

Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*

TESIS



Oleh :

Hanan Sava Tasya Kamila

NIM. 230401210010

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2025

Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*

TESIS

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh

gelar Magister Psikologi (M.Psi)

Oleh

Hanan Sava Tasya Kamila

NIM. 230401210010

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI

MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG

2025

Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*

TESIS

oleh

Hanan Sava Tasya Kamila

NIM. 230401210010

Telah disetujui oleh :

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si
NIP. 196710291994032001



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
NIP. 197007242005012003

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*

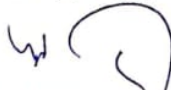
Oleh :

Hanan Sava Tasya Kamila

telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal, 22 Desember 2025

Susunan Dewan Penguji

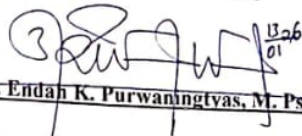
Penguji Utama



Dr. Mohammad Mahpur, M.Si

NIP. 1974605052005011003

Ketua Penguji



Dr. Hj. Endah K. Purwaningtyas, M. Psi., Psikolog

NIP. 197505142000032003

Dosen Pembimbing 1



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

Dosen Pembimbing 2



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

NIP. 197007242005012003

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 196710291994032001

SURAT PERNYATAAN

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hanan Sava Tasya Kamila

NIM : 230401210010

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa penelitian yang peneliti buat dengan judul **“Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi Photovoice”**, adalah benar-benar hasil sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini peneliti buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar peneliti bersedia mendapatkan hukuman.

Malang, 15 Desember 2025

Peneliti



Hanan Sava Tasya Kamila

NIM. 230401210010

MOTTO

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَّا قَدَّمَتْ لِغَدٍ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ ﴿١٨﴾

“Wahai orang-orang yang beriman! Bertakwalah kepada Allah dan hendaklah setiap orang memperhatikan apa yang telah diperbuatnya untuk hari esok (akhirat), dan bertakwalah kepada Allah. Sungguh Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan.”

QS. Hasyr ayat 18 dalam Al-Qur'an dan terjemahan

Kementerian Agama RI Ar-Rahim

PERSEMBAHAN

Ungkapan terimakasih penulis persembahkan kepada Allah, Rabb semesta alam yang senantiasa memberikan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya untuk penulis, sehingga dapat menyelesaikan tesis ini; jadikanlah karya ini sebagai amal jariyah yang senantiasa mengalirkan pahala bagi penulis.

Juga kepada Nabi Muhammad, sholawat dan salam senantiasa tercurah kepada beliau, keluarga, sahabat, dan seluruh pengikutnya; semoga syafaatmu senantiasa menyertai kami.

Serta orang-orang hebat yang senantiasa memberikan dukungan kepada penulis untuk menyelesaikan penelitian dalam tesis ini.

Kepada kakek dan nenek penulis, Mascong (Alm) M. Riduwan dan Ibu Endang Harijawati yang senantiasa memberikan dukungan, semangat dan materil untuk penulis, serta limpahan do'a yang selalu menuntun kesuksesan penulis.

Kepada orang tua penulis, Abi (Alm) Lukman Hakim, Umi (Almh) Ratih Delavia, dan Bunda Izza Ivadah yang senantiasa memberikan waktu, materil, dukungan, serta limpahan do'a yang selalu menuntun kesuksesan penulis.

KATA PENGANTAR

Puji syukur senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang selalu memberikan rahmat, hidayah serta nikmat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian tesis ini yang berjudul **“Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*”** dengan penuh berkah dan lancar. Sholawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang kelak kita nantikan syafa’atnya dikehidupan yang abadi.

Tak lupa juga bahwa penelitian ini tidak akan mampu terselesaikan dengan baik tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak. Sehingga, penulis ucapkan terimakasih dengan segala kerendahan hati kepada pihak-pihak yang telah terlibat dalam terselesaikannya tesis ini kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Ilfi Nur Diana, M.Si., 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 periode 2021-2025.
3. Bapak Dr. Mohammad Mahpur, M.Si., selaku ketua program studi Magister Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang periode 2021-2025.

4. Ibu Dr. Hj. Endah Kurniawati Purwaningtyas, M.Psi., Psikolog, dan Bapak Dr. Mohammad Mahpur M.Si., selaku ketua penguji dan penguji utama yang telah memberikan nasihat, arahan dan saran bagi penulis.
5. Ibu Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si., dan Ibu Dr. Yulia Sholichatun, M.Si., selaku dosen pembimbing 1 dan dosen pembimbing 2 yang telah banyak memberikan saran, arahan, motivasi, nasihat, dan berbagai pengalaman yang berharga bagi penulis. Semoga selalu diberikan kesehatan dan kebahagiaan bersama keluarga.
6. Segenap Civitas Akademik Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
7. Lembaga Madrasah Aliyah Darun Nur yang telah bersedia menjadi lokasi penelitian tesis ini.
8. Adik-adik MA kelas X, Hilmiyah, Erlin, Vivi, dan Wafiq yang telah bersedia menjadi subjek penelitian dalam tesis ini.
9. Teman-teman seperjuangan Magister Psikologi 2023 terimakasih dan terus berjuang.
10. Semua pihak yang ikut membantu dalam penyelesaian tesis ini baik secara material maupun moril.

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| TESIS | i |
| SURAT PERNYATAAN | iv |
| MOTTO | v |
| PERSEMBAHAN | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI | ix |
| DAFTAR GAMBAR | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xii |
| ABSTRAK | xiii |
| BAB I | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 8 |
| C. Tujuan Penelitian | 8 |
| D. Manfaat Penelitian | 8 |
| BAB II | 10 |
| KAJIAN TEORI | 10 |
| A. Penyesuaian Diri | 10 |
| 1. Definisi Penyesuaian Diri | 10 |
| 2. Teori-Teori Penyesuaian Diri | 11 |
| 3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri | 11 |
| 4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri | 13 |
| 5. Karakteristik Penyesuaian Diri | 16 |
| 6. Penyesuaian Diri Di Sekolah | 17 |
| B. Penyesuaian Diri Menurut Perspektif Keislaman | 21 |
| C. Metode <i>Photovoice</i> | 23 |
| D. Proses Mental dalam Media <i>Photovoice</i> | 28 |
| BAB III | 33 |
| METODE PENELITIAN | 33 |
| A. Rancangan dan Jenis Penelitian | 33 |

| | |
|----------------------------------|----|
| B. Batasan Istilah | 34 |
| C. Lokasi Penelitian | 35 |
| D. Subjek Penelitian | 35 |
| E. Kehadiran Peneliti | 36 |
| F. Sumber Data | 37 |
| G. Teknik Pengumpulan Data | 37 |
| H. Analisis Data | 39 |
| I. Keabsahan Data | 41 |
| BAB IV | 43 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 43 |
| A. Pelaksanaan Penelitian | 43 |
| B. Paparan Data Hasil Penelitian | 48 |
| C. Pembahasan | 62 |
| BAB V | 70 |
| KESIMPULAN DAN SARAN | 70 |
| A. Kesimpulan | 70 |
| B. Saran | 71 |
| DAFTAR PUSTAKA | |
| LAMPIRAN-LAMPIRAN | |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---------------------------|----|
| Kerangka Berpikir | 32 |
| Dinamika Penyesuaian Diri | |
| 56-57 | |

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran Surat Pernyataan Persetujuan

Lampiran Verbatim Wawancara

Lampiran Foto Kegiatan

Lampiran Ahli

ABSTRAK

Kamila, Hanan Sava Tasya. 230401210010. Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*. Tesis. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2025.

Pembimbing : Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si dan Dr. Yulia Solichatun, M.Si

Masa transisi dari Madrasah Tsanawiyah (MTS) ke Madrasah Aliyah (MA) bukan hanya sekedar perubahan jenjang pendidikan, melainkan juga lompatan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan siswa. Siswa kelas X MA sebagai kelompok yang baru saja mengalami transisi ini, mungkin menghadapi berbagai tantangan dalam penyesuaian diri, seperti kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru yang belum familiar, tekanan akademik, serta pembentukan identitas diri. Hasil pra-penelitian menunjukkan bahwa mayoritas siswa berada pada tingkat rendah dalam penyesuaian diri atau kurangnya kemampuan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami dinamika psikologis penyesuaian diri siswa MA kelas X, memahami faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa MA kelas X.

Pada penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kualitatif yang melibatkan empat siswa yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui foto yang diambil oleh siswa dan diskusi mendalam tentang makna foto tersebut.

Hasil dari penelitian ini adalah (i) penyesuaian diri siswa baru meliputi adaptasi di bidang akademik (strategi belajar & kepercayaan diri), sosial (dukungan teman & kegiatan kelompok), emosi (relaksasi & perubahan pikiran), dan pembentukan identitas diri (nilai & tujuan hidup). Sekolah berperan penting dalam memberikan dukungan di semua bidang tersebut. (ii) penyesuaian diri siswa dipengaruhi faktor internal (kepercayaan diri, pengelolaan emosi, motivasi, kesadaran diri) dan faktor eksternal (dukungan guru & teman, lingkungan sekolah, ekstrakurikuler). Sekolah berperan penting dalam membangun faktor internal dan menyediakan faktor eksternal yang mendukung.

Kata Kunci : *Photovoice*, Penyesuaian Diri, Siswa MA

ABSTRACT

Kamila, Hanan Sava Tasya. 230401210010. Self-Adjustment of MA Darun Nur Class X Students: Photovoice Study. Thesis. Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2025.

Advisor : Prof. Dr. Siti Mahmudah, M.Si dan Dr. Yulia Solichatun, M.Si

The transition from Madrasah Tsanawiyah (MTS) to Madrasah Aliyah (MA) is not just a change in educational level, but also a significant leap in various aspects of students' lives. Grade X MA students, as a group that has just experienced this transition, may face various challenges in adjusting, such as difficulty adapting to a new, unfamiliar environment, academic pressure, and the formation of self-identity. The results of pre-research indicate that the majority of students are at a low level of adjustment or lack the ability to adapt to the new environment.

The aim of this study is to understand the psychological dynamics of self-adjustment of class X MA students, to understand the factors that influence self-adjustment of class X MA students.

This study employed a qualitative method involving four students selected using purposive sampling. Data were collected through photographs taken by the students and in-depth discussions about their meaning.

The results of this study are (i) new students' self-adjustment includes adaptation in the academic field (learning strategies & self-confidence), social (peer support & group activities), emotional (relaxation & change of mind), and self-identity formation (values & life goals). Schools play an important role in providing support in all these areas. (ii) students' self-adjustment is influenced by internal factors (self-confidence, emotional management, motivation, self-awareness) and external factors (teacher & peer support, school environment, extracurricular activities). Schools play an important role in building internal factors and providing supporting external factors.

Keywords : Photovoice, Self-Adjustment, MA students

نبذة مختصرة

كاميلة ، حنان سافى تشي. ٢٣٠٤٠١٢١٠٠١٠. التكيف الذاتي لطلاب الصف العاشر في مدرسة دار النور الإسلامية الثانوية: دراسة باستخدام التصوير الفوتوغرافي. أطروحة. كلية علم النفس جامعة الحكومية الإسلامية مولنا مالك إبراهيم مالنج، ٢٠٢٥.

مستشار: الأستاذة الدكتورة سيتي محمود، الحاصلة على درجة الماجستير في العلوم، والدكتورة يوليا صالحاتون، الحاصلة على درجة الماجستير في العلوم.

على تغيير المستوى التعليمي (MA) إلى المدرسة العليا (MTS) لا يقتصر الانتقال من المدرسة الثانوية فحسب، بل يُمثل قفزة نوعية في جوانب عديدة من حياة الطلاب. قد يواجه طلاب الصف العاشر في المدرسة العليا، الذين خاضوا هذه التجربة حديثاً، تحدياتٍ مختلفة في التكيف، كصعوبة التأقلم مع بيئة جديدة غير مألوفة، والضغط الأكاديمي، وتكوين الهوية الذاتية. وتشير نتائج الدراسات الأولية إلى أن غالبية الطلاب يعانون من ضعف في التكيف أو يفتقرون إلى القدرة على التكيف مع البيئة الجديدة.

تهدف هذه الدراسة إلى فهم الديناميكيات النفسية للتكيف الذاتي لطلاب الصف العاشر في المدارس الدينية، وفهم العوامل التي تؤثر على التكيف الذاتي لطلاب الصف العاشر في المدارس الدينية.

استخدمت هذه الدراسة نهجاً نوعياً شمل أربعة طلاب تم اختيارهم باستخدام أسلوب العينة الهادفة. جُمعت البيانات من خلال صور النقطتها الطلاب ومناقشات معمقة حول معانيها.

تُشير نتائج هذه الدراسة إلى ما يلي: (أ) يشمل التكيف الذاتي للطلاب الجدد التكيف في المجال الأكاديمي استراتيجيات التعلم والثقة بالنفس)، والاجتماعي (دعم الأقران والأنشطة الجماعية)، والعاطفي (الاسترخاء وتغيير الرأي)، وتكوين الهوية الذاتية (القيم وأهداف الحياة). وتلعب المدارس دوراً هاماً في تقديم الدعم في جميع هذه المجالات. (ب) يتأثر التكيف الذاتي للطلاب بعوامل داخلية (الثقة بالنفس، وإدارة المشاعر، والدافعية، والوعي الذاتي) وعوامل خارجية (دعم المعلمين والأقران، والبيئة المدرسية، والأنشطة اللامنهجية). وتلعب المدارس دوراً هاماً في بناء العوامل الداخلية وتوفير العوامل الخارجية الداعمة.

الكلمات المفتاحية: التصوير الفوتوغرافي التشاركي، التكيف الذاتي، طلاب مدرسة المدارس العليا

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa transisi dari Madrasah Tsanawiyah (MTS) ke Madrasah Aliyah (MA) bukan hanya sekedar perubahan jenjang pendidikan, melainkan juga lompatan signifikan dalam berbagai aspek kehidupan siswa. Masa transisi ini merupakan periode krusial dalam kehidupan perkembangan siswa (Aningtyas, Y. R., & Setyawati, S. P. (2025). Perubahan lingkungan sekolah yang lebih luas dan kompleks, kurikulum yang lebih menantang, dan interaksi sosial yang lebih dinamis menjadi faktor-faktor yang signifikan dapat memicu tekanan psikologis dalam proses penyesuaian diri yang kompleks. Kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan baik akan mempengaruhi prestasi akademik, kesehatan mental dan perkembangan sosial emosional siswa (Faiz, 2019). Siswa kelas X MA sebagai kelompok yang baru saja mengalami transisi ini, mungkin menghadapi berbagai tantangan dalam penyesuaian diri, seperti kesulitan beradaptasi dengan lingkungan baru yang belum familiar, tekanan akademik, serta pembentukan identitas diri. Keberhasilan beradaptasi pada tahap ini memiliki dampak besar terhadap prestasi akademik, kesehatan mental, dan perkembangan sosial emosional siswa. Juga kegagalan beradaptasi terhadap siswa yang rentan dapat berujung pada penurunan prestasi belajar, mudah menyerah, stress, kecemasan, masalah perilaku, bahkan mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.

Penyesuaian diri sangat penting bagi siswa baru karena menjadi jembatan untuk transisi yang konsisten ke lingkungan akademik dan

sosial yang baru. Kemampuan untuk beradaptasi membantu mengurangi stres dan kecemasan, meningkatkan keterlibatan sosial, dan meningkatkan kinerja akademik. Lebih dari itu, penyesuaian diri memfasilitasi pembelajaran

observasional, memungkinkan siswa untuk memahami norma dan nilai baru di lingkungan, membangun kemandirian, mengembangkan keterampilan adaptasi yang berharga untuk masa depan. Penyesuaian diri yang efektif berkontribusi pada kesejahteraan mental dan emosional siswa, mencegah isolasi, dan memastikan siswa dapat memanfaatkan pengalaman pendidikan mereka.

Kesulitan dalam penyesuaian diri dapat berasal dari lingkungan yang kurang suportif, dengan minimnya dukungan keluarga atau teman sebaya dalam menghadapi tantangan akademik dan sosial. Kurangnya keterampilan manajemen stress dan kemampuan memecahkan masalah juga menjadi faktor penentu (Mansuroğlu, 2025). Selain itu, kesulitan dalam penyesuaian diri dapat berasal dari riwayat trauma atau pengalaman negatif di masa lalu yang mempengaruhi kemampuan mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan baru (Darnell et al., 2020). Ketidakmampuan dalam membangun relasi sosial yang positif di sekolah baru dapat memperparah perasaan terisolasi dan meningkatkan risiko stress. Siswa mungkin merasa kesulitan dalam mengikuti pelajaran, siswa merasa terbebani oleh tugas sekolah, serta mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan guru dan teman sekelas. Kondisi ini membuat siswa rentan untuk merasa putus asa, mudah menyerah, serta mengalami penurunan prestasi akademik. Tantangan penyesuaian diri siswa berdampak luas, tak hanya pada individu, namun juga lingkungan sekolah secara keseluruhan. Kecemasan, depresi, dan kesulitan bersosialisasi kerap dialami siswa baru, mempengaruhi konsentrasi dan partisipasi aktif dalam kegiatan akademik. Kurangnya dukungan dari teman sebaya dan guru memperparah situasi (Breu et al., 2012).

Meskipun penyesuaian diri sangat penting bagi siswa baru, ada berbagai kendala yang dapat menghambat proses ini. Perbedaan

budaya dan bahasa, kurangnya keterampilan sosial, masalah keuangan, masalah kesehatan mental dapat menjadi penghalang signifikan. Selain itu, kurangnya dukungan dari keluarga, harapan yang tidak realistis tentang kehidupan, dan perasaan rindu rumah dapat mempersulit siswa untuk beradaptasi. Diskriminasi, prasangka, dan keterbatasan akses ke sumber daya juga dapat memperburuk kesulitan ini, mencegah siswa merasa diterima dan didukung dalam lingkungan baru mereka.

Asal mula kendala yang menghambat penyesuaian diri siswa baru bersifat kompleks dan multifaset, seringkali berakar pada kombinasi faktor individu, sosial, dan lingkungan. Perbedaan budaya dan bahasa muncul dari proses sosialisasi yang berbeda, sementara kurangnya keterampilan sosial dapat disebabkan oleh kurangnya kesempatan interaksi positif atau pengalaman traumatis. Masalah keuangan berasal dari ketidaksetaraan ekonomi dan kurangnya perencanaan, sedangkan masalah kesehatan mental mungkin terkait dengan faktor genetik atau stres kronis. Kurangnya dukungan diperparah oleh hubungan keluarga yang renggang atau kurangnya program di sekolah, serta harapan yang tidak realistis sering kali dipicu oleh media sosial. diskriminasi dan prasangka berakar pada stereotip dan ketidaksetaraan sistemik, sementara keterbatasan sumber daya mencerminkan kurangnya dana atau kesadaran. Memahami asal mula ini sangat penting untuk mengembangkan strategi dukungan yang efektif.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti di MA Darun Nur dengan pengajar dan kakak kelas, ditemukan berbagai masalah yang muncul di sana, salah satunya adalah guru bimbingan konseling belum memiliki media *pra-konseling* yang efektif dalam menggali masalah. Padahal, siswa kelas X merasa khawatir dan cemas dalam beradaptasi dengan lingkungan baru, selain itu merasa

tertekan dengan tekanan akademik yang semakin sulit menyesuaikan dengan jenjang pendidikannya. Hal ini diperkuat dengan data hasil penyebaran angket yang menunjukkan banyak siswa kelas X berada pada tingkat rendahnya penyesuaian diri atau kurangnya kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru. Juga ada beberapa siswa kelas X berada pada tingkat tingginya penyesuaian diri atau kemampuan dalam beradaptasi yang baik dengan lingkungan baru. Latar belakang yang kuat ini, menjadikan alasan dalam memilih penelitian ini adalah masa transisi dari MTs ke MA merupakan periode penting dalam perkembangan remaja. Dimana para siswa menemukan tantangan baru yang harus dihadapi dalam lingkungan akademik, sosial, emosional yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri mereka.

