penyesuaian diri, dan *academic hardiness* saling terkait dan berpengaruh pada keberhasilan siswa di sekolah.. Upaya seperti masa orientasi, pengelompokan, dan pendampingan oleh ustadz dilakukan untuk membantu siswa dalam proses penyesuaian diri dan pembentukan karakter akademik yang tangguh.

B. SARAN

Dari penelitian yang telah peneliti lakukan, saran yang dapat diberikan supaya penelitian ini dapat menjadi manfaat bagi sekolah yaitu semua elemen harus saling bersinergi agar dapat menciptakan lingkungan yang nyaman bagi siswa. Siswa juga harus beradaptasi untuk lebih mandiri dan bertanggung jawab. Hal ini agar dapat membantu membangun hubungan positif antar siswa dan memantu proses belajar mereka.

Saran untuk siswa MA Darul Ulum Banyuwangi adalah secepat mungkin beradaptasi dengan lingkungan dan kebiasaan baru sehingga akan merasa lebih nyaman dan tenang dalam menjalankan pendidikannya selama tinggal di lingkungan pondok pesantren serta meningkatkan nilai akademik di sekolah.

Saran untuk lembaga, mungkin lebih diintensifkan mentoring dari ustadz/musyrif juga diperlukan oleh pra siswa yang tinggal di lingkungan pondok pesantren agar mereka lebih cepat dalam menyesuaikan diri dan membantu mereka dalam proses adaptasi kebiasaan dan lingkungan baru.

Kelemahan pada penelitian ini, kurangnya efisiensi waktu dalam pengambilan data, dikarenakan peneliti tidak bisa mengambil data/membagikan kuesioner secara sekaligus kepada siswa dikarenakan banyak siswa yang tidak masuk sekolah.

Saran untuk penelitian selanjutnya, bisa dilakukan penelitian lebih lanjut, seperti menjadikan penyesuaian diri menjadi variabel utama dalam penelitian selanjutnya. Atau bisa juga dengan menambahkan variabel mediasi seperti contoh variabel iklim sekolah.

Daftar Pustaka

- Arlena, S. P. (2019). *Pengaruh Kepribadian Hardiness Remaja yang Memiliki Ibu Bekerja Terhadap Motivasi Berprestasi dan Ketakutan Terhadap Kegagalan pada Mahasiswa*. Skripsi. Universitas Islam Riau.
- Arsyad, M., Sulistiyana, & Setyowati, E. (2022). Analisis *Academic Hardiness* Pada Mahasiswa FKIP ULM Angkatan 2018. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(2), 35–43.
<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jbk>
- Azizah, S. N. (2021). *Penyesuaian Diri Santri Baru Di Pondok Pesantren*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Benishek, L. A., Feldman, J. M., Shipon, R. W., Mecham, S. D., & Lopez, F. G. (2005). Development and Evaluation of the Revised *Academic Hardiness* Scale. *13*(1), 59–76. <https://doi.org/10.1177/1069072704270274>
- Fahmi, A. R., & Widyastuti. (2018). Hubungan Antara *Hardiness* Dengan Burnout Pada Santri Pondok Pesantren Persatuan Islam Putra Bangil. *Jurnal Psikologi POSEIDON - Jurnal Ilmiah Psikologi Kelautan-Kemaritiman*, 1(1), 62–70.
<https://journal-psikologi.hanguah.ac.id/index.php/jpp/article/view/26/11>
- Hadist, A. F. Al. (2021). *Penyesuaian Diri Pada Individu Periode Dewasa Awal Yang Memiliki Orangtua Tiri*. Universitas Mulawarman Samarinda.
- Imron, I. (2019). *Analisa Pengaruh Kualitas Produk Terhadap Kepuasan Konsumen Menggunakan Metode Kuantitatif Pada CV. Meubele Berkah Tangerang*. 5(1), 19–28.
- John W. Santrock. (2008). *Psikologi Pendidikan*. Jakarta: Prenada Media Group
- Lubis, M. U. (2009). *Penyesuaian Diri Orang Tua Yang Memiliki Anak Autis*. Universitas Sumatera Utara.