Sekolah perlu menciptakan lingkungan inklusif, menyediakan konseling, serta program bimbingan bagi siswa yang kesulitan beradaptasi. Pendekatan holistik yang memperhatikan aspek akademik, sosial dan emosional siswa sangat penting. Guru berperan sebagai fasilitator, menciptakan suasana kelas yang nyaman dan suportif. Kerja sama antara sekolah, orang tua, serta komunitas juga vital dalam menciptakan ekosistem yang mendukung penyesuaian diri siswa (Saguni, 2014). Hal ini bertujuan agar terwujud lingkungan sekolah yang sehat, suportif dan kondusif bagi pembelajaran optimal. Sehingga, pemahaman terhadap latar belakang dan faktor-faktor yang mempengaruhi kerentanan siswa baru terhadap stress, kesulitan penyesuaian diri dan kecenderungan untuk menyerah sangat penting untuk intervensi yang tepat dan efektif.

Metode konseling konvensional terkadang kurang efektif dalam menjangkau siswa yang cenderung tertutup atau kesulitan mengekspresikan perasaan mereka secara verbal. Karena seringkali berfokus pada pendekatan verbal dan wawancara, mungkin memiliki keterbatasan dalam menjangkau semua siswa. Karena mungkin ada

siswa yang merasa enggan atau kesulitan dalam mengekspresikan perasaan dan pengalaman siswa secara verbal, khususnya jika siswa mengalami kesulitan berkomunikasi atau memiliki hambatan emosional (Azzahra, 2021). Sebab itu, dibutuhkan media yang inovatif dan mampu mengakomodasi berbagai gaya belajar dan kepribadian siswa, serta mampu menjangkau siswa yang sulit dijangkau melalui metode konvensional.

Photovoice merupakan metode partisipatif yang menggabungkan fotografi dan narasi untuk memberdayakan individu dan komunitas dalam mengekspresikan pengalaman, perspektif dan pemahaman mereka serta menawarkan potensi yang besar dalam penyesuaian diri. Melalui foto-foto yang diambil dan diinterpretasikan oleh siswa sendiri, sehingga siswa dapat mengekspresikan pengalaman, perasaan dan perspektif mereka secara visual dan naratif. Hal ini dapat membantu konselor untuk memahami lebih dalam tantangan yang dihadapi siswa dan merancang intervensi yang lebih tepat sasaran (Meilinawati et al., 2023). Dengan demikian, *photovoice* berpotensi menjadi media yang efektif dan inovatif untuk membantu siswa kelas X MA Darun Nur dalam mengungkapkan pengalaman penyesuaian diri mereka sebagai siswa baru. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai penyesuaian diri siswa kelas X di MA Darun Nur, sehingga pihak sekolah dapat mengambil langkah-langkah yang tepat untuk mendukung adaptasi siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

Sejumlah penelitian dengan tema serupa telah ditemukan. Dari hasil penelusuran peneliti, tema yang serupa dengan penelitian yang akan dilakukan adalah tema *photovoice* sebagai media penyesuaian diri, sehingga ditemukan beberapa penelitian terdahulu yang serupa, diantaranya :

Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Inayah Putri Rusli dan Edilburga Wulan Saptandari, 2024, Namanya juga Pesantren : A *Photovoice Study about Self-adjustment of Students in Islamic Boarding School* adalah terdapat empat cara partisipan beradaptasi, yaitu dengan menciptakan kebiasaan baru, kebiasaan keagamaan, menghadapi dan menyelesaikan tantangan, juga membangun relasi dengan teman sebaya, pengasuh, guru, serta keluarga. Serta ditemukan cara lain dalam beradaptasi, yaitu dengan memperhatikan kondisi orang lain, menunjukkan berbagai mekanisme coping (Putri Rusli & Wulan Saptandari, 2024).

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Cely Ermin Sena, 2019, Penggunaan Media *Photovoice* Sebagai Layanan Informasi Karir Pada Siswa Kelas XI MAN 2 Sleman adalah terdapat tiga langkah penggunaan media *photovoice* sebagai layanan informasi karir pada siswa, yaitu langkah perencanaan dan persiapan yang meliputi mempersiapkan tujuan pemberian materi dengan memanfaatkan media, persiapan media *photovoice*, persiapan kelas, selanjutnya langkah penyajian materi menggunakan media *photovoice* yang meliputi pembukaan, penggunaan media *photovoice*, kesimpulan, tanya jawab atau diskusi, kemudian langkah evaluasi penggunaan media *photovoice* (Sena, 2019).

Kemudian, penelitian yang dilakukan oleh Hazmi Zulpikar, 2019, Media *Photovoice* Untuk Mengurangi Bullying Pada Siswa Kelas XIII Di MTS Negeri 1 Kota Cirebon adalah media *photovoice* di sekolah diharapkan dapat mempengaruhi pola pikir dan tingkah laku siswa sebagai tujuan psikoterapi. Proses *photovoice* siswa diminta untuk menuliskan narasai yang sesuai dengan pemahaman dari hasil gambar atau foto yang diperoleh selama diskusi berlangsung. Sehingga dengan adanya media *photovoice* siswa dapat berperan aktif dalam berkreatifitas menggunakan media *photovoice*. Karena

pengaplikasiannya tidak sulit, hanya alat seperti foto atau gambar, laptop atau PC sebagai proses editing dan recording sebagai bagian narasi (Zulpikar, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, maka peneliti menemukan bahwa perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah yang pertama, penelitian ini berfokus pada metodologi yang inovatif dengan menggunakan metode *photovoice*. Penelitian (Rusli 2024) tentang penyesuaian diri juga menggunakan *photovoice* namun subjek yang digunakan adalah santri. (Zulpikar 2019 dan Sena 2019) lebih banyak menggunakan metode konvensional seperti wawancara, kuesioner, observasi. Kebaharuan dalam penelitian ini adalah mengintegrasikan data visual atau foto dengan data naratif siswa untuk memberikan pemahaman yang lebih kaya dan mendalam tentang penyesuaian diri. Kedua, penelitian ini menekankan partisipasi aktif dan fokus pada suara siswa. Penelitian (Sena 2019 dan Zulpikar 2019) partisipasi siswa hanya sebatas objek penelitian sehingga lebih pasif. Kebaharuan dalam penelitian ini adalah memberdayakan siswa melalui *photovoice*. Mereka tidak hanya menjadi subjek penelitian, tetapi juga terlibat dalam mengumpulkan data, menganalisis makna foto, serta menyuarakan rekomendasi. Ketiga, penelitian ini data yang dikumpulkan berbeda. Penelitian (Rusli 2024) dalam data kualitatif menggunakan analisis tematik perangkat lunak Nvivo 12 pro. Kebaharuan dalam penelitian ini adalah model sistematis *photovoice* menghasilkan gambaran identifikasi masalah penyesuaian diri siswa yang kaya berupa foto-foto dan narasi siswa.

Dengan demikian, urgensi penyesuaian diri bagi siswa MA kelas X diperkuat oleh perubahan signifikan dalam lingkungan sekolah MA. Berbeda dengan lingkungan yang lebih terstruktur di tingkat sebelumnya, sekolah MA menawarkan lebih banyak kebebasan tetapi juga menuntut tanggung jawab yang lebih besar serta menjunjung

tinggi nilai-nilai keagamaan dan norma yang berlaku. Siswa harus menavigasi sistem yang lebih kompleks, membangun hubungan dengan guru dan teman sebaya yang baru, serta mengelola beban kerja yang meningkat. Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru ini dapat menyebabkan perasaan kewalahan, disorientasi, serta kurangnya rasa memiliki. Studi *photovoice*, dengan menangkap perspektif siswa tentang lingkungan mereka, menyoroti kebutuhan mendesak untuk program orientasi dan dukungan yang membantu siswa memahami norma, sumber daya, dan harapan sekolah. Dengan memfasilitasi penyesuaian yang sukses, sekolah dapat menciptakan lingkungan yang mendukung dan memberdayakan dimana siswa merasa termotivasi untuk belajar, berkembang, dan mencapai potensi penuh mereka.

Sehingga, alasan perlunya penelitian ini adalah karena menyadari kesulitan siswa dalam mengekspresikan diri secara verbal dan kurangnya media yang memadai untuk menjembatani ekspresi emosional. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang mendalam mengenai pengalaman penyesuaian diri siswa dapat memberikan informasi berharga bagi pihak sekolah dalam merancang program-program yang mendukung adaptasi siswa secara efektif. Sehingga dengan menggunakan metode *photovoice* mampu secara aktif memberdayakan siswa untuk terlibat dalam prosesnya untuk mengekspresikan pengalaman, perspektif, emosi mereka terhadap penyesuaian diri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka permasalahan yang akan menjadi bahasan dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana dinamika psikologis penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X menggunakan media *photovoice*?
2. Faktor apa saja yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk menjelaskan bagaimana dinamika psikologis penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X menggunakan media *photovoice*.
2. Untuk menjelaskan faktor apa saja yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan dua manfaat, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis.

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperoleh hasil penelitian yang dapat dijadikan rujukan untuk pengembangan studi kepustakaan dan menjadi referensi bagi mahasiswa untuk mendapatkan kajian mengenai penyesuaian diri siswa MA menggunakan media *photovoice*.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat praktis bagi penulis adalah tahapan dan produk dalam penelitian ini dapat memperoleh wawasan dan pengetahuan yang lebih luas mengenai penyesuaian diri siswa MA menggunakan media *photovoice* sesuai dengan teori penyesuaian diri.

- b. Manfaat praktis bagi pembaca adalah produk dalam penelitian ini dapat memberikan manfaat mengenai gambaran penyesuaian diri siswa MA menggunakan media *photovoice*.
- c. Manfaat praktis bagi program studi adalah produk dari penelitian ini dapat memperbanyak kumpulan kajian penelitian mengenai psikologi khususnya dengan tema penyesuaian diri, sehingga dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitian menggunakan media *photovoice* lebih lanjut.
- d. Manfaat praktis bagi sekolah adalah penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada sekolah guna untuk membantu menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penyesuaian diri siswa MA menggunakan media *photovoice*.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Definisi Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri menurut Haber & Runyon (dalam Saputro dan Rini, 2021) adalah proses dinamis dan berkelanjutan, bukan keadaan yang statis, di mana individu berupaya mencapai harmoni antara kebutuhan internal dan tuntutan lingkungan. Proses ini melibatkan perubahan perilaku agar tercipta hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungan, serta upaya mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan (Susanto, 2018). Efektivitas penyesuaian diri ditandai dengan kemampuan individu dalam menghadapi situasi dan kondisi yang selalu berubah (Saputro dan Rini, 2021), serta mengelola tekanan, frustrasi, konflik, serta perubahan agar kehadirannya dapat diterima oleh lingkungan dan dirinya sendiri. Penyesuaian diri menjadi salah satu bekal penting dalam membantu individu saat terjun dalam masyarakat (SHELEMO, 2023).

Menurut Schneiders (1964), penyesuaian diri merupakan proses yang mencakup respon mental dan perilaku individu dalam upaya memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, frustrasi dan konflik sehingga tercipta hubungan yang harmonis antara dorongan pribadi dan lingkungan. Mu'tadin (2002), menambahkan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis untuk mengubah perilaku, agar hubungan individu dengan lingkungannya menjadi lebih sesuai. Sedangkan Mappiare (1982), menekankan pentingnya usaha yang dilakukan individu agar diterima dalam lingkungan

sosialnya serta dapat mempertahankan kesejahteraan fisik dan psikisnya. Menurut Hurlock (dalam Seriwati,

2017), ketidakmampuan menyesuaikan diri dapat ditandai dengan berbagai bentuk perilaku maladaptif, seperti tidak bertanggung jawab, sikap yang agresif, merasa tidak aman, atau menggunakan mekanisme pertahanan diri yang tidak sehat.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri terbentuk melalui interaksi dengan lingkungan, seperti keluarga, masyarakat dan sekolah. Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dapat mengakibatkan perilaku negatif, sementara penyesuaian diri yang baik mendukung pembentukan kepribadian yang positif dan kesejahteraan fisik serta psikis individu.

2. Teori-Teori Penyesuaian Diri

Beberapa teori tokoh yang relevan dalam memahami penyesuaian diri meliputi :

- a. Teori Schneiders : menekankan pentingnya keseimbangan antara kebutuhan internal dan tuntutan lingkungan. Penyesuaian diri yang sehat melibatkan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan mereka tanpa mengorbankan harmoni dengan lingkungan.
- b. Teori Parker : memfokuskan pada peran kognisi dan persepsi dalam penyesuaian diri. Individu yang mampu berpikir positif dan realistis tentang diri mereka sendiri dan lingkungan mereka cenderung lebih berhasil dalam menyesuaikan diri.
- c. Teori Santrock : menekankan pentingnya perkembangan sosial dan emosional dalam penyesuaian diri. Remaja yang memiliki keterampilan sosial yang baik dan mampu mengelola emosi mereka cenderung lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Aspek-aspek penyesuaian diri menurut Sundari (dalam Saputro dan Rini, 2021), adalah sebagai berikut :

- a. Penyesuaian terhadap keluarga, terwujud jika seluruh anggota keluarga memiliki kesadaran dan kesanggupan memenuhi fungsinya.
- b. Penyesuaian diri terhadap sosial, kumpulan individu, keluarga, organisasi, terjadinya keharmonisan dalam masyarakat harus ada kesadaran.
- c. Penyesuaian diri terhadap sekolah, merupakan wadah bagi siswa dalam mengembangkan potensinya, terutama perkembangan intelegensi maupun pribadinya.

Penyesuaian diri menurut Scheinders (dalam Aristya & Anizar, 2018) meliputi beberapa aspek, yaitu :

- a. *Adaptation* merupakan penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan individu dalam beradaptasi.
- b. *Comformity* merupakan individu yang dikatakan memiliki penyesuaian diri baik jika memenuhi kriteri sosial dan hati nuraninya.
- c. *Mastery* merupakan individu yang penyesuaian diri baik memiliki kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respon diri.
- d. *Individual variation* merupakan perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.

Menurut Albert & Emmons (dalam Ahmad, Zainul & Dedi, 2020), ada beberapa aspek dalam penyesuaian diri, yaitu :

- a. Aspek *self knowledge* dan *self insight*, merupakan kemampuan mengenal diri lebih dalam. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight atau kesadaran diri akan kelemahan maupun kelebihan diri yang didukung

oleh sikap sehat terhadap kelemahan maupun kelebihan tersebut.

- b. Aspek *self objectivity* dan *self acceptance*, merupakan individu yang telah mengenal dirinya, maka individu tersebut bersikap realistic yang mengarah pada penyesuaian diri.
- c. Aspek *self development* dan *self control*, merupakan kendali diri yang berarti mengarahkan diri, pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri dapat mengembangkan kepribadian kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang.
- d. Aspek *satisfaction*, merupakan rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu adalah pengalaman dan jika keinginan terpenuhi maka individu merasakan kepuasan dalam dirinya.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa aspek penyesuaian diri menurut beberapa ahli meliputi aspek keluarga (kesadaran dan kemampuan anggota keluarga menjalankan fungsinya), sosial (keharmonisan dalam masyarakat), sekolah (pengembangan potensi siswa), adaptasi (kemampuan beradaptasi), kepatuhan (memenuhi kriteria sosial dan nurani), penguasaan (kemampuan merencanakan dan mengorganisir respons), individual (perbedaan respons terhadap masalah) pengetahuan diri (mengenali kelebihan dan kekurangan), penerimaan diri (sikap realistis), pengembangan diri (pengendalian diri dan kematangan) serta kepuasan (rasa puas atas pencapaian). Singkatnya, penyesuaian diri melibatkan kemampuan beradaptasi, keselarasan sosia, pengembangan diri, serta penerimaan diri secara keseluruhan.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri menurut Schneiders (2018), (dalam Saputro dan Rini, 2021), ada beberapa faktor, yaitu :

- a. Kondisi fisik. Kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja, sebab keadaan sistem-sistem tubuh yang baik adalah syarat terciptanya penyesuaian diri yang baik. Adanya cacat fisik maupun penyakit kronis akan melatar belakangi adanya hambatan individu dalam penyesuaian dirinya.
- b. Kepribadian, kemauan dan kemampuan untuk berubah, pengaturan diri, realisasi diri, serta intelegensi.
- c. Keadaan psikologis atau keadaan mental yang sehat adalah syarat terciptanya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dilakukan bahwa adanya frustrasi, kecemasan, serta cacat mental dapat melatar belakangi adanya hambatan dalam penyesuaian diri. Karena, keadaan mental yang baik, akan mendorong individu untuk memberikan respons yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya.
- d. Edukasi, belajar, pengalaman, latihan, determinasi diri, yang diperoleh dan menyerap ke dalam diri melalui proses belajar.
- e. Perkembangan dan kematangan penyesuaian diri setiap individu berbeda dari tiap tahap perkembangannya. Hal tersebut bukan karena proses pembelajaran semata, melainkan karena individu menjadi lebih tenang. Kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral dan emosi mempengaruhi individu dalam penyesuaian dirinya.
- f. Lingkungan, adanya lingkungan keluarga, lingkungan sekolah serta lingkungan masyarakat sangat berpengaruh

terhadap penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, pengertian serta penuh penerimaan mampu memberikan perlindungan kepada individu untuk memperlancar proses penyesuaiannya. Begitu juga sebaliknya, jika keadaan lingkungan yang tidak baik, tidak damai, tidak tentram, tidak aman, tidak pengertian serta tidak penuh penerimaan mampu memberikan gangguan dalam proses penyesuaian diri.

- g. Agama dan budaya, faktor agama memiliki sumbangan yang berarti dan budaya juga berpengaruh pada kehidupan individu. Tingkat religiusitas dan kebudayaan religiusitas adalah faktor yang memberikan suasana psikologis untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lain. Religiusitas memberikan nilai dan keyakinan sehingga individu memiliki arti dan tujuan hidup yang diperlukan dalam menghadapi tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam kehidupannya. Sedangkan kebudayaan di masyarakat adalah salah satu faktor yang membentuk watak serta tingkah laku individu dalam menyesuaikan diri dengan baik, atau membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri.

Menurut Desmita (2016), faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri dapat dilihat dari konsep psikogenik yang memandang penyesuaian diri dipengaruhi oleh riwayat kehidupan sosial individu terutama pengalaman khusus yang lebih banyak berkaitan dengan latar belakang kehidupan keluarga yang membentuk perkembangan psikologi. Sedangkan konsep sosiopsikogenik yang memandang penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor iklim lembaga sosial dimana individu terlibat didalamnya. Bagi siswa, faktor ini yang dominan mempengaruhi penyesuaian dirinya adalah lingkungan sekolah.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh faktor fisik (kesehatan), kepribadian (kemauan, kemampuan berubah, pengaturan diri), psikologis (kesehatan mental), edukasi (pengalaman belajar), perkembangan (kematangan intelektual, sosial, moral, emosi), lingkungan (keluarga, sekolah, masyarakat) serta agama/budaya (nilai-nilai dan keyakinan), juga psikogenik (pengalaman hidup terutama keluarga), sosiopsikogenik (iklim lembaga sosial, terutama sekolah). Intinya penyesuaian diri adalah hasil interaksi kompleks antara faktor internal dan eksternal individu.

5. Karakteristik Penyesuaian Diri

Karakteristik penyesuaian diri ada dua, yaitu penyesuaian diri secara positif dan penyesuaian diri secara negatif (Sunarto dan Sunartono, 2019) :

a. Penyesuaian diri secara positif

1. Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional ketika individu mampu menghadapi suatu masalah yang dihadapi dengan tenang dan tidak menunjukkan ketegangan.
2. Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi seperti perasaan cemas, tegang pada situasi tertentu maupun situasi baru yang menyebabkan individu menjadi percaya diri dan tidak mudah putus asa.
3. Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri, yaitu individu mampu menunjukkan pilihan yang tepat dan logis serta mampu menempatkan diri sesuai dengan norma yang berlaku untuk selalu berhati-hati dan mempertimbangkan sebelum memutuskan sesuatu.

4. Mampu dalam belajar, yaitu individu dapat mengikuti pelajaran yang ada di sekolah serta mampu memahami hasil yang diperoleh dari belajar dengan menyelesaikan tugas yang diberikan oleh guru.
5. Menghargai pengalaman sebelumnya, individu dapat selektif dalam bersikap jika menerima pengalaman baik maupun buruk.
6. Bersikap realistic dan objektif sesuai dengan kenyataan yang ada di lingkungan sekitarnya serta bertindak sesuai aturan yang berlaku.

b. Penyesuaian diri secara negatif

1. Reaksi bertahan individu untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan. Bentuk reaksi bertahan antara lain rasionalisasi merupakan usaha untuk bertahan dengan mencari alasan yang masuk akal, represi merupakan usaha menekan atau melupakan hal yang tidak menyenangkan, dan proyeksi merupakan usaha memantulkan ke pihak lain dengan alasan yang dapat diterima.
2. Reaksi menyerang orang yang memiliki penyesuaian diri yang salah menunjukkan perilaku yang bersifat menyerang untuk menutupi kegagalannya dengan sikap merusak, keras kepala, balas dendam, serta marah karena tidak ingin menyadari kegagalannya.
3. Reaksi melarikan diri merupakan reaksi individu yang memiliki penyesuaian diri yang salah dalam menghadapi situasi sehingga menyebabkan kegagalan dengan banyak tidur, minum-minuman keras, pecandu ganja serta narkoba dan kembali pada perkembangan yang lalu.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri positif ditandai dengan ketenangan dalam menghadapi masalah, kepercayaan diri, pertimbangan rasional, kemampuan belajar, penghargaan terhadap pengalaman, serta sikap realistis. Sebaliknya, penyesuaian diri negatif ditunjukkan oleh mekanisme pertahanan diri (rasionalisasi, represi, proyeksi), reaksi menyerang (merusak, keras kepala, balas dendam), serta reaksi menghindari masalah (tidur berlebihan, penyalahgunaan zat). Singkatnya, penyesuaian diri positif menunjukkan adaptasi yang sehat, sementara penyesuaian diri negatif menunjukkan respons maladaptive terhadap tekanan atau kegagalan.

6. Penyesuaian Diri Di Sekolah

Menurut Endang, dkk (2021), penyesuaian diri di sekolah merupakan proses yang dilakukan siswa di lingkungan sekolah yang baru dikenalnya yang memiliki tujuan untuk mencapai hubungan yang harmonis antara individu dengan lingkungan sekolah yang baru untuk mencapai hasil belajar yang optimal. Penyesuaian diri di sekolah ada empat macam, antara lain :

- a. Penyesuaian diri terhadap guru. Penyesuaian diri siswa terhadap guru banyak tergantung pada sikap guru dalam menanggapi siswanya. Guru yang memahami perbedaan siswa akan lebih mudah melakukan pendekatan terhadap berbagai masalah yang dihadapi oleh siswa. Contohnya, seorang siswa mampu menerima pelajaran dari guru, karena jika belum bisa menerima pelajaran dari guru, maka pelajaran pun akan sulit dipahami.
- b. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran. Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, kurikulum seharusnya disesuaikan dengan usia, tingkat kecerdasan serta kebutuhan siswa. Contohnya, mata pelajaran yang ada saat memasuki

Madrasah Aliyah (MA) dan mata pelajaran tersebut tidak ada saat di Madrasah Tsanawiyah (MTs). Siswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan mata pelajaran yang baru pasti akan tertinggal dengan teman-temannya, karena belum bisa memahami mata pelajaran.

- c. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya. Penyesuaian diri terhadap teman sebaya sangat penting bagi perkembangan sosial siswa, dimana siswa seringkali dihadapkan pada masalah penolakan maupun penerimaan dalam pergaulan bersama teman sebaya. Contohnya, siswa yang mampu bergaul dengan teman sebaya di lingkungan baru maka individu tersebut dapat bermain dan belajar bersama sehingga dapat menyesuaikan diri dengan teman sebayanya.
- d. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah. Penyesuaian diri terhadap lingkungan sekolah dibagi menjadi dua macam, yaitu lingkungan fisik merupakan lingkungan yang berupa alam seperti keadaan tanah maupun keadaan cuaca. Sedangkan lingkungan sosial merupakan lingkungan masyarakat yang didalamnya ada interaksi individu satu dengan lainnya. Lingkungan masyarakat disini adalah kepala sekolah, wakil kepala sekolah, guru, TU, staf, serta siswa itu sendiri. Contohnya, siswa yang sudah bisa mentaati peraturan sekolah dengan datang tepat waktu, mengikuti kegiatan sekolah serta kenal dengan lingkungan masyarakat disekolah.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri di sekolah merupakan proses penting bagi siswa untuk mencapai hubungan harmonis dengan lingkungan sekolah baru, guna mencapai hasil belajar yang optimal. Secara

keseluruhan, penyesuaian diri di sekolah sangat berpengaruh terhadap keberhasilan akademik serta perkembangan sosial siswa.

Santrock maupun Schneiders memberikan perspektif berharga tentang proses penyesuaian diri di sekolah, meskipun dengan fokus yang sedikit berbeda.

a. Menurut Santrock

Santrock (2007) menekankan penyesuaian diri sebagai proses yang melibatkan interaksi antara individu dan lingkungannya. Konteks sekolah, ini berarti :

- 1) Kesesuaian antara kebutuhan dan tuntutan. Penyesuaian diri yang sukses terjadi ketika kebutuhan individu seperti kebutuhan untuk merasa kompeten, berhubungan, dan otonom terpenuhi oleh lingkungan sekolah. Jika tuntutan sekolah seperti tugas akademik, aturan perilaku, dan harapan sosial sesuai dengan kebutuhan siswa, mereka cenderung merasa lebih termotivasi, terlibat, dan berhasil.
- 2) Keterampilan mengatasi (*coping skills*). Santrock menyoroti pentingnya keterampilan mengatasi dalam menghadapi stres dan tantangan di sekolah. Siswa yang memiliki keterampilan mengatasi yang baik seperti pemecahan masalah, manajemen waktu, dan dukungan sosial lebih mampu beradaptasi dengan tuntutan sekolah dan mengatasi kesulitan.
- 3) Pengaruh perkembangan. Santrock juga menekankan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh tahap perkembangan siswa. Siswa di berbagai usia menghadapi tantangan penyesuaian diri yang berbeda, dan strategi yang efektif untuk satu

kelompok usia mungkin tidak efektif untuk kelompok usia lain.

b. Menurut Schneiders

Schneiders (Ali, 2011), seorang psikolog humanistik, menekankan penyesuaian diri sebagai proses yang berpusat pada individu dan berorientasi pada pertumbuhan. Konteks sekolah, ini berarti:

- 1) Aktualisasi diri. penyesuaian diri yang optimal di sekolah terjadi ketika siswa memiliki kesempatan untuk mengembangkan potensi penuh mereka dan mencapai aktualisasi diri. ini berarti bahwa sekolah harus menyediakan lingkungan yang mendukung dan merangsang dimana siswa dapat belajar, tumbuh, dan menemukan makna dalam hidup mereka.
- 2) Penerimaan diri. schneiders menekankan pentingnya penerimaan diri sebagai dasar untuk penyesuaian diri yang sukses. Siswa yang menerima diri mereka sendiri apa adanya, dengan kekuatan dan kelemahan mereka, lebih mampu menghadapi tantangan dan membangun hubungan yang positif.
- 3) Otonomi dan tanggung jawab. Schneiders juga menekankan pentingnya otonomi dan tanggung jawab dalam penyesuaian diri. Siswa yang memiliki otonomi untuk membuat pilihan dan bertanggung jawab atas tindakan mereka lebih mungkin merasa termotivasi dan terlibat dalam pembelajaran mereka.

c. Perbandingan dan Integrasi

Meskipun Santrock dan Schneiders memiliki fokus yang berbeda, pandangan mereka tentang penyesuaian diri saling melengkapi. Santrock menekankan pentingnya interaksi antara individu dan lingkungan, serta keterampilan

mengatasi. Schneiders menekankan pentingnya pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, dan otonomi. Dengan mengintergrasikan kedua perspektif ini, kita dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif tentang proses penyesuaian diri di sekolah dan mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mendukung siswa.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri di sekolah merupakan proses dinamis yang melibatkan interaksi antara kebutuhan individu, tuntutan lingkungan, keterampilan mengatasi, dan potensi pertumbuhan pribadi. Sekolah yang efektif merupakan sekolah yang menciptakan lingkungan yang mendukung dimana siswa dapat memenuhi kebutuhan mereka, mengembangkan keterampilan mereka, dan mencapai potensi penuh mereka.

B. Penyesuaian Diri Menurut Perspektif Keislaman

Penyesuaian diri dalam perspektif Islam berakar pada konsep tauhid atau keesaan Allah, yang menekankan pada ketergantungan manusia secara menyeluruh kepada Allah. Penyesuaian diri ini bukan hanya sekedar adaptasi pasif terhadap lingkungan, tetapi proses aktif yang melibatkan keimanan, ketaatan, serta usaha untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan duniawi dan ukhrawi. Konsep qada dan qadar menjadi landasan dalam penerimaan takdir Allah, baik suka maupun duka, menjadi kunci dalam menghadapi tantangan hidup. Lebih lanjut, Al-Qur'an dan Hadits memberikan panduan praktis mengenai penyesuaian diri. ajaran-ajaran tentang akhlak mulia (moral yang baik), seperti kejujuran, kesabaran, dan keadilan, menjadi pedoman dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial. Konsep jihad tidak hanya terbatas pada peperangan fisik, melainkan juga mencakup pada perjuangan melawan hawa nafsu serta tantangan hidup lainnya.

Penyesuaian diri dalam perspektif Islam menekankan pentingnya keseimbangan antara tuntutan agama dan realitas kehidupan. Hal ini melibatkan pemahaman diri, penerimaan takdir, serta pengembangan karakter yang kuat.

1. Pemahaman diri, Islam mendorong introspeksi diri untuk mengenali kekuatan dan kelemahan. Memahami potensi serta keterbatasan diri adalah langkah awal dalam penyesuaian diri. Hal ini sejalan dengan ajaran Islam yang menekankan pada pentingnya muhasabah untuk memperbaiki diri secara terus menerus.
2. Penerimaan takdir, Islam mengajarkan untuk menerima qada dan qadar dengan sabar dan ikhlas. Penyesuaian diri melibatkan kemampuan untuk menerima apa yang telah Allah tetapkan, baik suka maupun duka. Keyakinan ini memberikan ketenangan serta kekuatan dalam menghadapi kesulitan.
3. Pengembangan karakter, Islam menekankan pentingnya pengembangan akhlak mulia, seperti kesabaran, keikhlasan, kejujuran serta keadilan membantu seseorang beradaptasi dengan berbagai situasi. Dengan karakter yang kuat, individu mampu menghadapi cobaan hidup dengan lebih bijaksana.
4. Interaksi sosial, Islam mengajarkan pentingnya berinteraksi dengan orang lain dengan penuh kasih sayang, toleransi, serta saling menghormati. Kemampuan untuk beradaptasi dalam lingkungan sosial yang beragam adalah bagian penting dari penyesuaian diri. Hal ini sejalan dengan konsep ukhuwah dalam Islam.
5. Mencari ilmu, Islam menekankan pentingnya menuntut ilmu. Pengetahuan membantu seseorang memahami dunia serta beradaptasi dengan perubahan yang terjadi. Dengan bekal ilmu,

seseorang dapat mengambil keputusan yang tepat dan menghadapi tantangan dengan lebih efektif.

6. Beribadah, merupakan sarana dalam mendekatkan diri kepada Allah serta memperoleh ketenangan batin. Secara konsisten, beribadah dapat memperkuat keimanan dan kesabaran dalam menghadapi berbagai cobaan hidup. Hal ini membantu dalam proses penyesuaian diri.

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri dalam perspektif Islam merupakan proses yang berkelanjutan serta melibatkan pemahaman diri, penerimaan takdir, pengembangan karakter, interaksi sosial, pencarian ilmu, hingga ibadah. Dengan demikian, penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha untuk taat kepada Allah serta menjalankan perintah-perintah Allah disertai dengan usaha yang maksimal dalam menghadapi setiap cobaan. Sikap sabar, berserah diri dan ikhlas menjadi pilar utama dalam proses ini. Penyesuaian diri dalam Islam bukan sekedar adaptasi pasif, melainkan proses dinamis yang melibatkan spiritualitas, moralitas, serta intelektualitas. Proses ini bertujuan untuk mencapai kesejahteraan lahir dan batin, serta keseimbangan antara tuntutan agama dan realitas kehidupan, sehingga seseorang dapat menjalani hidupnya dengan penuh makna dan kebahagiaan.

C. Metode *Photovoice*

Photovoice berperan memberdayakan siswa untuk merefleksikan pengalaman mereka, mengidentifikasi masalah, serta membangun hubungan positif dengan konselor (Islam et al., 2025). Dengan memotret aspek-aspek kehidupan yang relevan dengan isu yang dihadapi, siswa membangun kesadaran diri yang lebih dalam, mengeksplorasi emosi, mengidentifikasi pola perilaku,

serta mengembangkan strategi *coping*. Informasi ini memberikan wawasan berharga bagi konselor untuk mempersiapkan diri dan merancang intervensi yang lebih efektif.

Photovoice memfasilitasi siswa dalam menghubungkan gambar dengan pengalaman emosional mereka, membimbing mereka dalam menemukan makna yang relevan dengan penyesuaian diri. *Photovoice* melampaui media ekspresi, menjadi jembatan menuju pemahaman diri dan persiapan konseling formal yang lebih mendalam. Penelitian ini, *photovoice* digunakan sebagai alat proyektif untuk mengungkap pengalaman siswa melalui interpretasi foto (Wang, 2020), dengan fokus pada bagaimana *photovoice* dapat mengungkap aspek-aspek persepsi siswa yang selaras dengan konsep-konsep kunci dalam psikologi analitis Carl Jung. Meskipun *photovoice* bukanlah terapi Jungian, visualisasi yang dihasilkan dalam proses *photovoice* seringkali memicu simbol-simbol psikis yang dapat dianalisis melalui lensa teori Jung. Beberapa alasan teori Jung relevan dalam penelitian ini :

1. Proyeksi : Jung menekankan bahwa manusia seringkali memproyeksikan aspek-aspek dari diri mereka sendiri ke dalam objek dan gambar. *Photovoice*, siswa secara tidak sadar dapat memproyeksikan perasaan dan pengalaman mereka ke dalam foto yang mereka ambil, sehingga foto-foto tersebut menjadi jendela untuk memahami alam bawah sadar mereka.
2. Alam bawah sadar : Jung menekankan pentingnya alam bawah sadar dalam membentuk kepribadian dan perilaku manusia. *Photovoice* dapat membantu siswa untuk mengakses dan mengungkapkan aspek-aspek

dari alam bawah sadar mereka yang mungkin sulit diungkapkan secara verbal.

3. Simbolisme : Jung percaya bahwa simbol-simbol memiliki makna universal dan dapat memberikan wawasan tentang pengalaman manusia yang mendalam. *Photovoice*, foto-foto yang diambil oleh siswa dapat dianalisis sebagai simbol-simbol yang mewakili pengalaman mereka tentang penyesuaian diri, seperti simbol rumah yang mewakili rasa aman atau simbol jalan yang mewakili perjalanan hidup.

Dengan menggunakan teori Jung sebagai kerangka kerja interpretatif, penelitian ini tidak bermaksud untuk menerapkan terapi Jungian secara langsung, tetapi untuk memanfaatkan konsep-konsep kunci Jung untuk memahami lebih dalam tentang pengalaman siswa yang terungkap melalui *photovoice*. Analisis simbolisme dalam foto-foto siswa dapat memberikan wawasan berharga bagi konselor dalam mempersiapkan sesi konseling yang lebih terarah dan bermakna, serta membantu siswa untuk lebih memahami diri mereka sendiri dan proses penyesuaian diri yang mereka alami.

1. Pengertian *Photovoice*

Photovoice merupakan metodologi penelitian kualitatif yang menggabungkan fotografi dengan proses partisipatif untuk memberikan kesempatan kepada individu atau komunitas dalam merekam dan mengungkapkan pengalaman hidup mereka melalui gambar (Riswani; Murniati, 2022). *Photovoice* adalah metodologi yang memberdayakan siswa untuk merekam kekuatan dan tantangan yang mereka hadapi serta menyuarakan perspektif mereka kepada konselor (Angeline et al., 2021). Selain sebagai

metode penelitian, *photovoice* juga berfungsi sebagai media komunikasi yang memperkuat suara kelompok yang sering terpinggirkan (Zulpikar, 2019), serta mendorong perubahan sosial melalui dialog dan advokasi (Faradilla et al., 2023).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa *photovoice* adalah metode penelitian kualitatif partisipatif yang memadukan fotografi dan narasi untuk memberdayakan individu atau komunitas dalam merekam dan mengungkapkan pengalaman hidup mereka. Selain sebagai alat pengumpulan data, *photovoice* juga memperkuat suara siswa dan mendorong mereka untuk berpartisipasi aktif dalam proses konseling formal nantinya.