- Manzil, L. D. (2021). *Hubungan Antara Academic Hrdines Dengan Perilaku Gaming Addiction Pada Siswa SMP Negeri 15 Malang*. UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Marlina, I. (2020). *Hubungan Antara Penyesuaian Diri Dan Dukungan Sosial Dengan Penerimaan Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Al - Mursin Kotabumi Lampung Utara*. UIN Raden Intan Lampung.
- Merianda, N., & Rozali, Y. A. (2020). Pengaruh self regulated learning terhadap *hardiness* pada santri MTS Pondok Pesantren Daar El-Qolam 1 Tenggerang. *JCA Psikologi*, 1(1), 66–74.
- Nirwana, B., Putra, Y. Y., & Yusra, Z. (2014). Gambaran *Hardiness* Pada Individu dengan Disabilitas yang Sukses. *Jurnal Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang*, 5(2), 114–124.
<http://ejournal.unp.ac.id/index.php/psikologi/article/view/6626>
- Pangaribuan, J. C. (2020). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Thailand Di Universitas Islam Riau*. Universitas Islam Riau.
- Pangestu, N. (2019). *Hardiness pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang*.
- Purifiedriyaningrum, I., & Saptandari, E. W. (2022). *Hardiness, Dukungan Sosial, dan Penyesuaian Diri Guru Tingkat Sekolah Dasar di Masa Pandemi Covid-19*. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, 8(1), 36–55.
<https://doi.org/10.22146/gamajop.66553>
- Puspasari, K. D. (2017). *Better Self: Metode Game Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa*. Universitas Muhammadiyah Malang.
- Rahmawati, O. (2014). *Pengaruh Pemenuhan Kebutuhan Psikologis Terhadap*

Academic Hardiness Siswa Akselerasi Madrasah Aliyah Kota Malang. UIN Maulana Malik Ibrahim.

Thahirah, R., & Insan, I. (2020). Hubungan *Hardiness* Dengan Regulasi Emosi Pada Mahasiswa Di Era Pandemi Covid-19. *JURNAL PSIMAWA: Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 3(2), 82–88.

https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjL18m9xej3AhW26XMBHaGhBHA4FBAWegQIEBAB&url=https%3A%2F%2Fwww.jurnal.uts.ac.id%2Findex.php%2FPSIMAWA%2Farticle%2Fdownload%2F1288%2F778&usg=AOvVaw0Ue_JlxjXBikXMU48GIGDt

Trifiriani, M., & Agung, I. M. (2017). *Academic Hardiness* dan Prokrastinasi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UIN Sultan Syarif Kasim Riau*, 13(2), 143–149.
<http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/psikologi/article/view/3626/pdf>

LAMPIRAN

Lampiran 1

Skala *Academic Hardiness*

Nama:

Kelas:

Jenis Kelamin:

Petunjuk Pengisian

Di bawah ini terdapat pernyataan-pernyataan yang memiliki empat (4) pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai dengan diri anda

S : Sesuai dengan diri anda

TS : Tidak Sesuai dengan diri anda

STS : Sangat Tidak Sesuai dengan diri anda

Pilihlah salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai menurut anda. Jawablah semua pernyataan ini menurut pendapat dan sikap anda sendiri! Berilah tanda check list (√) pada setiap jawaban yang anda pilih, apabila anda salah menjawab, berilah tanda sama dengan (=). Kemudian check list jawaban pengganti.

Jawaban yang anda berikan tidak dinilai benar atau salah, hasil jawaban hanya digunakan untuk tujuan ilmiah. Oleh karena itu, jawablah dengan jujur dan tidak perlu ragu-ragu. Setiap jawaban anda akan kami jaga kerahasiaannya.

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya merasa tertantang bersekolah di lingkungan pesantren				
2	Saya tetap tenang meskipun sempat khawatir sebelum ujian				
3	Saya meningkatkan intensitas belajar saya ketika tidak dapat ranking kelas				
4	Saya berusaha belajar pada teman ketika ada pelajaran yang tidak dimengerti				
5	Saya termasuk siswa yang tidak serius dalam belajar				
6	Saya memilih diam meskipun saya bingung saat pelajaran di kelas				