2. Simbol *Photovoice*

Simbol *photovoice* terletak pada kekuatan foto sebagai media komunikasi visual yang mampu mewakili pengalaman serta realitas hidup seseorang atau komunitas (Sena, 2019). Foto dalam *photovoice* bukan sekedar gambar, melainkan simbol yang mengandung makna mendalam yang diinterpretasikan oleh pembuatnya dan kelompoknya. Selain itu, foto sebagai simbol dalam *photovoice* juga berfungsi sebagai alat refleksi dan dialog (Faradilla et al., 2023), serta mencerminkan pemberdayaan partisipan (Zulpikar, 2019).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa symbol *photovoice* terletak pada kekuatan foto sebagai media komunikasi visual yang mewakili pengalaman dan realitas hidup individu atau komunitas secara mendalam. Foto tidak hanya sebagai gambar, tetapi juga alat ekspresi, refleksi dan dialog yang memperkuat hubungan klien dan konselor serta membuka ruang untuk penentu tujuan konseling yang partisipatif. Selain itu, *photovoice* memberdayakan partisipan menjadi subjek aktif yang

mengendalikan narasi mereka, menjadikan metode ini simbol partisipasi aktif.

3. Proses *Photovoice*

Proses *photovoice* dimulai dengan pelibatan partisipan yang dipilih untuk mengambil foto yang merefleksikan pengalaman, isu, atau kondisi yang ingin mereka ungkapkan (Riswani; Murniati, 2022). Setelah pengambilan foto, proses dilanjutkan dengan diskusi atau wawancara menggunakan metode seperti SHOWeD (Faradilla et al., 2023). Tahap akhir dari proses *photovoice* adalah analisis data tematik (Riswani; Murniati, 2022).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa proses *photovoice* dimulai dengan partisipan yang dilatih untuk mengambil foto yang mencerminkan pengalaman atau isu penting bagi mereka, menjadikan mereka peneliti aktif dalam proses persiapan konseling formal. Setelah itu, dilakukan diskusi atau wawancara untuk menginterpretasikan makna foto secara mendalam menggunakan metode seperti SHOWeD. Tahap akhir meliputi analisis tematik yang digunakan oleh konselor untuk mempersiapkan sesi konseling formal yang lebih efektif. Dengan demikian, *photovoice* berfungsi sebagai metode persiapan sekaligus alat pemberdayaan bagi klien sebelum memasuki sesi konseling formal.

4. Penggunaan *Photovoice*

Photovoice menawarkan pendekatan yang inovatif dan memberdayakan untuk mempersiapkan klien sebelum memasuki sesi konseling (Zulpikar, 2019). *Photovoice* memberikan kesempatan kepada klien untuk merefleksikan pengalaman mereka, mengidentifikasi masalah yang mungkin mereka hadapi, serta membangun hubungan yang positif dengan konselor

(Riswani; Murniati, 2022). *Photovoice* juga mendukung pendekatan inklusif dengan melibatkan suara partisipan yang biasanya kurang terdengar (Faradilla et al., 2023).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa *photovoice* banyak digunakan di bidang kesehatan masyarakat, pendidikan, konseling dan penelitian sosial. Pendidikan dan konseling, *photovoice* menjadi alat ekspresi dan refleksi diri bagi anak-anak dan remaja. *Photovoice* memberikan kesempatan kepada klien untuk merefleksikan pengalaman mereka, mengidentifikasi masalah yang mungkin mereka hadapi, serta membangun hubungan yang positif dengan konselor.

5. Keunggulan Metode *Photovoice*

Photovoice menawarkan sejumlah keunggulan yang signifikan dalam mempersiapkan klien sebelum memasuki sesi konseling formal (Mikkelsen, 2024). Keunggulan *photovoice* terletak pada kemampuannya memberdayakan partisipan dengan memberikan mereka suara melalui media visual dan narasi (Komentar, 2022).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa metode ini memberdayakan partisipan sebagai agen perubahan melalui penggabungan elemen visual dan narasi. *Photovoice* efektif digunakan untuk meningkatkan kesadaran, mendorong dialog, serta mempersiapkan sesi konseling formal yang lebih efektif. Dengan demikian, *photovoice* bukan hanya metode persiapan, tetapi juga strategi pemberdayaan bagi klien sebelum memasuki sesi konseling formal.

D. Proses Mental dalam Media *Photovoice*

Proses mental positif dari penggunaan *photovoice*, khususnya dalam konteks *coping*, katarsis, dan proyeksi meliputi :

1. *Coping*

a. Definisi *Coping*

Coping merupakan upaya individu dalam menghadapi stres dan tekanan hidup dengan strategi tertentu agar dapat bertahan secara mental dan emosional.

b. *Photovoice* sebagai Media *Coping*

Melalui *photovoice*, individu didorong untuk mengeksplorasi dan mengekspresikan perasaan serta pikiran di balik pengalaman hidup yang dialami, terutama yang berkaitan dengan masalah penyesuaian diri. Proses membuat, memilih dan mendiskusikan foto membantu mereka merefleksikan apa yang terjadi dan mencari makna baru, sehingga menumbuhkan mekanisme *coping* yang sehat (Meilinawati & Andriana, 2023).

c. Dampak

Partisipan yang mengikuti proses *photovoice* mampu mengidentifikasi sumber stres, merefleksikan dan menormalisasi pengalaman, serta membangun strategi baru untuk menghadapi masalah. Hal ini mendukung keterampilan dalam proaktif *coping* dan penyelesaian masalah secara mandiri (Abdullah, A.).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa *coping* merupakan upaya individu dalam menghadapi stres dan tekanan hidup dengan strategi tertentu untuk bertahan secara mental dan emosional. Salah satu media yang dapat digunakan untuk *coping* adalah *photovoice*, di mana individu dieksplorasi

untuk mengekspresikan perasaan dan pikiran melalui foto terkait pengalaman hidup, terutama yang berhubungan dengan masalah penyesuaian diri. Proses ini membantu merefleksikan pengalaman dan mencari makna baru, sehingga mendorong mekanisme *coping* yang sehat. Dampaknya, partisipan mampu mengidentifikasi sumber stres, menormalisasi pengalaman, serta membangun strategi baru untuk menghadapi masalah, yang mendukung keterampilan proaktif dalam *coping* dan penyelesaian masalah secara mandiri.

2. Katarsis

a. Definisi Katarsis

Katarsis merupakan pelepasan atau pengungkapan beban emosi terpendam, baik rasa duka, marah, sedih, maupun kegembiraan, sehingga tercapai kelegaan psikologis.

b. *Photovoice* Mendorong Katarsis

Dengan memvisualisasi pengalaman melalui foto dan narasinya, individu dapat melepaskan emosi yang sulit diungkapkan. Narasi visual memberikan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan tanpa tekanan verbal langsung, sehingga proses katarsis terjadi secara alami (Riswani; Murniati, 2022).

c. Manfaat

Proses ini dapat meredakan kecemasan, membantu mengeluarkan emosi negatif yang terpendam, mengurangi represi, serta memperkuat penerimaan diri dan rekonsiliasi dengan pengalaman masa lalu (Islam et al., 2025).

Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa katarsis merupakan proses pelepasan atau pengungkapan beban

emosi yang terpendam, seperti duka, marah, sedih, kegembiraan, yang mengarah pada kelelahan psikologis. *Photovoice* dapat mendorong katarsis dengan memungkinkan individu memvisualisasikan pengalaman mereka melalui foto dan narasi, memberikan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan tanpa tekanan verbal. Manfaat dari proses ini meliputi pengurangan kecemasan, pelepasan emosi negatif yang terpendam, pengurangan represi, serta peningkatan penerimaan diri dan rekonsiliasi dengan pengalaman masa lalu.

3. Proyeksi

a. Definisi Proyeksi

Proyeksi dalam konteks psikologi merupakan mekanisme dimana individu mengekspresikan pikiran, keinginan atau konflik batinnya ke dalam suatu objek eksternal seperti gambar atau foto.

b. *Photovoice* sebagai Media Proyeksi

Dengan mengambil dan memilih gambar, partisipan memproyeksikan persoalan, harapan, ketakutan atau aspirasi yang belum tentu dapat diungkapkan secara langsung. Proses ini memungkinkan pendalaman makna melalui interpretasi visual dan refleksi bersama (Riswani; Murniati, 2022).

c. Implikasi

Photovoice memberikan akses kepada partisipan juga konselor dalam memahami dinamika emosi serta konflik tersembunyi, sehingga proses *photovoice* menjadi lebih komprehensif dan mendalam (Islam et al., 2025).

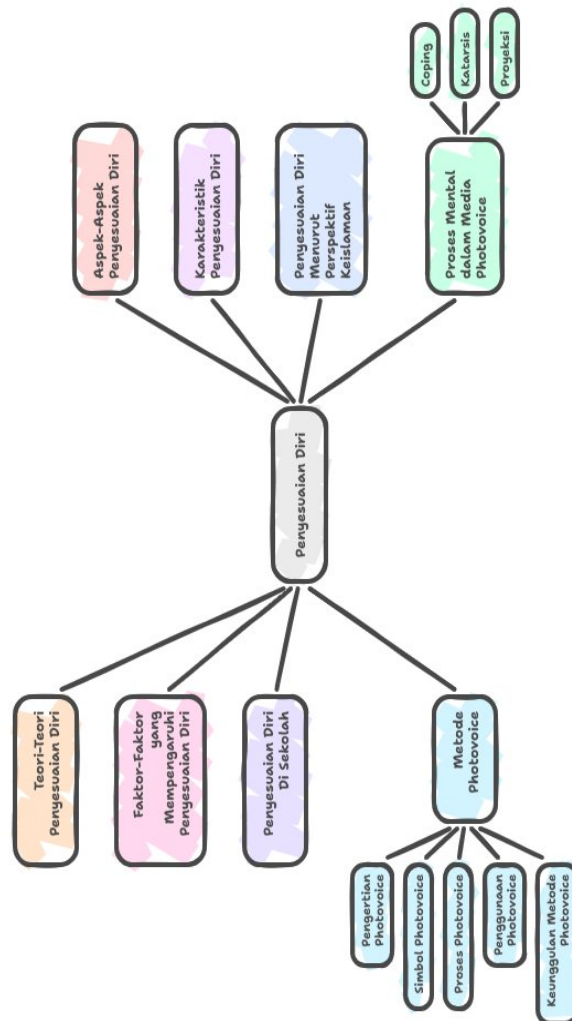
Berdasarkan kajian teori diatas, dapat disimpulkan bahwa proyeksi merupakan mekanisme psikologis di mana individu

mengekspresikan pikiran, keinginan, atau konflik batin melalui objek eksternal, seperti gambar atau foto. Konteks *photovoice*, partisipan dapat mengambil dan memilih gambar untuk memproyeksikan persoalan, harapan, ketakutan, atau aspirasi yang sulit diungkapkan secara langsung. Proses ini memungkinkan pendalaman makna melalui interpretasi visual dan refleksi bersama. Implikasinya, *photovoice* memberikan akses bagi partisipan dan konselor untuk memahami dinamika emosi dan konflik tersembunyi, sehingga proses *photovoice* menjadi lebih komprehensif dan mendalam.

| Aspek | Peran <i>Photovoice</i> | Konsekuensi Psikologis |
|-----------------|--|---|
| Coping | Memahami, merefleksikan dan mengatasi sumber stres melalui narasi foto | Meningkatkan keterampilan mengatasi masalah dan regulasi emosi |
| Katarsis | Menyalurkan emosi terpendam lewat visualisasi dan diskusi naratif | Kelegaan emosional, menurunkan represi, meningkatkan penerimaan diri |
| Proyeksi | Menyampaikan konflik batin, harapan, ketakutan lewat objek visual | Mengeksplorasi konflik tersembunyi, memperdalam makna narasi personal |

KERANGKA BERPIKIR

Penyesuaian Diri dan Metode Photovoice



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan dan Jenis Penelitian

Rancangan penelitian menurut (Azwar, S., 2015) adalah penjelasan yang tepat mengenai langkah-langkah penelitian yang mencakup perencanaan serta pelaksanaan. Desain penelitian melibatkan hubungan antara berbagai variabel, pengumpulan informasi, dan analisis data, sehingga memberikan gambaran yang jelas tentang hubungan antara kegiatan dan hasil yang didapat di lapangan. Sementara itu, menurut Arikunto (2010), rancangan penelitian merupakan sebuah kerangka kerja dari rencana penelitian yang bertujuan untuk memperoleh informasi berharga dan menghasilkan sesuatu yang dapat dipertanggungjawabkan (Ili & Penelitian, 2015). Manfaat dari desain penelitian menurut Prastowo (2012), berfungsi sebagai acuan dalam menemukan hasil serta cara mengatasi masalah dan mengendalikan variabel yang berkaitan dalam penelitian. Desain penelitian ini dibuat dengan teliti dan seksama untuk memudahkan peneliti serta pembaca hasil penelitiannya agar dapat memahami dan memberikan solusi terhadap masalah yang ada (Kamila, 2022).

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pengalaman subjektif siswa MA Darun Nur kelas X terkait penyesuaian diri. Pendekatan kualitatif dipilih karena bertujuan untuk memahami makna yang terkandung dalam pengalaman partisipan, yang tidak dapat diukur secara kuantitatif (Kurniawati et al., 2022). Jika *photovoice* diposisikan sebagai metode untuk menggali pengalaman subjektif, maka desain penelitian yang paling tepat adalah studi kasus kolektif berbasis *photovoice*. Studi kasus

kolektif memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi pengalaman penyesuaian diri dari beberapa siswa atau

kasus secara mendalam, serta mengidentifikasi tema-tema umum yang muncul di antara kasus-kasus tersebut (Stake, 1995). Studi kasus kolektif berbasis *photovoice*, partisipan didorong untuk mendokumentasikan pengalaman mereka terkait penyesuaian diri melalui foto dan narasi.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka peneliti memandang penelitian tentang “Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice*” ini relevan untuk menggali proses sistematis dalam mengumpulkan informasi yang kaya dan mendalam tentang pengalaman penyesuaian diri siswa, yang akan memperkaya pemahaman konselor. Informasi yang diperoleh dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola-pola makna akan membantu konselor dalam mempersiapkan sesi konseling formal yang lebih terarah dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Desain ini memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan informasi yang kaya dan mendalam tentang pengalaman penyesuaian diri siswa, yang akan memperkaya pemahaman konselor dan membantu mereka untuk memberikan dukungan yang lebih efektif.

B. Batasan Istilah

Photovoice adalah metode penelitian partisipatif yang memanfaatkan foto hasil karya siswa sebagai media untuk mengungkapkan dan mengekspresikan persepsi mereka secara visual dan naratif. Siswa MA dalam konteks ini mengambil foto yang mempresentasikan pengalaman dan pandangan mereka terkait penyesuaian diri di sekolah. Foto-foto tersebut bukan hanya sekedar gambar, melainkan media untuk mengkomunikasikan cerita mereka. Siswa adalah subjek penelitian dalam proses penyesuaian dirinya. Foto-foto yang dihasilkan siswa menjadi titik awal diskusi dan refleksi bersama konselor. Penyesuaian diri

merujuk pada kemampuan siswa dalam beradaptasi dengan lingkungan sekolah yang baru. Penyesuaian diri yang baik ditandai dengan kemampuan siswa dalam berintegrasi dengan teman sebaya, mengikuti pembelajaran, serta mengelola emosi dengan efektif.

C. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Madrasah Aliyah Darun Nur yang berada dalam naungan Yayasan Pendidikan Darun Nur Arrumi. Madrasah Aliyah ini beralamatkan di Jl. Pondok Pesantren Darun Nur Rukem Sungi Kulon Kecamatan Pohjentrek Kabupaten Pasuruan. Tak hanya itu, di Madrasah Aliyah bukan hanya pendidikan formal di pagi hari saja, melainkan juga pendidikan non formal di sore hari seperti pengkajian kitab-kitab klasik melalui pengajaran Madrasah Diniyah.

D. Subjek Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa MA Darun Nur kelas X yang dipilih berdasarkan kriteria tertentu untuk memastikan kontribusi yang optimal dalam pengambilan keputusan serta memberikan informasi yang kaya dan reflektif. Mengacu pada Creswell (2007), jumlah partisipan pada penelitian kualitatif biasanya 5 hingga 10 orang, dan dapat ditambah hingga tercapai saturasi data, yaitu ketika informasi yang diperoleh dari partisipan mulai menunjukkan pengulangan atau kesamaan (Andi, 2011).

Pemilihan partisipan dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan atau kriteria tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya (Patton, 2002). Teknik ini dipilih karena

memungkinkan peneliti untuk memilih partisipan yang paling relevan dan dapat memberikan informasi yang mendalam tentang pengalaman penyesuaian diri siswa MA kelas X. Kriteria inklusi, siswa MA Darun Nur kelas X yang mengalami tantangan penyesuaian diri, seperti kesulitan beradaptasi dengan lingkungan sekolah baru, kesulitan membangun hubungan sosial dengan teman sebaya, mengalami tekanan akademik yang signifikan; siswa yang bersedia berpartisipasi secara aktif dalam seluruh tahapan penelitian, seperti pengambilan foto, diskusi kelompok, dan wawancara individual; siswa yang memiliki kemampuan dasar dalam menggunakan kamera atau *smartphone* untuk mengambil foto. Kriteria eksklusi, siswa yang memiliki masalah kesehatan mental yang serius yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk berpartisipasi dalam penelitian; siswa yang tidak mendapatkan izin dari orang tua untuk berpartisipasi dalam penelitian; siswa yang tidak bersedia memberikan *informed consent* untuk berpartisipasi dalam penelitian.

Dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan menetapkan kriteria inklusi dan eksklusi yang jelas, penelitian ini diharapkan dapat memperoleh data yang kaya, mendalam, dan relevan untuk menjawab pertanyaan penelitian tentang bagaimana *photovoice* dapat digunakan sebagai media penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X.

E. Kehadiran Peneliti

Kehadiran peneliti dalam penelitian kualitatif metode *photovoice* adalah yang pertama sebagai fasilitator yang membimbing partisipan dalam proses pengambilan foto, diskusi dan refleksi dari pengalaman yang partisipan dokumentasikan. Kedua sebagai pendamping yang aktif mendampingi dan

mendukung partisipan agar mampu mengekspresikan perspektif, pengalaman, pengetahuan melalui foto dan narasi. Ketiga sebagai penjaga proses partisipatif yang memastikan partisipan menjadi subjek aktif bukan objek pasif. Peneliti memberikan ruang dan alat (kamera dan diskusi) agar partisipan secara mandiri mengungkapkan pandangannya serta peneliti memfasilitasi diskusi kelompok untuk mendalami makna dibalik foto yang dihasilkan. Keempat sebagai yang memastikan integritas dan kedalaman data sebagai bahan eksplorasi yang diperoleh. Peneliti bertanggung jawab dalam mengumpulkan data (foto, narasi, hasil diskusi). Kelima sebagai penjaga etika penelitian dan membangun kepercayaan dengan memastikan seluruh proses berjalan secara etis, termasuk mendapatkan persetujuan partisipan, menjaga kerahasiaan, serta menghargai hak partisipan atas cerita mereka dan menjunjung tinggi kepercayaan agar partisipan merasa nyaman dan terbuka.

F. Sumber Data

Sumber data dalam penelitian kualitatif ini meliputi beberapa komponen utama dengan menggunakan metode *photovoice*, diantaranya adalah :

1. Foto yang dihasilkan oleh partisipan menjadi sumber data utama dalam metode *photovoice*. Partisipan bertugas mengambil gambar yang sesuai dengan pengalaman maupun pandangan secara langsung. Hasil fotonya menjadi media ekspresi visual yang merepresentasikan isu atau tema yang diteliti.
2. Narasi dari partisipan terhadap foto. Setiap foto yang diambil disertai dengan penjelasan maupun cerita dari partisipan

terkait makna foto tersebut. Narasi data visual sebagai bahan eksplorasi yang dikumpulkan.

3. Sesi diskusi kelompok dilakukan untuk membahas foto-foto yang dihasilkan, dengan berbagi pandangan dan penafsiran. Diskusi ini membantu menggali makna serta memperkaya data kualitatif sebagai bahan eksplorasi dari berbagai perspektif partisipan.

G. Teknik Pengumpulan Data

Prosedur penelitian ini mengikuti alur *photovoice*, dengan tujuan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif siswa MA Darun Nur kelas X terkait penyesuaian diri. Penelitian ini tidak bertujuan untuk mengubah siswa atau memperbaiki penyesuaian diri mereka, melainkan untuk memberikan wawasan kepada konselor tentang pengalaman siswa sehingga mereka dapat mempersiapkan sesi konseling formal yang lebih terarah dan efektif. Alur *photovoice* :

1. Orientasi dan *Informed Consent* : peneliti memberikan penjelasan rinci tentang tujuan, prosedur, dan potensi resiko dan manfaat penelitian kepada siswa dan orang tua mereka. Siswa yang bersedia berpartisipasi menandatangani *informed consent*.
2. Pelatihan Etika dan Teknik Fotografi Dasar : siswa diberikan pelatihan tentang etika dalam pengambilan foto (menghormati privasi orang lain, meminta izin sebelum mengambil foto) dan teknik fotografi dasar (komposisi dan pencahayaan).
3. Pengambilan Foto : siswa mengambil foto yang menggambarkan pengalaman mereka terkait penyesuaian diri di lingkungan MA Darun Nur, dengan berpedoman pada panduan foto dan tema foto yang telah ditentukan.

4. Diskusi Kelompok : siswa berpartisipasi dalam diskusi kelompok untuk berbagi makna dari foto-foto mereka dan mendengarkan perspektif dari teman sebaya. Diskusi ini dipandu oleh metode SHOWeD atau modifikasi dari *Visual Content Analysis* (VCA) untuk menggali pengalaman subjektif siswa secara mendalam.
5. Analisis Tematik : peneliti menganalisis data yang terkumpul dari foto, transkrip diskusi kelompok, dan jurnal refleksi siswa untuk mengidentifikasi tema-tema umum yang muncul terkait pengalaman penyesuaian diri siswa.
6. Validasi Partisipan : peneliti mempersentasikan hasil analisis tematik kepada partisipan untuk mendapatkan umpan balik dan memastikan bahwa interpretasi peneliti sesuai dengan pengalaman mereka.
7. Penyusunan hasil untuk konselor : peneliti menyusun laporan yang berisi ringkasan temuan penelitian dan rekomendasi untuk konselor dalam mempersiapkan sesi konseling formal yang lebih terarah dan efektif.

Teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti dalam penelitian menggunakan metode *photovoice* adalah sebagai berikut :

1. Pelatihan dan penjelasan awal kepada partisipan sebelum pengambilan foto. Peneliti memberikan pelatihan atau penjelasan tentang cara mengambil foto yang relevan dan etis, serta menjelaskan tujuan penelitian dan hak partisipan.
2. Pengambilan foto oleh partisipan untuk mengambil foto yang menggambarkan pengalaman dan pandangan yang menjadi fokus penelitian. Foto menjadi media utama dalam mengekspresikan cerita yang ingin disampaikan.

3. Observasi dan dokumentasi pendukung selama proses pengambilan foto dan diskusi berlangsung, serta mengumpulkan dokumentasi pendukung seperti catatan lapangan, rekaman audio/video, serta dokumen terkait untuk melengkapi data.
4. Wawancara mendalam dengan partisipan setelah pengambilan foto. Peneliti melakukan wawancara untuk menggali cerita, makna, dan konteks di balik foto yang dihasilkan oleh partisipan sebagai bahan eksplorasi.

H. Analisis Data

Analisis data dalam penelitian kualitatif dengan metode *photovoice* ini bersifat deskriptif-eksploratif, dengan tujuan mengidentifikasi tema-tema awal yang muncul dari data visual dan naratif. Fokus utama penelitian ini adalah pada interpretasi foto, pendekatan VCA dipilih sebagai kerangka utama, yang kemudian diintegrasikan dengan analisis naratif untuk memperkaya pemahaman. Berikut langkah-langkah dalam proses analisis data :

1. Pengumpulan data berupa foto dan narasi dari partisipan. Data utama berupa foto yang diambil oleh partisipan beserta cerita dan penjelasan tentang makna foto tersebut sebagai bahan dasar analisis.
2. Transkripsi dan pengorganisasian hasil narasi wawancara mendalam dalam diskusi kelompok yang membahas foto-foto yang kemudian ditranskripsi secara lengkap dan diklasifikasikan serta diorganisir dalam memudahkan proses analisis.
3. Pengkodean data dari seluruh data yang diperoleh dari foto, narasi, transkrip diskusi untuk diidentifikasi unit-unit makna yang kemudian diberi kode pada potongan data yang

relevan berupa kata kunci atau frasa yang menggambarkan isi data menggunakan pendekatan VCA. Langkah-langkah pengkodean VCA :

- a. Menentukan unit analisis
 - b. Pengembangan skema kode
 - c. Proses pengkodean
4. Pengkodean data naratif digunakan untuk memahami cerita dan makna yang disampaikan oleh partisipan melalui narasi mereka. Langkah-langkah pengkodean naratif :
 - a. Identifikasi unit makna
 - b. Pemberian kode
5. Integrasi analisis visual dan naratif setelah pengkodean. Tujuannya untuk melihat bagaimana elemen visual dalam foto berhubungan dengan narasi yang menyertainya; proses integrasi dapat dilakukan dengan membuat tabel yang menghubungkan kode visual dengan kode naratif untuk setiap foto; analisis mendalam dilakukan untuk mengidentifikasi pola-pola yang muncul dari integrasi kode visual dan naratif.
6. Pengembangan tema dari kode-kode yang telah diintegrasikan. Tema-tema ini mencerminkan pola-pola makna yang muncul dari pengalaman dan perspektif partisipan; tema-tema ini harus didukung dengan bukti-bukti yang kuat dari data visual dan naratif.
7. Validasi tema yang telah dikembangkan. Tujuannya untuk memastikan bahwa interpretasi data akurat dan mencerminkan pengalaman partisipan; partisipan memberikan umpan balik, mengklarifikasi makna foto dan narasi; serta menyetujui atau tidak menyetujui dari tema-tema yang telah diidentifikasi.

8. Triangulasi data dari foto, narasi, wawancara yang dibandingkan dan dikonfirmasi untuk memastikan konsistensi dan kredibilitas hasil analisis.
9. Penyajian hasil analisis dalam bentuk narasi yang kaya dan mendalam, didukung dengan contoh foto dan kutipan narasi yang relevan; penyajian visual dapat digunakan untuk memperkuat pesan yang ingin disampaikan.

I. Keabsahan Data

Keabsahan data dalam penelitian kualitatif sangat penting untuk memastikan hasil penelitian yang kredibel, dapat dipercaya, dan bermakna secara ilmiah. Kredibilitas berkaitan dengan seberapa yakin peneliti bahwa hasil penelitian mencerminkan pengalaman partisipan yang sebenarnya. Penelitian ini kredibilitas dapat dipastikan melalui :

1. Triangulasi, menggunakan berbagai sumber data (foto, narasi, diskusi), metode atau peneliti untuk memeriksa konsistensi temuan. Triangulasi dapat dilakukan dengan menggabungkan data dari foto yang diambil partisipan, narasi yang menyertai foto, transkrip diskusi yang membahas foto, review dari ahli (ahli dalam bidang photovoice)
2. Member checking, mengonfirmasi hasil interpretasi data kepada partisipan untuk memastikan makna yang diambil sesuai dengan pengalaman mereka. Proses ini melibatkan menyajikan tema-tema yang muncul dari analisis data kepada partisipan, meminta umpan balik dari partisipan apakah tema itu mencerminkan pengalaman mereka, membuat penyesuaian pada interpretasi data dari umpan balik partisipan.

Dengan menerapkan teknik keabsahan data tersebut, maka data dalam penelitian kualitatif metode *photovoice* dapat terjamin, sehingga hasil penelitian menjadi kredibel, dapat dipercaya, dan bermakna secara ilmiah.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

Pelaksanaan penelitian tentang Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X : Studi *Photovoice* dilakukan di MA Darun Nur sejak bulan Maret 2025 sampai bulan September 2025 yang terbagi menjadi beberapa kegiatan seperti observasi dan wawancara, lalu pencarian data pra penelitian dengan penyebaran angket untuk mengetahui kategori penyesuaian diri siswa, kemudian memilih beberapa siswa yang termasuk pada penyesuaian diri yang tinggi dan penyesuaian diri yang rendah, selanjutnya melakukan pengambilan gambar oleh beberapa siswa yang terpilih dan melakukan diskusi terkait gambar-gambar yang mereka potret. Subjek dalam penelitian ini adalah 4 siswa H, E, V, W yaitu siswa MA Darun Nur kelas X.

1. Proses awal penelitian

Awal mulanya peneliti mengamati kegiatan yang dilakukan siswa baru di sekolah secara umum. Mereka yang baru saja memasuki masa transisi dari Madrasah Tsanawiyah (MTS) ke Madrasah Aliyah (MA), banyak dari mereka yang masih malu-malu, ada yang susah bergaul, juga ada yang merasa belum klik dengan lingkungan sekolahnya. Sehingga menyebabkan proses pembelajaran dan pengembangan diri di sekolah menjadi terhambat. Hal tersebut membuat peneliti bertanya-tanya tentang apa yang menghambat pembelajaran dan pengembangan diri mereka di sekolah. Setelah mencari tahu apa yang menyebabkan mereka menjadi terhambat di sekolah

adalah karena faktor penyesuaian diri di lingkungan baru. Hal ini dapat terjadi karena penyesuaian diri yang kurang, sehingga pembelajaran dan

pengembangan diri siswa disekolah menjadi terhambat. Karena penyesuaian diri merupakan sebuah proses, dimana penyesuaian diri bukanlah tujuan akhir, melainkan sebuah perjalanan yang berkelanjutan. Penyesuaian diri membutuhkan perubahan dari dalam diri individu untuk menyesuaikan kondisi lingkungan yang baru, baik dalam perilaku, sikap, maupun pola pikir.

Ketika berdiskusi dengan pengajar, mendengarkan cerita dari kakak kelas, ternyata ada banyak siswa yang membutuhkan *pra-konseling* terkait penyesuaian diri terhadap sekolah baru mereka. Sehingga peneliti memutuskan untuk membuat angket untuk disebar pada siswa kelas X di MA Darun Nur. Hasil penyebaran angket menunjukkan banyak siswa kelas X yang berada pada tingkat rendahnya penyesuaian diri atau kurangnya kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru. Juga ada beberapa siswa yang berada pada tingkat tingginya penyesuaian diri atau tingginya kemampuan beradaptasi dengan lingkungan baru. Dari hasil angket inilah peneliti memilih 4 orang siswa untuk melanjutkan penelitian ini. Hal ini menjadi penguat peneliti dalam mengambil tema penyesuaian diri siswa MA kelas X di MA Darun Nur sebagai fokus dalam studi *photovoice*. Dengan adanya penelitian ini, dapat menjadikan kontribusi terhadap persiapan siswa dalam menyesuaikan diri serta membantu siswa mengidentifikasi masalah pribadi maupun sosial.

Pada bulan September 2025, peneliti melakukan metode *photovoice* sebagai media penyesuaian diri siswa. Peneliti meminta 4 orang siswa yang terpilih untuk melakukan pengambilan gambar sesuai dengan perintah yang telah dijelaskan, dengan fokus pada pengalaman mereka terkait

penyesuaian diri di sekolah. Setelah memperoleh berbagai gambar dari 4 orang siswa, peneliti melanjutkan untuk berdiskusi mengenai hasil foto yang mereka peroleh pada masing-masing siswa. Dari hasil diskusi inilah, diharapkan dapat memberikan gambaran awal tentang permasalahan penyesuaian diri siswa kelas X di MA Darun Nur secara lebih mendalam, yang akan digunakan sebagai dasar untuk merencanakan intervensi konseling formal yang tepat.

2. Proses pelaksanaan penelitian

Penelitian tentang penyesuaian diri studi *photovoice* bertujuan untuk memahami penyesuaian diri siswa MA kelas X, memahami faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa MA kelas X, memahami dukungan apa saja yang dibutuhkan siswa MA dari pihak sekolah untuk penyesuaian diri. Selanjutnya, setelah menemukan gambaran tentang identifikasi masalah, kemudian peneliti melakukan pendekatan intensif kepada siswa MA kelas X untuk membangun *good report* sehingga memudahkan peneliti dalam melakukan penelitian. Penelitian ini menggunakan empat subjek siswa MA kelas X di MA Darun Nur, dengan identitas subjek penelitian sebagai berikut :

Subjek 1

Nama : Hilmiyah
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tanggal Lahir : 07 Maret 2009
 Alamat : Silorentek Timur Kraton Pasuruan

Subjek 2

Nama : Erlin Maulidia
Jenis Kelamin : Perempuan
Tanggal Lahir : 19 Februari 2010
Alamat : Guyangan

Subjek 3

Nama : Vivi Dwi Noviasutik
Jenis Kelamin : Perempuan
Tanggal Lahir : 27 Mei 2009
Alamat : Ketangirejo, Kejayan, Pasuruan

Subjek 4

Nama : Wafiq Azizatul Fitriyah
Jenis Kelamin : Perempuan
Tanggal Lahir : 26 April 2009
Alamat : Ngabar Kraton Pasuruan

Pelaksanaan penelitian dilakukan peneliti dengan melakukan observasi dengan melihat kegiatan yang dilakukan subjek di sekolah serta melakukan penyebaran angket untuk melihat kategori penyesuaian diri siswa MA kelas X di Darun Nur untuk diambil beberapa siswa untuk dijadikan subjek. Waktu penyebaran angket, pengambilan foto untuk metode *photovoice*, hingga diskusi terkait gambar yang mereka potret menyesuaikan dengan waktu longgar di kelas maupun waktu istirahat.

3. Hambatan

Penelitian yang dilakukan di MA Darun Nur dengan empat orang subjek dalam pelaksanaannya mengalami beberapa hambatan dalam melakukan serangkaian penelitian menggunakan metode *photovoice*. Pada saat melakukan serangkaian penelitian menggunakan metode *photovoice* hambatan yang dialami peneliti adalah waktu dan pemahaman dalam proses pengambilan gambar. Pertama, waktu, karena keterbatasan waktu dari kegiatan subjek sebagai siswa kelas X, sehingga peneliti harus menyesuaikan waktu-waktu senggang siswa ketika jam kosong maupun menunggu waktu istirahat tiba agar dapat mengambil gambar dalam metode *photovoice* ini dan berdiskusi dari gambar-gambar yang telah mereka potret. Hal ini menunjukkan desain penelitian yang kurang fleksibel dan kurang melibatkan siswa dalam penjadwalan. Dampaknya, foto kurang reflektif dan diskusi kurang mendalam. Kedua, pemahaman dalam proses pengambilan gambar, awalnya beberapa subjek belum paham harus mengambil gambar apa dalam setiap aspek yang disebutkan, sehingga peneliti dan teman subjek yang lain membantu memberikan pemahaman terhadap subjek yang belum paham tersebut.

4. Penilaian Ahli

Penelitian ini bertujuan untuk memahami penyesuaian diri siswa MA kelas X melalui metode *photovoice*. Untuk memastikan validitas dan reliabilitas penelitian, dilakukan penilaian ahli oleh seorang psikolog berpengalaman, Ibu Indah Prestyowati, S. Psi., Psikolog., LCACC., CCC, dari lembaga psikologi Inti Sinergi Hati. Penilaian ahli ini bertujuan untuk memvalidasi penerapan metode *photovoice* dan mengevaluasi

interpretasi peneliti terhadap data yang diperoleh dari foto dan narasi siswa.

Penilaian ahli dilakukan oleh Ibu Indah Prestyowati, seorang psikolog dengan pengalaman dalam konseling remaja dan penggunaan metode kreatif dalam terapi. Beliau diberikan transkrip wawancara, foto-foto yang diambil oleh siswa, dan analisis awal peneliti. Kriteria penilaian meliputi kesesuaian foto dan narasi dengan aspek-aspek penyesuaian diri (akademik, sosial, emosional, nilai dan budaya), validitas interpretasi peneliti, serta potensi terapeutik dari proses *photovoice*. Umpan balik dari ahli dianalisis secara kualitatif untuk mengidentifikasi tema-tema utama dan saran-saran perbaikan.

B. Paparan Data Hasil Penelitian

1. Dinamika Psikologis Penyesuaian Diri Siswa

Penyesuaian diri siswa baru merupakan serangkaian proses yang melibatkan interaksi antara komponen dalam diri siswa dengan lingkungan sekolah. Hasil penelitian ini menemukan 4 tema utama yang menggambarkan proses penyesuaian diri siswa. Berikut narasi temuan berdasarkan tema-tema tersebut. Pada bagian awal, tema yang ditemukan merujuk pada hal-hal yang dialami siswa atau penyesuaian siswa di awal masuk yang mencakup pikiran, emosi, dan tindakan. Selanjutnya akan dijelaskan temuan dari masing-masing subjek. Penyesuaian diri di lingkungan sekolah yang baru, siswa MA Darun Nur memproses pengalaman mereka melalui berbagai cara. Adaptasi akademik menjadi tantangan tersendiri, seperti yang dirasakan oleh subjek E dengan banyaknya materi pelajaran

yang harus dipelajari, membuatnya merasa tertekan dan kewalahan.

“saya merasa kewalahan dengan banyaknya materi pelajaran yang harus dipelajari di MA”

Foto tumpukan buku oleh subjek E dalam penyesuaian akademik merupakan subjek E secara eksplisit menyatakan bahwa banyaknya buku dan materi pelajaran menjadi tantangan dalam belajar. Tumpukan buku yang tidak tertata rapi secara visual menggambarkan rasa kewalahan dan kurangnya organisasi dalam menghadapi beban akademik.

Namun, ada juga yang merasa berhasil dan bangga dengan pencapaian sebelumnya, seperti subjek W yang termotivasi oleh ijazah MTS-nya untuk terus belajar dengan tekun.

“ijazah inilah yang mengingatkan saya untuk terus rajin belajar dan meraih cita-cita”

Foto ijazah MTS oleh subjek W dalam penyesuaian akademik merupakan subjek W memandang ijazah MTS sebagai bukti kemampuan dan keberhasilan di masa lalu. Pengalaman sukses ini menjadi modal untuk menghadapi tantangan akademik di MA Darun Nur.

Dukungan dari guru, seperti yang dialami oleh V dengan guru Al-Qur'an Hadits, memberikan semangat dan rasa aman dalam belajar.