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
7	Saya mendengarkan dengan baik meskipun saya tidak menyukai pelajaran tersebut				
8	Saya dapat menjauhkan pikiran negatif ketika menghadapi hambatan di kelas				
9	Saya belajar yang rajin agar dapat nilai yang baik				
10	Saya sering ketiduran di kelas				
11	Saya merasa tertatang mengerjakan tugas yang berat				
12	Gagal mendapat nilai bagus membuat saya frustrasi				
13	Saya termasuk siswa yang serius dalam bersekolah				
14	Saya tidak meminta bantuan meskipun kesulitan dalam mengerjakan tugas				
15	Saya merasa stres ketika hasil ujian saya mengecewakan				
16	Saya merasa terpaksa bersekolah di lingkungan pesantren karena kemauan orang tua				
17	Saya merasa tidak tenang ketika mengerjakan ujian				
18	Saya akan bertanya jika saya bingung saat pelajaran di kelas				
19	Saya mudah menyerah ketika menghadapi tugas yang berat				
20	Saya dapat mengontrol stres ketika menghadapi tugas yang sulit				

Lampiran 2

Skala Penyesuaian Diri

Nama:

Kelas:

Jenis Kelamin:

Petunjuk Pengisian

Di bawah ini terdapat pernyataan-pernyataan yang memiliki empat (4) pilihan jawaban, yaitu:

SS : Sangat Sesuai dengan diri anda

S : Sesuai dengan diri anda

TS : Tidak Sesuai dengan diri anda

STS : Sangat Tidak Sesuai dengan diri anda

Pilihlah salah satu jawaban yang anda anggap paling sesuai menurut anda. Jawablah semua pernyataan ini menurut pendapat dan sikap anda sendiri! Berilah tanda check list (√) pada setiap jawaban yang anda pilih, apabila anda salah menjawab, berilah tanda sama dengan (=). Kemudian check list jawaban pengganti.

Jawaban yang anda berikan tidak dinilai benar atau salah, hasil jawaban hanya digunakan untuk tujuan ilmiah. Oleh karena itu, jawablah dengan jujur dan tidak perlu ragu-ragu. Setiap jawaban anda akan kami jaga kerahasiaannya.

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
1	Saya senang berkenalan dengan teman teman baru				
2	Saya senang bergaul dengan orang orang disekitar saya				
3	Saya merasa tidak betah di pondok				
4	Saya merasa kurang percaya diri dengan diri sendiri				
5	Saya menjadikan kegagalan sebagai sebuah pelajaran				
6	Ketika ada masalah denga teman saya akan segera menyelesaikannya				
7	Ketika di sekolah saya ingin segera pulang				

No	Pertanyaan	SS	S	TS	STS
8	Terkadang saya berharap menjadi orang lain				
9	Saya bersyukur dengan apa yang saya miliki sekarang				
10	Saya selalu mematuhi peraturan yang ada				
11	Saya sering keluar pondok tanpa izin				
12	Ketika gagal saya merasa tidak bisa memperbaikinya				
13	Saya akan mengejar cita cita sesuai dengan kemampuan saya				
14	Saya turut menjaga kebersihan di mana saya berada				
15	Saya merasa peraturan sekolah tidak wajib dipatuhi				
16	Jika ada tugas saya malas untuk mengerjakannya				

Lampiraan 3

Hasil data penyesuaian diri

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
1	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	2	3	2	51
2	1	1	4	4	1	2	4	4	1	1	4	3	2	2	4	4	42
3	3	3	3	3	1	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	52
4	4	4	3	2	1	3	3	1	4	2	3	1	4	2	3	3	43
5	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	36
6	1	3	3	1	3	2	4	1	3	2	1	3	3	1	1	3	35
7	4	4	2	2	2	1	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	43
8	4	4	2	2	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	2	4	38
9	4	3	1	2	4	3	3	2	4	2	2	1	3	2	1	2	39
10	4	4	3	2	1	2	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	37
11	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	3	3	4	4	47
12	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	3	2	43
13	3	3	4	4	1	3	2	4	3	2	4	4	3	3	4	2	49
14	3	3	3	1	3	4	3	3	2	4	4	3	4	4	3	3	50
15	3	3	4	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	4	4	2	51
16	4	3	3	2	4	3	2	2	4	3	4	2	4	3	3	3	49
17	4	4	1	2	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	54
18	4	3	1	1	3	3	2	3	4	3	1	2	3	1	3	1	38
19	3	3	1	1	2	3	1	3	3	4	4	4	4	1	2	1	40
20	1	1	1	4	4	1	1	4	4	4	4	3	4	1	1	1	39