“Aku sering tanya-tanya ke beliau ini pas aku gak paham materi sekolah maupun kesulitan menghafal ayat atau hadits gitu kak. Aku merasa terbantu banget sama beliau ini. Jadi dukungan beliau ini yang menjadi semangatku dalam belajar”

Foto guru Al-Qur'an Hadits oleh subjek V dalam penyesuaian akademik merupakan subjek V mengidentifikasi guru sebagai sumber dukungan yang penting dalam menghadapi beban akademik. Tindakan bertanya pada guru

ketika tidak memahami materi pelajaran menunjukkan strategi *coping* yang aktif dan adaptif.

Secara keseluruhan, siswa memproses pengalaman mereka di lingkungan sekolah yang baru dengan mencari dukungan, membangun pertemanan yang positif, mengatasi perasaan negatif, dan menghormati nilai-nilai serta budaya sekolah. Pesan utama yang ingin disampaikan adalah pentingnya dukungan dan pertemanan dalam proses adaptasi, serta keberanian untuk mencoba hal baru dan menemukan versi terbaik dari diri sendiri.

Pada bagian kedua, tema yang ditemukan merujuk pada interaksi dengan teman sebaya dan guru yang memiliki peran krusial dalam proses penyesuaian diri siswa yang memberikan dukungan, berbagi pengalaman, memberikan bimbingan akademik. Selanjutnya akan dijelaskan temuan dari masing-masing subjek. Interaksi siswa MA Darun Nur dengan teman sebaya dan guru terjalin melalui berbagai cara, menciptakan dinamika sosial dan akademik yang beragam. Lingkup pertemanan, siswa seperti subjek H merasakan manfaat besar dari kerja kelompok, yang tidak hanya memfasilitasi pertukaran pikiran dan informasi tetapi juga mempererat hubungan.

“Aku merasa dengan kerja kelompok aku menjadi lebih dekat dengan teman-teman dan saling memahami satu sama lain”

Foto kerja kelompok oleh subjek H dalam penyesuaian sosial merupakan subjek H menggambarkan kebersamaan dalam kelompok belajar sebagai bagian penting dari hubungan sosialnya dengan teman-teman. Aktivitas belajar bersama di kelas menunjukkan adanya kolaborasi dan dukungan akademik di antara siswa.

Melakukan apapun bersama-sama mencerminkan ikatan sosial yang kuat dan rasa saling memiliki dalam kelompok.

Subjek E, yang awalnya merasa kesulitan berinteraksi, akhirnya dapat membaur berkat inisiatif teman-temannya.

“Saya sering menyendiri dan duduk di pojok kelas untuk menikmati kesendirian karena kesulitan saya dalam berteman. Tapi Alhamdulillah, lama-lama juga saya bisa membaur dengan teman-teman meskipun harus dari teman-teman dulu yang mendekati saya”

Foto menyendiri dipojok kelas oleh subjek E dalam penyesuaian sosial merupakan subjek E menggambarkan pengalaman yang kontras dengan subjek H, yaitu perasaan terisolasi dan kesulitan dalam berinteraksi dengan teman-teman. Duduk di pojokkan kelas dan menutupi wajah menunjukkan adanya perasaan malu, sedih, dan ingin menyembunyikan diri. kesulitan dalam berteman menjadi tantangan utama bagi subjek E dalam menyesuaikan diri secara sosial.

Subjek V menemukan dukungan yang tak ternilai dalam pertemanan, yang memberinya semangat dan rasa diterima.

“Aku ngerasa diterima baik di pertemanan bareng teman-teman sekolah”

Foto merangkul teman oleh subjek V dalam penyesuaian sosial merupakan subjek V menggambarkan pengalaman positif dalam pertemanan, yaitu merasa diterima dengan baik oleh teman-temannya. Foto saling merangkul menunjukkan adanya kedekatan emosional dan dukungan sosial dalam hubungan pertemanan. Merasa diterima dalam pertemanan berkontribusi pada penyesuaian diri yang positif bagi subjek V.

Sementara itu, subjek W menemukan lingkungan sosial yang positif melalui kegiatan ekstrakurikuler banjari, yang membantunya mengembangkan diri dan menemukan teman baru.

“aku bisa menemukan banyak teman dan bisa mengembangkan kemampuanku untuk main darbuka di ekstrakurikuler banjari ini”

Foto bermain darbuka di musholla oleh subjek W dalam penyesuaian sosial merupakan subjek W menggambarkan keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler banjari sebagai cara untuk menemukan teman dan mengembangkan kemampuan. Musholla sebagai tempat kegiatan menunjukkan integrasi antara nilai-nilai agama dan kegiatan sosial. Mengikuti kegiatan banjari memberikan kesempatan bagi subjek W untuk berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki minat yang sama, sehingga memperkuat rasa kebersamaan dan keterhubungan.

Interaksi dengan guru juga memegang peranan penting dalam pengalaman siswa. Subjek V merasa sangat terbantu oleh guru Al-Qur'an Hadits yang selalu memberikan dukungan dan motivasi dalam belajar.

“Beliau sering memberi motivasi untuk aku agar selalu berusaha dan selalu mengamalkan isi-isi yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadits gitu kak “

Foto guru Al-Qur'an Hadits oleh subjek V dalam penyesuaian sosial merupakan subjek V menggambarkan guru ini tidak hanya membantu dalam memahami materi pelajaran tetapi juga memberikan bimbingan spiritual.

Secara keseluruhan, interaksi positif dengan teman sebaya dan guru menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan akademik, sosial, dan emosional siswa di MA Darun Nur.

Pada bagian ketiga, tema yang ditemukan merujuk pada mengatasi stres dan kecemasan yang tak terhindarkan dari bagian penyesuaian diri. Selanjutnya akan dijelaskan temuan dari masing-masing subjek. Para siswa MA Darun Nur menghadapi stres dan kecemasan dengan berbagai cara. Subjek E, menggambarkan perasaannya melalui foto daun kering, yang melambangkan perasaan hampa dan tidak bersemangat.

“daun kering ini seperti gambaran perasaan saya waktu itu, merasa hampa, layu dan tidak bersemangat. Merasa sedih, cemas, stress, terhadap pembelajaran di sekolah”

Foto daun-daun kering oleh subjek E dalam penyesuaian emosional merupakan subjek E menggambarkan perasaan yang kontras dengan subjek H, yaitu perasaan sedih, cemas, dan stres terkait dengan pembelajaran di sekolah dan kesulitan dalam berinteraksi sosial. Foto daun-daun kering secara visual merepresentasikan kerapuhan emosional dan kehilangan harapan. Tidak memiliki banyak teman menjadi salah satu faktor yang menyebabkan subjek E merasa tidak bahagia di sekolah.

Subjek V, mengatasi perasaan negatif dengan membaca buku di teras kelas, perpustakaan, yang memberikan ketenangan dan kesempatan untuk mengembangkan diri.

“saat aku lagi ngatasi perasaan jelek-jelek kak. Aku bisa baca buku di teras kelas, dalam kelas atau di perpustakaan”

Foto membaca buku oleh subjek V dalam penyesuaian emosional merupakan subjek V menggambarkan strategi yang digunakan untuk mengatasi perasaan negatif, yaitu dengan membaca buku dan memandang lapangan sekolah. Membaca buku memberikan

kesempatan untuk mencari pengetahuan dan perspektif baru, sementara memandang lapangan memberikan ketenangan dan kedamaian.

Sementara itu, subjek H menemukan kebahagiaan dan ketenangan dengan dikelilingi oleh teman-teman dan guru yang baik, yang memberikan dukungan emosional.

“Warna hijau pada daun seperti sebuah harapan dari pertumbuhan, dan warna ungu pada bunga seperti keindahan dan ketenangan. Ibarat aku di kelilingi oleh teman-teman, guru-guru dan banyak orang baik disekitarku”

Foto dedaunan dan bunga ungu oleh subjek H dalam penyesuaian emosional merupakan subjek H menggambarkan kebahagiaan di sekolah sebagai dikelilingi oleh teman-teman, guru-guru, dan orang-orang baik. Foto dedaunan hijau dan bunga ungu secara visual merepresentasikan lingkungan yang mendukung dan positif, serta keunikan dan individualitas siswa. Keberadaan orang-orang yang baik di sekitarnya menjadi sumber kebahagiaan bagi subjek H.

Dengan demikian, siswa MA Darun Nur menemukan cara unik untuk mengatasi stres dan kecemasan, baik melalui refleksi diri, mencari dukungan sosial, maupun melalui kegiatan yang menenangkan dan memberdayakan.

Pada bagian keempat, tema yang ditemukan merujuk pada membangun identitas diri yang berkelanjutan yang dipengaruhi oleh pengalaman dilingkungan sekolah dalam penyesuaian diri siswa. Selanjutnya akan dijelaskan temuan dari masing-masing subjek. Para siswa MA Darun Nur membangun identitas diri mereka melalui berbagai cara yang unik dan bermakna. Subjek H melalui ekstrakurikuler silat, belajar tentang kejujuran, keberanian, kesetiaan, dan tanggung jawab, yang membentuk karakternya.

“aku belajar bahwa silat mengajarkanku dan kita semua tentang kejujuran, keberanian, kesetiaan, dan tanggung jawab yang merupakan nilai penting dalam kehidupan sehari-hari”

Foto orang silat oleh subjek H dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek H menggambarkan ekstrakurikuler silat sebagai pengalaman yang berkesan dan wahana untuk mengembangkan diri. latihan silat di jam istirahat menunjukkan komitmen dan dedikasi siswa terhadap pengembangan diri dan pelestarian budaya. mengikuti ekstrakurikuler silat memberikan kesempatan bagi subjek H untuk mengembangkan keterampilan fisik, mental, dan sosial.

Subjek E menemukan identitasnya melalui prestasi akademik dan non-akademik, merasa bangga bisa mengharumkan nama sekolah dan menginspirasi teman-temannya.

“saya dapat berprestasi dan mengharumkan nama sekolah serta menginspirasi teman-teman untuk belajar dan meraih cita-citanya”

Foto memegang piala oleh subjek E dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek E menggambarkan ekstrakurikuler sebagai sarana untuk meraih prestasi dan mengharumkan nama baik sekolah. Memegang piala dengan ekspresi bangga menunjukkan kepuasan dan kepercayaan diri atas keberhasilan yang diraih. Mengikuti kegiatan ekstrakurikuler memberikan kesempatan bagi subjek E untuk mengembangkan bakat dan minat, serta berkontribusi pada komunitas sekolah.

Subjek V dengan membaca buku, mengembangkan diri dan menemukan ketenangan, serta menyadari pentingnya mematuhi tata tertib sekolah.

“Dari tata tertib inilah kita belajar disiplin, tanggung jawab dan menghargai orang lain. Dengan mematuhi aturan

yang berlaku di sekolah bisa nyiptain suasana kelas yang nyaman dan sekolah lebih kondusif”

Foto tata tertib sekolah oleh subjek V dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek V menyoroti pentingnya tata tertib sekolah dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Meskipun tidak secara langsung terkait dengan ekstrakurikuler, foto ini dapat diinterpretasikan sebagai pengingat bahwa pengembangan diri melalui kegiatan ekstrakurikuler harus dilakukan dengan mematuhi aturan dan norma yang berlaku di sekolah. Kepatuhan terhadap tata tertib sekolah menjadi bagian dari proses adaptasi siswa terhadap nilai dan budaya sekolah.

Subjek W melalui ekstrakurikuler banjari, menemukan banyak teman dan mengembangkan kemampuannya bermain darbuka, serta belajar menjaga nama baik sekolah yang terintegrasi dengan pondok pesantren.

“aku merasa memiliki tantangan tersendiri pas sekolah disini. Apalagi sekolah ini gabungan dari pondok pesantren. Jadi aku merasa harus lebih berhati-hati”

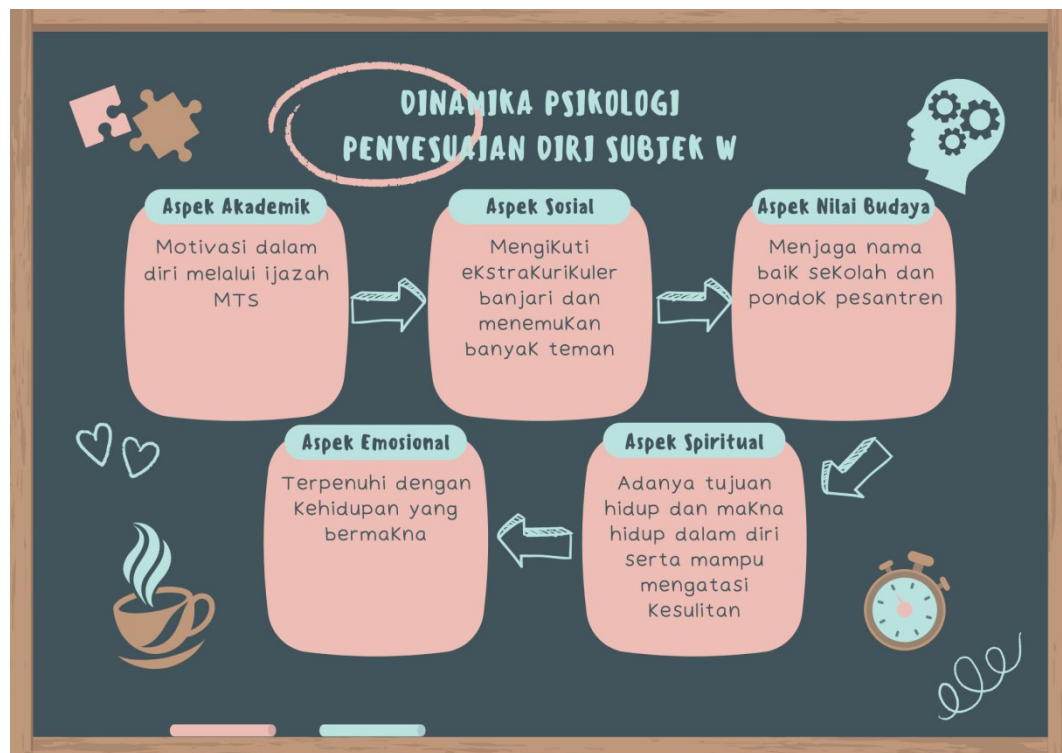
Foto dengan menunjuk tata tertib sekolah oleh subjek W dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek W menyoroti kesadaran akan pentingnya menjaga nama baik sekolah dan mematuhi tata tertib yang berlaku. Meskipun tidak secara langsung terkait dengan ekstrakurikuler, foto ini dapat diinterpretasikan sebagai pengingat bahwa pengembangan diri harus dilakukan dengan bertanggung jawab dan menghormati nilai-nilai yang dijunjung tinggi oleh sekolah. Menjaga nama baik sekolah menjadi tantangan tersendiri bagi siswa, terutama karena adanya perbedaan nilai dan budaya antara lingkungan sekolah dan lingkungan luar sekolah.

Dengan demikian, siswa MA Darun Nur membangun identitas diri mereka melalui kegiatan ekstrakurikuler,

prestasi, refleksi diri, dan penghormatan terhadap nilai-nilai serta budaya sekolah.







2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri Siswa

Memasuki lingkungan sekolah baru merupakan babak penting dalam kehidupan seorang siswa. Fase ini menghadirkan serangkaian tantangan unik, mulai dari beradaptasi dengan kurikulum yang berbeda hingga menjalin pertemanan baru. Hasil penelitian ini menemukan dua faktor utama dalam proses penyesuaian diri siswa baru. Berikut narasi temuan berdasarkan tema-tema tersebut. Selanjutnya akan dijelaskan temuan dari masing-masing subjek.

a. Faktor Internal

Faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa di MA Darun Nur mencakup keyakinan diri, kemampuan mengelola emosi, dan motivasi belajar. Keyakinan diri, yang tumbuh dari pengalaman sukses di jenjang pendidikan

sebelumnya seperti MTS, menjadi modal penting bagi siswa untuk menghadapi tantangan akademik di MA.

“aku merasa berhasil telah melewati proses pembelajaran di MTS”

Foto ijazah MTS oleh subjek W dalam penyesuaian akademik merupakan subjek W memiliki keyakinan pada dirinya bahwa dia mampu menghadapi tantangan akademik di MA setelah melewati pengalaman sukses dijenjang akademik sebelumnya.

Kemampuan mengelola emosi, seperti yang ditunjukkan oleh inisiatif mencari ketenangan dengan membaca buku saat merasa *overthinking*, membantu siswa menjaga kesehatan mental dan emosional mereka.

“Baca buku menjadikan usahaku untuk menenangkan diri dalam pikiran-pikiran burukku. Sehingga ketika *overthinking*, aku bisa membaca buku berjam-jam agar bisa merasa tenang”

Foto orang sedang membaca buku oleh subjek V dalam penyesuaian emosional merupakan subjek V memiliki kemampuan dalam mengelola emosi ketika merasa *overthinking* dengan berinisiatif membaca buku sebagai sumber ketenangannya, karena dia suka membaca dan menghabiskan buku-buku yang dimilikinya.

Motivasi belajar, yang didorong oleh cita-cita untuk meraih pendidikan tinggi dan membanggakan orang tua, menjadi pendorong utama bagi siswa untuk berjuang dan berprestasi di sekolah.

“belajar dengan baik, mengusahakan untuk bisa mencapai pendidikan dengan baik. Ilmu umum dunia dan ilmu agama akhirat bisa berjalan bersamaan. Agar hidup jadi lebih bermakna”

Foto bangunan sekolah berwarna biru oleh subjek H dalam penyesuaian akademik merupakan subjek H memiliki motivasi belajar yang baik untuk mengusahakan dalam mencapai pendidikan setinggi-tingginya. Baik pendidikan umum maupun pendidikan agama dapat berjalan bersamaan agar hidup lebih bermakna dan menjadi pendorong utama bagi subjek H dalam berjuang dan berprestasi di sekolah serta membanggakan orang tua.

Selain itu, kesadaran akan pentingnya pengembangan diri dan pemanfaatan potensi yang dimiliki juga berperan dalam proses penyesuaian diri.

“dengan mengembangkan potensi yang dimiliki dan berprestasi di bidang yang saya sukai dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan bangsa”

Foto memegang piala oleh subjek E dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek E memiliki kesadaran akan pentingnya pengembangan diri pribadi serta memanfaatkan potensi yang dimiliki dalam proses penyesuaian diri yang dapat memberikan kontribusi yang positif.

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal yang signifikan dalam penyesuaian diri siswa di MA Darun Nur merupakan dukungan dari guru dan teman sebaya, serta lingkungan sekolah yang kondusif. Dukungan guru, terutama dalam memberikan motivasi, bimbingan, serta solusi saat siswa menghadapi kesulitan belajar, menciptakan rasa aman dan nyaman bagi siswa.

“Dimana aku membutuhkan, pasti guru Al-Qur'an Hadits menemani dan memberikan solusi

terbaiknya. Sehingga aku merasa aman, nyaman dan tenang dalam menjalani kehidupan di sekolah”

Foto guru Al-Qur'an Hadits oleh subjek V dalam penyesuaian akademik merupakan subjek V merasa didukung penuh oleh guru dan terbantu dalam memahami materi pelajaran serta memberikan bimbingan spiritual sehingga dia merasa aman dan nyaman bersekolah di MA Darun Nur.