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
21	3	1	2	1	2	3	3	1	2	1	4	2	2	1	4	3	35
22	4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	50
23	1	3	3	1	3	2	4	1	3	2	1	3	3	1	1	3	35
24	4	3	1	2	4	3	3	2	4	2	2	1	3	2	1	2	39
25	3	2	2	2	4	1	2	3	4	3	2	1	3	2	4	3	41
26	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	36
27	2	4	3	2	3	4	3	4	2	4	2	1	2	4	4	2	46
28	3	3	1	1	2	3	1	3	4	3	4	4	4	2	4	1	43
29	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	40
30	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	44
31	2	2	1	2	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	44
32	4	4	2	2	4	2	1	2	4	2	4	3	3	2	4	2	45
33	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	2	51
34	4	4	3	4	1	3	4	4	1	1	2	3	4	3	4	1	46
35	4	2	2	3	4	3	2	2	4	3	4	3	3	3	4	2	48
36	4	3	3	1	3	3	1	2	4	3	4	2	4	4	3	2	46
37	4	3	3	2	3	3	4	2	3	3	4	3	4	3	4	2	50
38	4	4	4	1	3	4	4	2	3	4	3	4	4	3	4	3	54
39	4	4	3	2	1	2	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	37
40	3	2	2	2	4	1	2	3	4	3	2	1	3	2	4	3	41
41	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	47
42	4	4	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	41
43	4	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	4	3	46
44	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	50

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
45	4	4	3	2	1	2	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	37
46	4	2	1	3	4	3	1	4	3	2	1	3	2	4	2	3	42
47	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	45
48	2	2	2	2	3	4	2	2	4	3	4	2	3	3	4	4	46
49	4	3	1	3	4	2	3	2	1	3	4	1	4	4	2	3	44
50	3	2	2	2	4	1	2	3	4	3	2	1	3	2	4	3	41
51	4	2	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	51
52	4	4	2	2	2	1	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	43
53	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	45
54	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	4	2	4	2	4	4	48
55	4	3	1	2	4	3	3	2	4	2	2	1	3	2	1	2	39
56	4	2	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	52
57	1	3	3	1	3	2	4	1	3	2	1	3	3	1	1	3	35
58	4	4	1	2	3	2	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	48
59	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	53
60	4	4	4	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	2	4	1	38
61	1	3	3	1	3	2	4	1	3	2	1	3	3	1	1	3	35
62	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	45
63	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	3	53
64	4	4	4	2	2	2	1	1	3	2	2	1	3	2	4	1	38
65	4	3	3	4	1	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	56
66	3	1	2	1	2	3	3	1	2	1	4	2	2	1	4	3	35
67	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	36
68	4	3	1	2	4	3	3	2	4	2	2	1	3	2	1	2	39

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
69	3	2	4	4	4	3	3	1	4	4	4	2	3	2	4	3	50
70	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	42
71	4	4	2	2	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	2	4	38
72	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	54
73	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	46
74	3	3	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	42
75	4	4	1	2	3	2	3	3	4	3	4	1	4	3	3	4	48
76	3	3	4	4	3	3	2	2	4	3	4	3	4	3	3	3	51
77	4	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	51
78	4	3	4	3	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	52
79	4	4	4	2	4	4	3	2	4	4	4	3	3	4	4	3	56
80	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	54
81	4	4	4	1	4	4	2	2	4	4	4	2	4	4	4	3	54
82	3	3	3	2	1	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	51
83	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	55
84	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	47
85	4	4	4	2	4	3	1	4	4	2	4	4	4	3	2	1	50
86	2	2	2	2	3	4	2	2	4	3	4	2	3	3	4	4	46
87	4	3	3	2	3	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	4	48
88	2	3	1	3	3	4	4	2	2	4	3	1	1	4	3	2	42
89	3	3	3	3	2	4	3	1	4	2	4	3	4	4	3	3	49
90	3	3	3	3	3	3	3	1	3	4	3	4	2	3	4	4	49
91	1	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	2	4	3	1	3	35
92	1	2	2	3	3	1	1	2	1	3	3	2	4	3	1	3	35

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
93	4	4	3	4	4	4	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	60
94	4	4	4	1	4	4	1	1	4	4	1	2	4	4	1	1	44
95	4	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	1	4	4	1	4	54
96	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	64
97	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	1	40
98	4	4	2	2	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	2	4	38
99	2	4	3	3	3	2	3	2	3	2	3	2	3	3	4	3	45
100	3	2	2	2	4	1	2	3	4	3	2	1	3	2	4	3	41
101	4	4	4	3	4	3	2	2	4	4	4	3	4	4	4	3	56
102	4	4	3	1	4	3	1	2	3	2	2	4	4	4	3	2	46
103	4	4	2	2	2	2	2	2	1	1	3	2	2	2	2	3	36
104	4	4	1	2	3	3	3	3	3	1	2	4	4	4	2	4	47
105	4	4	2	2	1	3	2	2	4	3	4	2	2	3	1	3	42
106	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	47
107	4	4	1	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	41
108	4	4	2	1	2	2	2	3	1	4	2	3	3	3	4	1	41
109	4	4	1	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	4	3	4	43
110	4	4	3	2	3	2	2	2	2	3	2	4	2	3	3	4	45
111	4	4	1	2	3	3	3	3	2	1	4	4	2	3	2	3	44
112	4	4	1	1	4	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	43
113	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	4	61
114	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	4	3	4	4	50
115	3	4	3	3	3	3	2	1	3	3	4	2	4	2	4	4	48
116	4	3	1	2	4	3	3	2	4	2	2	1	3	2	1	2	39

No Responden	Pertanyaan																Jumlah
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	
117	4	2	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	52
118	2	3	1	3	3	4	4	2	2	4	3	1	1	4	3	2	42
119	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	56
120	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	56
121	4	4	2	2	1	1	1	1	3	3	3	1	4	2	2	4	38
122	4	4	1	1	4	4	1	1	4	4	1	2	4	4	2	2	43
123	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	2	2	3	3	2	50
124	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	46
125	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	39
126	4	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	47
127	4	3	3	2	3	3	4	4	2	3	1	2	4	2	3	3	46
128	4	3	1	3	4	2	3	2	1	3	4	1	4	4	2	3	44
129	4	2	3	3	2	4	4	3	4	3	4	3	4	2	3	3	51
130	4	4	2	2	2	1	4	2	4	2	4	3	3	2	3	1	43
131	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	56
132	3	3	1	2	3	4	3	2	3	3	4	2	4	3	3	1	44
133	4	3	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	55
134	4	2	1	3	4	3	1	4	3	2	1	3	2	4	2	3	42
135	2	4	1	2	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	1	48
136	4	2	3	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	52
137	4	4	3	2	1	2	2	1	1	3	3	1	3	2	3	2	37
138	4	4	2	3	1	3	1	3	4	2	4	3	2	4	2	4	46

Lampiran 4

Hasil Data *Academic Hardiness*

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
1	3	3	4	2	3	3	4	3	3	1	2	1	4	4	2	2	1	3	4	2	54
2	3	2	1	1	3	3	1	2	2	4	2	4	4	2	4	3	1	1	1	1	45
3	2	3	4	3	3	1	4	2	3	2	3	4	4	4	2	1	2	3	4	3	57
4	3	3	4	2	4	1	4	4	3	1	3	3	4	3	3	2	3	2	4	2	58
5	3	2	1	2	4	3	1	2	2	4	2	4	4	1	4	3	1	1	1	1	46
6	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	51
7	2	2	4	2	4	1	1	2	2	3	3	2	3	1	2	2	2	3	4	2	47
8	1	1	1	1	1	4	3	3	4	4	4	1	2	3	3	1	4	3	1	1	46
9	1	2	3	1	1	2	3	1	4	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	1	40
10	2	4	3	2	3	1	2	2	2	1	4	2	4	2	3	2	3	4	3	2	51
11	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	50
12	2	2	4	2	3	1	1	2	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	4	2	47
13	1	4	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2	3	3	3	53
14	4	4	4	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	2	65
15	3	2	4	3	4	3	4	3	4	3	2	2	4	4	1	1	3	4	3	3	60
16	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	4	4	3	60
17	3	3	4	3	2	3	4	3	3	2	1	3	2	3	3	2	3	3	4	4	58
18	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	3	2	56
19	1	1	1	1	2	4	3	3	3	4	4	1	2	3	3	1	4	3	1	1	46
20	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	1	1	4	4	4	4	72