Pertemanan yang positif dan inklusif, yang ditandai dengan kebersamaan, saling mendukung, dan berbagi pengalaman, membantu siswa merasa diterima dan termotivasi untuk berpartisipasi dalam kegiatan sekolah.

“bisa saling bertukar pikiran, berbagi informasi, dan membantu satu sama lain jika ada kesulitan. Selain mengerjakan tugas, kita juga sering bercanda, dan ketawa-ketawa menjadikan suasana tidak tegang dan membuat semangat belajar”

Foto sekelompok siswa duduk kerja kelompok oleh subjek H dalam penyesuaian sosial merupakan subjek H merasa diterima dan termotivasi untuk belajar dan berkontribusi dalam kegiatan sekolah. Saling membantu satu sama lain jika ada kesulitan, berbagi informasi dan bertukar pikiran saat mengerjakan tugas. Juga memperoleh teman-teman yang positif dan saling mendukung menjadikan suasana lebih hangat dan tidak tegang.

Lingkungan sekolah yang kondusif, dengan aturan yang jelas dan nilai-nilai yang dijunjung tinggi, memberikan pedoman bagi siswa untuk berinteraksi dan berperilaku dengan baik.

“Dengan mematuhi aturan yang berlaku di sekolah bisa nyiptain suasana kelas yang nyaman

dan sekolah lebih kondusif. Sehingga proses belajar mengajar bisa berjalan dengan baik” subjek V

“semua siswanya harus mematuhi segala aturan yang berlaku. Agar tercipta lingkungan sekolah yang kondusif dan nyaman” subjek W

Foto tata tertib sekolah dan foto menunjuk tata tertib sekolah oleh subjek V dan subjek W dalam penyesuaian nilai dan budaya merupakan subjek V dan subjek W menyoroti bahwa dengan mematuhi tata tertib dan aturan yang berlaku di sekolah dapat menciptakan suasana kelas dan sekolah yang nyaman dan kondusif dalam kegiatan belajar mengajar antara siswa dan guru di sekolah.

Selain itu, keterlibatan dalam kegiatan ekstrakurikuler seperti banjari dan silat memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan diri, menemukan teman baru, dan merasa menjadi bagian dari komunitas sekolah.

“Mengikuti ekstrakurikuler silat membuat aku bisa mengembangkan diri di bela diri. Tak hanya itu, silat juga sebagai sarana pertemanan, persaudaraan untuk bisa saling menghargai dan menghormati satu sama lain” subjek H

“Mengikuti ekstrakurikuler banjari merupakan hal yang berharga bagiku. Aku bisa menjadi diriku sendiri, menemukan banyak teman, juga dapat mengembangkan kemampuanku dalam bermain darbuka” subjek W

Foto latihan silat dan latihan banjari di mushola oleh subjek H dan subjek W dalam penyesuaian nilai dan budaya dan penyesuaian sosial merupakan subjek H dan subjek W dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler disekolah dapat mengembangkan

kemampuan diri, sebagai sarana dalam menemukan pertemanan dan persaudaraan, juga dapat menjadi diri sendiri serta saling menghargai dan menghormati antar sesama.

C. Pembahasan

Penelitian ini menggunakan *photovoice* sebagai metode untuk memahami pengalaman penyesuaian diri siswa kelas X di MA Darun Nur. Pendekatan ini dipilih karena *photovoice* memberdayakan siswa untuk merepresentasikan realitas mereka melalui foto mereka sendiri, memberikan wawasan yang kaya dan mendalam yang mungkin tidak terungkap melalui metode penelitian tradisional.

1. Dinamika Psikologis Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X

Penyesuaian diri siswa baru dilingkungan sekolah merupakan proses kompleks yang melibatkan interaksi antara komponen internal siswa (pikiran, emosi, tindakan) dan lingkungan eksternal (sekolah, teman sebaya, guru). Penelitian ini menyoroti empat tema utama yang menggambarkan dinamika penyesuaian diri siswa MA Darun Nur, adaptasi akademik, interaksi sosial, pengelolaan emosi dan pembentukan identitas diri.

Adaptasi akademik : tantangan dan strategi. Menurut teori stres dan *coping* oleh Lazarus & Folkman, 1984, adaptasi akademik dapat dilihat sebagai proses *coping* terhadap stres yang timbul akibat tuntutan akademik yang baru. Siswa melakukan penilaian terhadap tuntutan tersebut dan menggunakan berbagai strategi *coping* untuk mengatasinya. Sedangkan menurut teori *self efficacy* oleh Bandura, 1977,

keyakinan siswa terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas akademik mempengaruhi motivasi dan keberhasilan penyesuaian diri. Hal ini sesuai dengan subjek E yang mengalami stres dan kewalahan akibat banyaknya materi pelajaran, yang mencerminkan penilaian negatif terhadap tuntutan akademik. Tumpukan buku yang tidak rapi dapat diinterpretasikan sebagai kurangnya strategi *coping* yang efektif. Sedangkan subjek W dan subjek V termotivasi oleh keberhasilan sebelumnya dengan ijazah MTS, yang meningkatkan kemampuan diri dan mendorongnya untuk terus belajar, serta memanfaatkan dukungan guru sebagai strategi *coping* yang adaptif, menunjukkan pentingnya sumber daya eksternal dalam mengatasi stres akademik. Keterlibatannya adalah sekolah dapat membantu siswa dalam adaptasi akademik dengan memberikan dukungan belajar, pelatihan strategi *coping*, dan membangun *self efficacy* siswa.

Interaksi sosial : dukungan dan penerimaan. Menurut teori kebutuhan sosial oleh Baumeister & Leary, 1995, manusia memiliki kebutuhan dasar untuk merasa diterima dan terhubung dengan orang lain. Pemenuhan kebutuhan ini penting untuk kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri. Sedangkan menurut teori identitas sosial oleh Tajfel & Turner, 1979, identitas sosial terbentuk melalui identifikasi dengan kelompok sosial tertentu. merasa menjadi bagian dari kelompok dapat meningkatkan harga diri dan rasa memiliki. Hal ini sesuai dengan subjek H merasa lebih dekat dengan teman-teman melalui kerja kelompok, yang memenuhi kebutuhan sosial dan mempererat hubungan. Sama halnya dengan subjek V yang merasa diterima dengan baik dalam pertemanan, yang memberikan dukungan emosional dan semangat. Sedangkan subjek W menemukan lingkungan sosial yang positif melalui kegiatan ekstrakurikuler

banjari, yang memfasilitasi pembentukan identitas sosial dan pengembangan diri. berbanding terbalik dengan subjek E yang awalnya merasa kesulitan berinteraksi, menunjukkan kurangnya pemenuhan kebutuhan sosial. inisiatif teman-teman untuk mendekatinya membantu membangun penerimaan dan rasa memiliki. Keterlibatannya adalah sekolah dapat menciptakan lingkungan sosial yang inklusif dan mendukung, memfasilitasi interaksi positif antar siswa, dan menawarkan kegiatan ekstrakurikuler yang beragam untuk memenuhi kebutuhan sosial siswa.

Pengelolaan emosi : strategi coping adaptif. Menurut teori regulasi emosi oleh Gross, 1998, regulasi emosi merupakan kemampuan untuk mengelola dan mengubah respons emosional. Strategi regulasi emosi yang adaptif dapat meningkatkan strategi regulasi emosi yang adaptif dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis. Sedangkan menurut teori *cognitive appraisal* oleh Lazarus, 1991, cara individu menilai suatu situasi mempengaruhi respons emosional mereka. Mengubah penilaian kognitif dapat mengubah respons emosional. Hal ini sesuai dengan subjek E mengalami stres dan kecemasan, yang direpresentasikan melalui foto daun kering. Ini menunjukkan kurangnya strategi regulasi emosi yang efektif. Berbeda dengan subjek V yang mengatasi perasaan negatif dengan membaca buku, yang memberikan ketenangan dan kesempatan untuk mengembangkan diri. Ini merupakan strategi regulasi emosi yang adaptif. Berbanding terbalik dengan subjek H yang menemukan kebahagiaan dan ketenangan dengan dikelilingi oleh teman-teman dan guru yang baik, yang memberikan dukungan emosional. Keterlibatannya adalah sekolah dapat mengajarkan siswa strategi regulasi emosi yang

adaptif, seperti relaksasi, *mindfulness*, dan *cognitive restructuring*.

Pembentukan identitas diri : nilai dan tujuan. Menurut teori perkembangan identitas oleh Erickson, 1968, masa remaja merupakan periode penting dalam pembentukan identitas diri. Siswa mencari tahu siapa mereka, apa nilai-nilai mereka, dan apa tujuan hidup mereka. Sedangkan menurut teori self determination oleh Deci & Ryan, 1985, identitas diri yang sehat didasarkan pada otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Siswa perlu merasa memiliki kendali atas hidup mereka, mampu mencapai tujuan, dan terhubung dengan orang lain. Hal ini sesuai dengan subjek H yang belajar tentang nilai-nilai kejujuran, keberanian, kesetiaan, dan tanggung jawab melalui ekstrakurikuler silat, yang membentuk karakternya. Kemudian subjek E menemukan identitasnya melalui prestasi akademik dan non-akademik, merasa bangga dapat mengharumkan nama sekolah dan menginspirasi teman-temannya. Sedangkan subjek V mengembangkan diri dan menemukan ketenangan melalui membaca buku, serta menyadari pentingnya mematuhi tata tertib sekolah. Dan subjek W menemukan banyak teman dan mengembangkan kemampuannya bermain darbuka melalui ekstrakurikuler banjari, serta belajar menjaga nama baik sekolah yang terintegrasi dengan pondok pesantren. Keterlibatannya adalah sekolah dapat memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengeksplorasi minat dan bakat mereka, mengembangkan nilai-nilai positif, serta menetapkan tujuan hidup yang bermakna.

2. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri Siswa MA Darun Nur Kelas X

Penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah baru dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik yang berasal dari dalam diri siswa (faktor internal) maupun dari lingkungan sekitarnya (faktor eksternal). Penelitian ini menyoroti pentingnya keyakinan diri, kemampuan mengelola emosi, motivasi belajar, dukungan guru, dan teman sebaya, serta lingkungan sekolah yang kondusif dalam memfasilitasi penyesuaian diri siswa di MA Darun Nur.

a. Faktor internal : modal dari dalam diri

Keyakinan diri. Menurut teori keyakinan diri (*self efficacy*) oleh Bandura, 1977, keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk berhasil dalam tugas atau situasi tertentu. Keyakinan diri mempengaruhi pilihan perilaku, usaha, ketekunan, dan respons emosional. Hal ini sesuai dengan subjek W memiliki keyakinan diri yang tumbuh dari pengalaman sukses di MTS. Ijazah MTS menjadi simbol keberhasilan yang memotivasi dan meningkatkan keyakinan diri dalam menghadapi tantangan akademik di MA. Keterlibatannya adalah membangun keyakinan diri siswa melalui pengalaman sukses, dukungan sosial, dan umpan balik positif.

Kemampuan mengelola emosi. Menurut teori model proses regulasi emosi oleh Gross, 2015, regulasi emosi melibatkan proses mengidentifikasi, memahami, dan memodifikasi respons emosional. Strategi regulasi emosi yang adaptif meliputi reappraisal (menilai kembali situasi) dan suppression (menekan ekspresi emosi). Hal ini sesuai dengan subjek V menggunakan membaca buku sebagai strategi untuk menenangkan diri saat merasa *overthinking*. Ini menunjukkan kemampuan untuk

mengelola emosi dengan mencari aktivitas yang memberikan ketenangan dan relaksasi. Keterlibatannya adalah mengajarkan strategi regulasi emosi yang sehat, seperti *mindfulness*, relaksasi, dan *problem solving*.

Motivasi belajar. Menurut teori self determination oleh Deci & Ryan, 1985, motivasi intrinsic dari dalam diri lebih efektif daripada motivasi ekstrinsik dari luar. Motivasi intrinsic tumbuh dari kebutuhan akan otonomi, kompetensi, dan keterhubungan. Hal ini sesuai dengan subjek H yang memiliki motivasi belajar yang kuat untuk meraih pendidikan tinggi dan membanggakan orang tua. Ini menunjukkan kombinasi motivasi intrinsic yaitu keinginan mengembangkan diri dan ekstrinsik yaitu mendapatkan pengakuan. Keterlibatannya adalah menciptakan lingkungan belajar yang mendukung otonomi siswa, memberikan tantangan yang sesuai dengan kemampuan, serta membangun rasa keterhubungan dengan guru dan teman sebaya.

Kesadaran diri (*self awareness*). Menurut teori kecerdasan intrapersonal oleh Gardner, 1983, kemampuan untuk memahami diri sendiri, termasuk emosi, motivasi, dan tujuan. Kesadaran diri memungkinkan individu untuk membuat pilihan yang selaras dengan nilai-nilai dan potensi diri. Hal ini sesuai dengan subjek E menyadari pentingnya pengembangan diri dan pemanfaatan potensi yang dimiliki. Ini mendorongnya untuk berprestasi di bidang yang disukai dan memberikan kontribusi positif bagi masyarakat. Keterlibatannya adalah mendorong siswa

untuk melakukan refleksi diri, menetapkan tujuan yang realistis, dan mengembangkan potensi yang dimiliki.

b. Faktor eksternal : pengaruh lingkungan

Dukungan guru. Menurut teori attachment oleh Bowlby, 1969, guru dapat menjadi *attachment figure* bagi siswa, memberikan rasa aman dan nyaman. Dukungan guru berkontribusi pada kesejahteraan psikologis dan penyesuaian diri siswa. Hal ini sesuai dengan subjek V merasa aman dan nyaman karena dukungan guru Al-Qur'an Hadits. Guru memberikan motivasi, bimbingan, dan solusi saat siswa menghadapi kesulitan belajar. Keterlibatannya adalah membangun hubungan yang positif dan suportif antara guru dan siswa.

Dukungan teman sebaya. Menurut teori identitas sosial oleh Tajfel & Turner, 1979, teman sebaya berperan penting dalam pembentukan identitas sosial dan rasa memiliki. Dukungan teman sebaya meningkatkan harga diri dan motivasi belajar. Hal ini sesuai dengan subjek H merasa termotivasi dan diterima karena pertemanan yang positif dan inklusif. Teman sebaya saling mendukung, berbagi pengalaman, dan membantu saat ada kesulitan. Keterlibatannya adalah menciptakan lingkungan kelas yang inklusif dan suportif, memfasilitasi interaksi positif antar siswa, dan mendorong kolaborasi dalam belajar.

Lingkungan sekolah yang kondusif. Menurut teori ekologi perkembangan oleh Bronfenbrenner, 1979, lingkungan sekolah atau mikrosistem

mempengaruhi perkembangan siswa. Lingkungan sekolah yang kondusif memiliki aturan yang jelas, nilai-nilai yang dijunjung tinggi, dan dukungan untuk pengembangan diri. Hal ini sesuai dengan subjek V dan subjek W menyoroti pentingnya mematuhi tata tertib sekolah untuk menciptakan suasana kelas dan sekolah yang nyaman dan kondusif. Keterlibatannya adalah menegakkan aturan yang jelas dan konsisten, menanamkan nilai-nilai positif, dan menciptakan lingkungan fisik dan psikologis yang aman dan nyaman.

Kegiatan ekstrakurikuler. Menurut teori pengembangan bakat oleh Gagne, 2009, kegiatan ekstrakurikuler memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan bakat dan minat, meningkatkan *self-esteem*, dan memperluas jaringan sosial. Hal ini sesuai dengan subjek H dan subjek W mengembangkan diri, menemukan teman baru, dan merasa menjadi bagian dari komunitas sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler banjari dan silat. Keterlibatannya adalah menawarkan beragam kegiatan ekstrakurikuler yang sesuai dengan minat dan bakat siswa.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X melalui studi *photovoice*, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Penyesuaian diri siswa baru melibatkan adaptasi akademik dengan cara mengatasi tantangan belajar dengan strategi *coping* dan keyakinan diri, interaksi sosial dengan memenuhi kebutuhan sosial melalui dukungan teman dan kegiatan kelompok, pengelolaan emosi dengan menggunakan strategi *coping* adaptif seperti relaksasi dan mengubah penilaian kognitif, dan pembentukan identitas diri dengan mencari nilai, tujuan hidup, dan mengembangkan diri melalui kegiatan sekolah. Sekolah berperan penting dalam memberikan dukungan akademik, menciptakan lingkungan sosial inklusif, mengajarkan strategi regulasi emosi, dan memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengeksplorasi minat serta bakat mereka.
2. Penyesuaian diri siswa dipengaruhi oleh faktor internal yaitu keyakinan diri, kemampuan mengelola emosi, motivasi belajar, kesadaran diri, dan faktor eksternal yaitu dukungan guru, dukungan teman sebaya, lingkungan sekolah yang kondusif, kegiatan ekstrakurikuler. Sekolah berperan penting dalam membangun keyakinan diri siswa, mengajarkan strategi regulasi emosi, menciptakan lingkungan belajar yang mendukung, membangun hubungan positif antara guru dan siswa,

memfasilitasi interaksi positif antar siswa, menegakkan aturan yang jelas, dan menawarkan beragam kegiatan ekstrakurikuler.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa MA Darun Nur kelas X adalah proses yang kompleks dan multidimensional, yang dipengaruhi oleh berbagai faktor dan membutuhkan dukungan yang komprehensif dari pihak sekolah. Studi *photovoice* memberikan wawasan yang berharga tentang pengalaman subjektif siswa, yang dapat digunakan untuk merancang program-program dukungan yang lebih efektif dan kontekstual.

B. Saran

Penelitian ini masih membutuhkan penyempurnaan untuk mengembangkan keilmuan psikologi karena masih jauh dari kata sempurna. Sehingga dari hasil penelitian yang telah diperoleh ini, ada beberapa saran yang ditujukan kepada :

1. Sekolah dan guru bimbingan dan konseling, sekolah dapat merancang program BK secara spesifik menanggapi isu-isu yang terungkap melalui *photovoice*, seperti : (i) manajemen stres akademik. Program untuk membantu siswa mengatasi beban kurikulum yang dirasakan berat dengan strategi belajar yang efektif serta manajemen waktu. (ii) penguatan dukungan sosial. Mendorong dan memfasilitasi kegiatan yang dapat membangun koneksi sosial yang positif seperti ekstrakurikuler sebagai strategi *coping* yang efektif terhadap kesulitan berinteraksi; mengoptimalkan peran guru sebagai sumber dukungan. Peran guru diidentifikasi sebagai sumber dukungan dan bimbingan, sekolah perlu memperkuat peran semua guru sebagai pendukung emosional dan akademik bagi siswa dalam proses penyesuaian diri.
2. Siswa MA Darun Nur kelas X, meningkatkan kesadaran dan keterampilan *coping*. Siswa didorong untuk terus berlatih mengidentifikasi dan merefleksikan perasaan seperti sedih,

cemas, stres, serta mengembangkan strategi *coping* yang sehat seperti mencari ketenangan seperti membaca buku; berpartisipasi aktif dalam proses refleksi diri. Siswa diharapkan memanfaatkan media kreatif seperti fotografi untuk mengeksplorasi dan memperkuat identitas diri serta mengekspresikan aspirasi mereka, sehingga mereka merasa lebih berdaya dan terlibat aktif dalam prosesnya.