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
21	1	3	4	3	3	2	3	4	3	1	2	2	3	3	3	1	3	3	4	3	54
22	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	3	4	3	2	2	3	3	4	3	64
23	3	2	4	1	3	1	3	1	3	2	2	1	3	3	1	1	4	4	4	1	47
24	4	4	3	2	4	3	1	1	2	1	2	2	4	2	2	3	3	2	3	1	49
25	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	3	1	2	2	1	1	2	2	2	40
26	1	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	2	2	3	54
27	3	4	1	3	3	4	2	4	2	4	2	3	3	2	1	2	2	1	2	3	51
28	2	4	3	1	2	1	3	3	4	1	4	3	2	4	4	3	4	1	3	1	53
29	4	4	4	3	4	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	1	4	4	4	61
30	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	3	51
31	2	3	3	2	4	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3	4	3	4	3	2	57
32	2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	3	3	3	4	1	2	3	4	3	55
33	2	3	3	3	2	2	4	3	4	1	3	2	2	4	3	2	3	3	3	3	55
34	2	3	3	3	4	2	4	2	4	1	1	3	4	4	3	1	2	1	4	4	55
35	2	1	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	53
36	3	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	53
37	2	3	3	4	4	3	3	1	3	3	1	3	4	3	3	2	3	4	3	4	59
38	1	3	3	3	4	2	4	2	4	2	3	3	4	4	2	1	4	4	3	3	59
39	3	2	1	1	4	3	1	2	1	4	2	4	4	1	4	3	1	1	2	1	45
40	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	50
41	2	2	4	2	3	1	1	2	1	3	3	2	3	1	2	2	2	3	4	2	45
42	1	1	1	1	2	4	3	3	3	4	4	1	2	3	3	1	4	3	1	1	46
43	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	3	3	3	2	48
44	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	1	3	3	3	3	55

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
45	3	2	1	1	4	3	1	2	1	4	2	4	4	1	4	3	1	1	1	1	44
46	2	2	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	3	3	2	3	50
47	2	2	4	2	3	1	1	2	1	3	3	2	3	1	2	2	2	3	4	2	45
48	1	1	1	1	2	4	3	3	3	4	4	1	2	3	3	1	4	3	1	1	46
49	1	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	1	40
50	2	4	3	2	4	1	2	2	2	1	4	2	4	2	3	2	3	4	3	2	52
51	1	3	4	3	3	2	3	4	3	1	2	2	3	3	3	1	3	3	4	3	54
52	3	2	4	1	3	1	3	1	3	2	2	1	3	3	1	1	4	4	4	1	47
53	4	4	3	1	4	3	1	1	1	1	2	2	4	1	2	3	3	2	3	1	46
54	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	3	1	2	2	1	1	2	2	2	40
55	1	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	2	2	3	54
56	4	3	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	52
57	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	4	1	4	3	1	50
58	3	3	4	3	3	2	4	2	4	1	2	2	3	4	3	3	1	3	4	3	57
59	2	4	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	2	3	4	3	4	1	3	1	51
60	4	4	4	2	1	2	1	3	1	1	4	4	1	1	1	1	1	2	4	2	44
61	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	56
62	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	1	1	3	2	2	2	3	3	3	2	48
63	1	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	1	40
64	3	2	2	4	3	1	4	2	4	2	2	4	3	4	2	2	2	4	2	4	56
65	1	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1	2	2	3	2	1	2	2	3	1	40
66	2	4	3	2	4	1	2	2	2	1	4	2	4	2	3	2	3	4	3	2	52
67	4	3	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	52
68	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	4	1	4	3	1	50

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
69	2	4	4	3	4	3	3	1	3	2	4	3	4	3	1	1	2	4	4	3	58
70	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	54
71	3	3	4	3	3	2	4	2	4	1	2	2	3	4	3	3	1	3	4	3	57
72	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	64
73	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	55
74	2	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	54
75	3	2	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	3	2	1	3	3	4	3	55
76	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	2	4	4	3	60
77	2	3	4	3	4	4	3	3	3	4	1	1	4	3	2	1	3	4	4	3	59
78	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	56
79	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	1	2	3	3	3	53
80	4	3	3	3	4	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	1	2	4	3	3	59
81	4	4	3	4	4	1	4	3	4	4	1	1	4	4	1	1	2	4	3	4	60
82	3	2	4	4	3	1	4	3	4	3	1	2	3	4	2	1	3	3	4	4	58
83	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	1	3	3	4	3	64
84	3	2	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	4	2	56
85	3	2	4	1	3	1	3	1	3	2	2	1	3	3	1	1	4	4	4	1	47
86	4	3	3	2	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	3	2	56
87	4	3	3	3	3	2	3	2	3	4	3	4	3	3	4	1	4	3	3	3	61
88	2	4	3	1	2	1	3	3	3	1	4	3	2	3	4	3	4	1	3	1	51
89	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	3	2	4	3	2	1	3	1	4	3	57
90	1	3	4	3	3	2	3	4	3	1	2	2	3	3	3	1	3	3	4	3	54
91	4	4	4	2	1	2	1	3	1	1	4	4	1	1	1	1	1	2	4	2	44
92	2	4	2	4	2	2	3	4	3	3	1	2	2	3	2	3	3	3	2	4	54

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
93	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	1	4	4	4	4	68
94	4	4	4	4	4	1	3	4	3	1	4	1	4	3	1	4	1	4	4	4	62
95	4	4	4	1	4	1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	1	4	1	65
96	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	1	1	4	4	4	4	65
97	3	3	3	1	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	4	1	4	3	1	50
98	4	4	3	3	4	2	2	3	2	3	2	4	4	2	2	2	2	4	3	3	58
99	1	2	4	2	4	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	1	2	3	4	2	54
100	2	4	2	2	1	2	2	1	2	2	4	3	1	2	2	1	1	2	2	2	40
101	1	3	2	3	4	2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	1	3	2	2	3	54
102	3	3	4	4	4	1	3	2	3	1	2	3	4	3	2	4	1	4	4	4	59
103	4	4	4	2	4	3	3	3	3	1	1	3	4	3	1	3	2	1	4	2	55
104	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	4	4	3	1	1	3	4	3	3	62
105	4	4	4	1	4	4	2	3	2	3	1	4	4	2	2	2	1	4	4	1	56
106	4	3	3	2	4	3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	2	61
107	4	3	2	3	4	2	2	1	2	1	2	3	4	2	3	3	3	3	2	3	52
108	4	4	4	1	4	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	1	2	4	1	56
109	4	4	3	1	4	3	1	1	1	1	2	2	4	1	2	3	3	2	3	1	46
110	4	4	2	4	4	2	2	4	2	2	4	2	4	2	4	4	3	3	2	4	62
111	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	63
112	3	3	4	4	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	2	4	2	3	4	4	70
113	1	3	4	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	1	1	4	4	4	4	65
114	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	54
115	3	3	4	3	3	1	3	1	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4	3	55
116	3	3	4	3	3	2	4	2	4	1	2	2	3	4	3	3	1	3	4	3	57

No Responden	Pertanyaan																				Jumlah
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
117	3	2	2	1	3	2	3	2	3	2	4	4	3	3	4	2	3	3	2	1	52
118	4	3	4	4	4	1	3	1	3	4	1	3	4	3	4	4	3	1	4	4	62
119	3	2	2	4	3	1	4	2	4	2	2	4	3	4	2	2	2	4	2	4	56
120	3	2	2	4	3	1	4	2	4	2	2	4	3	4	2	2	2	4	2	4	56
121	2	3	3	3	4	2	3	2	3	3	3	2	4	3	3	1	3	3	3	3	56
122	4	3	4	3	4	1	4	4	4	1	1	1	4	4	1	4	1	4	4	3	59
123	4	1	2	4	3	3	4	3	4	2	3	3	3	4	3	1	4	3	2	4	60
124	2	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	2	3	2	51
125	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	1	3	4	2	3	3	54
126	4	3	4	3	3	1	3	3	3	4	2	4	3	3	2	4	4	1	4	3	61
127	4	3	2	2	4	4	3	2	3	1	3	3	4	3	3	3	1	3	2	2	55
128	3	3	4	2	4	1	4	4	4	3	2	1	4	4	2	4	3	1	4	2	59
129	2	3	4	2	4	2	3	2	3	4	2	2	4	3	3	2	3	3	4	2	57
130	4	3	4	2	2	2	4	3	4	1	3	2	2	4	4	3	2	4	4	2	59
131	3	3	4	3	3	1	4	3	4	2	2	4	3	4	2	3	3	4	4	3	62
132	4	2	4	4	2	1	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	3	2	4	4	66
133	2	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	66
134	3	4	2	2	3	3	1	3	1	3	1	4	3	1	3	4	2	2	2	2	49
135	2	4	4	4	4	3	4	4	4	1	2	3	4	4	2	2	2	4	4	4	65
136	3	2	2	1	3	3	2	1	2	2	4	4	3	2	4	2	3	3	2	1	49
137	3	2	2	4	3	4	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	2	4	53
138	4	1	2	3	4	2	2	2	2	4	3	2	4	2	4	2	3	3	2	3	54

Lampiran 5

➤ Hasil olah data kuesioner Penyesuaian Diri menggunakan SPSS

Realibilitas dan Validitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,744	,745	11

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X.3	28,1884	24,782	0,341	0,308	0,732
X.4	28,2536	24,629	0,429	0,404	0,720
X.6	27,8986	25,012	0,374	0,324	0,727
X.8	28,2899	24,777	0,360	0,343	0,729
X.9	27,4783	24,952	0,325	0,203	0,735
X.10	27,7754	24,672	0,433	0,349	0,720
X.11	27,5290	24,207	0,423	0,325	0,721
X.12	28,1812	24,266	0,393	0,263	0,725
X.13	27,3478	25,966	0,334	0,244	0,732
X.14	27,8406	24,792	0,418	0,364	0,722
X.15	27,6667	23,465	0,471	0,364	0,713

➤ Hasil olah data kuesioner *Academic Hardiness* menggunakan SPSS

Realibilitas dan Validitas

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	Cronbach's Alpha Based on Standardized Items	N of Items
,833	,834	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Squared Multiple Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y.3	25,9348	26,704	0,478	0,947	0,823
Y.4	26,4638	25,185	0,609	0,966	0,809
Y.5	25,7681	28,267	0,364	0,927	0,833
Y.7	26,1159	25,490	0,678	0,945	0,803
Y.8	26,3841	27,552	0,384	0,182	0,832
Y.9	26,0942	26,466	0,621	0,941	0,810
Y.13	25,7391	28,486	0,354	0,925	0,833
Y.14	26,1087	25,937	0,666	0,968	0,805
Y.19	25,9275	26,900	0,476	0,947	0,823
Y.20	26,4638	24,820	0,626	0,967	0,807

➤ Hasil olah data *Deskriptive Statistic*

Penyesuaian Diri

Statistics

	X.3	X.4	X.6	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15
N Valid	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	2,4565	2,3913	2,7464	2,3551	3,1667	2,8696	3,1159	2,4638	3,2971	2,8043	2,9783
Median	3,0000	2,0000	3,0000	2,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000
Std. Deviation	0,98987	0,87491	0,88838	0,95750	0,98591	0,86139	0,95957	0,99751	0,75850	0,86166	1,01426

Academic Hardiness

Statistics

	Y.3	Y.4	Y.5	Y.7	Y.8	Y.9	Y.13	Y.14	Y.19	Y.20	Total
N Valid	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138	138
Missing	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Mean	3,0652	2,5362	3,2319	2,8841	2,6159	2,9058	3,2609	2,8913	3,0725	2,5362	54,2246
Median	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	3,0000	54,0000
Std. Deviation	0,93751	0,99017	0,83962	0,87188	0,93841	0,80043	0,81325	0,82555	0,90930	1,01923	6,70550

➤ Hasil Uji Korelasi

Correlations

		PenyesuaianDiri	AcademicHardiness
PenyesuaianDiri	Pearson Correlation	1	,338**
	Sig. (2-tailed)		0,000
	N	138	138
AcademicHardiness	Pearson Correlation	,338**	1
	Sig. (2-tailed)	0,000	
	N	138	138