3. Peneliti selanjutnya, mengeksplorasi variabel dan konteks lain. Penelitian selanjutnya dapat mengeksplorasi penggunaan photovoice pada variabel psikologis lain selain penyesuaian diri atau diterapkan pada subjek yang berbeda, seperti lingkungan pesantren atau jenjang pendidikan lain, untuk memperkaya khazanah keilmuan.

DAFTAR PUSTAKA

16220103_BAB-I_IV-atau-V_DAFTAR-PUSTAKA.pdf. (n.d.).

Andi, P. (2011). Partisipan Penelitian. *Metode Penelitian*, 32–41.

Angeline, B. C., Muhibah, S., & Handoyo, A. W. (2021). Pengembangan Modul Photovoice Untuk Meningkatkan Penalaran Moral Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 7(2), 148–156. www.bkkbn.go.id

Breu, F., Guggenbichler, S., & Wollmann, J. (2012). the Friends Factor: How Students' Social Networks Affect Their Academic Achievement and Well-Being? *Victor Lavy Edith Sand, October*, 1–51. <http://medcontent.metapress.com/index/A65RM03P4874243N.pdf>

Change, P. (2020). *Abdul Hadi*. 3(Step 2), 6–7.

Darnell, D., Flaster, A., Hendricks, K., Kerbrat, A., & Anne, K. (2020). *HHS Public Access*. 11(3), 266–273. <https://doi.org/10.1037/tra0000371>. Adolescent

Day, W., Larkin, M., & Shaw, R. (2024). Combining collaging, phenomenology and photographs to meaningfully interact with participants' creative self-representations. *Methods in Psychology*, 10(September 2023). <https://doi.org/10.1016/j.metip.2024.100135>

Faiz, M. I. (2019). Layanan Konseling Pribadi Introvert Agar Bisa Beradaptasi di Lingkungan Baru Menggunakan Konsep Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling Islam*, 9(1), 35–44. <https://doi.org/10.29080/jbki.2019.9.1.35-44>

Faradilla, S. S., Yudha, T., & Rizki, M. F. (2023). Penanganan gelandangan dan pengemis: Studi naratif dengan photovoice. *Journal Of Social Science Research*, 3(5), 7824–7840.

Iii, B. A. B., & Penelitian, A. R. (2015). *I*), 2).

Islam, U., Sultan, N., & Kasim, S. (2025). *KELOMPOK UNTUK MENINGKATKAN PSYCHOLOGICAL WELL-BEING SISWA KORBAN BROKEN HOME DI SEKOLAH MENENGAH PERTAMA NEGERI 40 PEKANBARU Skripsi Oleh : PEKANBARU 1446 H / 2025 M.*

Kamila, H. S. T. (2022). *Kebermaknaan hidup santri yang menjadi abdi dalem di Pondok Pesantren Darun Nur Rukem*. 194. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/41401>

Komentar, T. (2022). 8237_Photovoice+80%93+Nalarasa. 1–12.

Kurniawati, H., Rosidah, R., & Ernawati, E. (2022). Strategi Pengembangan Sosial Emosional Anak Berkebutuhan Khusus: *Mimbar Kampus: Jurnal Pendidikan Dan Agama Islam*, 22(1), 42–60. <https://doi.org/10.47467/mk.v22i1.1856>

Mansuroğlu, S. (2025). The effectiveness of stress management training given to first-class

- health major students in perceiving and coping with stress and developing resilience: A randomized controlled trial. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 17(2), 1–21. <https://doi.org/10.1111/aphw.70014>
- Meilinawati, A., & Andriana, E. (2023). *Scoping Review Penggunaan Photovoice sebagai Metode Asesmen dan Intervensi Anak dan Remaja di Sekolah Ardiana Meilinawati, Elga Andriana, S.Psi, M.Ed, Ph.D.*
- Mikkelsen, B. (2024). *Metode Penelitian Partisipatoris dan Upaya. December.*
- Nurjanah, H., Iqbal, A. M., & Sukmawati, I. (2023). Peran Orang Tua dan Guru dalam Pengembangan Karakter Anak. *Jurnal Studi Islam MULTIDISIPLIN*, 1(1), 1–26. <https://riset-iaid.net/index.php/jsim/article/view/1341>
- Putri Rusli, N. I., & Wulan Saptandari, E. (2024). ``Namanya juga Pesantren``: A Photovoice Study about Self-adjustment of Students in Islamic Boarding School. *KnE Social Sciences*, 2024, 431–451. <https://doi.org/10.18502/kss.v9i6.15291>
- Riswani; Murniati, A. (2022). *LAPORAN PENELITIAN PENELITIANANTERAPAN KAJIAN STRATEGIS NASIONAL Konselor Madrasah di Pusaran Layanan Bimbingan dan Konseling Jarak Jauh pada Masa New Normal: Sebuah Kajian Photovoice.* [https://repository.uin-suska.ac.id/69909/1/LAPORAN PENELITIAN PHOTOVOICE .pdf](https://repository.uin-suska.ac.id/69909/1/LAPORAN%20PENELITIAN%20PHOTOVOICE.pdf)
- Sa'adah, L., & Munir, A. (2023). Promoting Photovoice As a Tool and Guidance To Write. *Iconelt*, 3, 229–237. <https://doi.org/10.15642/iconelt.2022.3.229-237>
- Saguni, F. (2014). 245-Article Text-291-1-10-20180213. *Istiqra*, 2(1).
- Scoping Review Penggunaan Photovoice sebagai Metode Asesmen dan Intervensi Anak dan Remaja di Sekolah Ardiana Meilinawati, Elga Andriana, S.Psi, M.Ed, Ph.D. (2023). 2023.*
- Sena, C. E. (2019). *Penggunaan Media Photovoice Sebagai Layanan Informasi Karir Pada Siswa Kelas IX MAN 2 Sleman.* 1–104.
- SHELEMO, A. A. (2023). No Title. *Nucl. Phys.*, 13(1), 104–116.
- Wang, T. (2020). Using Photovoice as Methodology, Pedagogy and Assessment Tool in Education: Graduate Students' Experiences and Reflections. *Beijing International Review of Education*, 2(1), 112–135. <https://doi.org/10.1163/25902539-00201008>
- Zandoná, A. N. (2014). *Smith ScholarWorks The use of photography as a clinical tool in social work : a theoretical exploration using Winnicottian and Jungian lenses.*
- Zulpikar, H. (2019). Media Photovoice untuk Mengurangi Bullying pada Siswa Kelas VIII Di MTs Negeri 1 Kota Cirebon. *Prophetic : Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 2(2), 203. <https://doi.org/10.24235/prophetic.v2i2.5767>

LAMPIRAN-LAMPIRAN

A. Surat Pernyataan Persetujuan

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(Informed Consent)

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Wafiq Azizatul Fitriyah

Tanggal Lahir : 26 April 2009

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Ngabar

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa, setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti tentang tujuan, manfaat dan resiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya (Setuju / ~~Tidak Setuju~~ *) ikut serta dalam penelitian yang berjudul " PENYESUAIAN DIRI SISWA MA DARUN NUR KELAS X : STUDI *PHOTOVOICE* "


Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan.

Pasuruan, 28 - 12 - 2025

Peneliti

Yang Menyatakan

Hanan Sava Tasya Kamila

()
Wafiq

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(Informed Consent)

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Hilmiyah

Tanggal Lahir : 07-03-2009

Jenis Kelamin : perempuan

Alamat : silorente timur . kraton . pasuruan

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa, setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti tentang tujuan, manfaat dan resiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya (Setuju / ~~Tidak Setuju~~ *) ikut serta dalam penelitian yang berjudul " PENYESUAIAN DIRI SISWA MA DARUN NUR KELAS X : STUDI PHOTOVOICE "

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan.

Peneliti

Hanan Sava Tasya Kamila

Pasuruan, 28 12 2025

Yang Menyatakan



(Hilmiyah)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(Informed Consent)

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : *Vivi Dwi Noviatutik*

Tanggal Lahir : *27 Mei 2009*

Jenis Kelamin : *Perempuan*

Alamat : *Ketangirejo, Kejayan, Pasuruan*

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa, setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti tentang tujuan, manfaat dan resiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya (*Setuju / Tidak-Setuju **) ikut serta dalam penelitian yang berjudul " **PENYESUAIAN DIRI SISWA MA DARUN NUR KELAS X : STUDI PHOTOVOICE** "

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan.

Pasuruan, *28* . *12* . 2025

Peneliti

Yang Menyatakan



Hanan Sava Tasya Kamila

(*Novi*)

SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN

(Informed Consent)

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Erlin maulidia

Tanggal Lahir : 19 . feb . 2010

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat : Guyangan

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa, setelah memperoleh penjelasan sepenuhnya, menyadari, memahami, dan mengerti tentang tujuan, manfaat dan resiko yang mungkin timbul dalam penelitian, serta sewaktu-waktu dapat mengundurkan diri dari keikutsertaannya, maka saya (Setuju / ~~Tidak Setuju~~ *) ikut serta dalam penelitian yang berjudul " **PENYESUAIAN DIRI SISWA MA DARUN NUR KELAS X : STUDI PHOTOVOICE** "

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan tanpa paksaan.

Pasuruan, 28 . Des . 2025

Peneliti

Yang Menyatakan

Hanan Sava Tasya Kamila

()
Erlin

B. Verbatim Wawancara

Verbatim Wawancara Subjek H

Nama Subjek : H
 Hari/Tanggal : Sabtu/04 Oktober 2025
 Waktu : 08.00-09.00 WIB
 Lokasi : Ruang Kelas

[illegible]

| | | | | |
|----|--|--|--|---|
| | | | | |
| 3. | <p>Saya mulai dari penyesuaian akademik terlebih dulu ya H. Coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang pengalaman kamu saat belajar di MA Darun Nur ini?</p> | <p>Aku ambil foto ini saat istirahat. Di lapangan inilah langkah pertamaku di dunia pendidikan MA dimulai, dengan bangunan sekolah biru sebagai saksi bisu, setiap kelas adalah babak baru dalam pertumbuhanku. Di tempat inilah aku mencari ilmu, menambah wawasan, serta mengetahui banyak hal yang belum aku ketahui sebelumnya. Bangunan sekolah biru ini bukan hanya sekedar tempat belajar, tapi rumah kedua bagiku. Lapangan di depannya adalah tempatku berbagi tawa dan impian bersama teman-teman.</p> | <p>Setelah melihat foto, kemudian menjawab dengan menatap ke arah luar kelas yang tertuju ke lapangan.</p> | <p>25</p> <p>30</p> <p>35</p> <p>40</p> <p>45</p> |

| | | | | |
|----|---|--|--|--|
| | | | | 50 |
| 4. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Yang aku lihat dari foto ini adalah bangunan sekolah berwarna biru yang menjadi tempatku belajar bersama teman-teman dan guru-guru disini. Dan dilapangan inilah aku dan teman-teman pertama kali menginjakkan kaki untuk mengikuti apel MPLS. | | 55 60 65 |
| 5. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Hal ini sangat erat hubungannya dengan kehidupan aku kak, karena di sekolah ini aku menyandang sebagai siswa MA Darun Nur tahun 2025 ini. Tak hanya itu, di tempat ini juga aku belajar pelajaran umum juga pelajaran agama. Tak hanya sekolah formal tapi juga sekolah non formal seperti | | 70 75 |

| | | | | |
|----|---|--|--|---------------|
| | | sekolah madin. | | 80 |
| 6. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Yang aku lakukan ya belajar dengan baik, mengusahkan untuk bisa mencapai pendidikan dengan baik. Ilmu umum dunia dan ilmu agama akhirat bisa berjalan bersamaan. Agar hidup jadi lebih bermakna sih kak. | | 85 90 |
| 7. | Baik. Kemudian penyesuaian sosial. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang hubunganmu dengan teman-teman di MA Darun Nur ini? | Foto ini aku ambil saat istirahat. Momen seperti ini seringkali terjadi ketika waktu kerja kelompok di kelas. Adanya kerja kelompok itu lebih efektif dan menyenangkan. Kita bisa saling bertukar pikiran, berbagi informasi, dan membantu satu sama lain jika ada kesulitan. Selain | Setelah melihat foto, kemudian menjawab dengan mata yang melihat semua sisi kelas. | 95 100 |

| | | | | |
|----|-------------------------------------|--|--|---|
| | | <p>ngerjakan tugas, kita juga sering bercanda, dan ketawa-ketawa menjadikan suasana tidak tegang dan membuat semangat belajar. Aku merasa dengan kerja kelompok aku menjadi lebih dekat dengan teman-teman dan saling memahami satu sama lain.</p> | | <p>105</p> <p>110</p> <p>115</p> <p>120</p> |
| 8. | Apa yang kamu lihat dari foto itu ? | <p>Yang aku lihat dari foto ini tuh kebersamaannya kak, bareng-bareng ngerjakan tugas kelompok, saling berbagi pengetahuan. Jadi kita tahu kekurangan dan kelebihan kita dalam setiap pelajaran di sekolah juga secara gak langsung bisa saling mempererat</p> | | <p>125</p> |

| | | | | |
|-----|---|---|--|-----|
| | | hubungan pertemanan. | | 130 |
| | | | | 135 |
| 9. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Namanya juga kita makhluk sosial kak. Pasti kita butuh teman, butuh seseorang bahkan sekelompok orang untuk membantu kita, atau hanya sekedar berbagi cerita, pengalaman gitu kak. Seperti aku dan kakak saat ini heheh. | | 140 |
| | | | | 145 |
| 10. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Untuk hal ini yang bisa aku lakukan ya berbuat baik dengan teman, dengan sesama manusia. Kalau bisa membantu ya dibantu, kalau tidak bisa ya didoakan. Gak ada ruginya kok kak kalau mendoakan sesama manusia. Doa itu juga yang bakal balik ke kita sendiri. | | 150 |
| | | | | 155 |

| | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------------------|
| | | Tergantung pikiran masing-masing untuk menanggapi ini kak. | | 160 |
| 11. | Baik. Selanjutnya penyesuaian emosional. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang perasaanmu saat berada di MA Darun Nur ini? | Foto ini aku ambil di taman dekat sekolah. Foto ini menunjukkan kebahagiaan aku ada di sekolah ini. Warna hijau pada daun seperti sebuah harapan dari pertumbuhan, dan warna ungu pada bunga seperti keindahan dan ketenangan. Ibarat aku di kelilingi oleh teman-teman, guru-guru dan banyak orang baik disekitarku. | Menjawab dengan tetap melihat foto dan tersenyum. | 165 170 175 180 |
| 12. | Apa yang kamu lihat dari | Tumbuhan hijau dengan banyaknya | | |

| | | | | |
|-----|---|---|--|-----|
| | foto itu? | dedaunan dan ada satu bunga ungu yang ada diantara dedaunan itu seperti saya sendirian tapi banyak sekali dukungan dari orang lain seperti orang tua, guru, teman. Dan saya mengambil foto itu karena indah dilihat, menenangkan adanya dua warna tapi dominan hijau dengan setitik warna ungu itu. | | 185 |
| | | | | 190 |
| | | | | 195 |
| 13. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Gimana ga berhubungan kak, dukungan dari mereka seperti orang tua, guru, teman kepada saya menjadi sebuah ketenangan seperti melihat daun-daun hijau yang banyak ini. | | 200 |
| | | | | 205 |
| 14. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Yang aku lakukan pasti menjalin hubungan baik dengan mereka, agar aku dan mereka bisa | | 210 |

| | | | | |
|-----|--|--|---|-----|
| | | hadir secara penuh dan selalu terhubung gitu sih kak. Jadi meskipun berjauhan, atau tidak bisa dekat secara fisik, tapi kita bisa dekat secara batin. | | 215 |
| | | | | 220 |
| 15. | Baik. Lalu penyesuaian nilai dan budaya. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang budaya atau tradisi sekolah yang berkesan bagimu? | Foto ini aku ambil ketika latihan silat di sekolah. Silat itu bukan hanya olahraga beladiri, melainkan bagian dari budaya Indonesia. Pelatih silatku pernah mengatakan bahwa silat itu bukan hanya tentang kekuatan fisik, tapi juga tentang kekuatan mental dan spiritual. Sehingga aku belajar bahwa silat mengajarkanku dan kita semua tentang kejujuran, keberanian, kesetiaan, dan tanggung jawab yang merupakan nilai penting dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, silat juga mengajarkanku dan kita semua tentang | Setelah melihat foto, menjawab dengan menatap peneliti dengan senyum bangganya. | 225 |
| | | | | 230 |
| | | | | 235 |

| | | | | |
|-----|-----------------------------------|---|--|---|
| | | <p>persaudaraan dan kebersamaan, yang harus saling membantu dan menghormati. Sehingga dengan mengikuti ekstrakurikuler silat menjadi pengalaman yang berkesan.</p> | | <p>240</p> <p>245</p> <p>250</p> <p>255</p> |
| 16. | Apa yang kamulihat dari foto itu? | <p>Mengikuti ekstrakurikuler silat membuat aku bisa mengembangkan diri di bela diri. Tak hanya itu, silat juga sebagai sarana pertemanan, persaudaraan untuk bisa saling menghargai dan menghormati satu sama lain.</p> | | <p>260</p> |

| | | | | |
|-----|--|--|--|----------------|
| | | | | 265 |
| 17. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Selain sebagai budaya lokal dan koneksi pertemanan, silat juga dapat membentuk karakter dan etika seseorang agar disiplin, rendah hati dan tanggung jawab, serta membentuk mental dan fisik juga agar kuat luar dalam. | | 270 275 |
| 18. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Belajar silat dengan tekun dan mengaplikasikan di kehidupan nilai-nilai yang terkandung dengan baik. | | 280 285 |
| 19. | Nah, setelah melihat kembali foto-foto yang telah kamu ambil. Apa pesan utama yang ingin kamu sampaikan tentang pengalaman kamu dalam menyesuaikan diri di MA Darun Nur ini? | Pesan utamaku adalah menyesuaikan diri di MA Darun Nur seperti menanam benih di tanah yang subur. Awalnya mungkin sulit, tapi dengan dukungan teman-teman dan guru, aku | Menjawab dengan percaya diri dan mengepalkan tangan ke atas di akhirnya. | 290 |

| | | | | |
|-----|--|---|--|-----|
| | | tumbuh menjadi pribadi yang lebih kuat dan berani menghadapi tantangan. Aku belajar banyak tentang diriku sendiri dan apa yang bisa aku capai. Jadi semangat! | | 295 |
| | | | | 300 |
| 20. | Apa harapan kamu untuk diri sendiri dan teman-teman di masa depan? | Aku berharap untuk diriku sendiri dan teman-teman agar selalu berani mengejar impian kita dan menjalani petualangan baru. Aku ingin melihat kita semua menjelajahi dunia, mencoba hal-hal baru, dan tidak pernah berhenti belajar. Aku berharap kita semua bisa menjalani hidup yang penuh dengan kegembiraan dan pengalaman yang tak terlupakan. | Menjawab dengan senyuman dan menatap peneliti. | 305 |
| | | | | 310 |
| | | | | 315 |

| | | | | |
|-----|--|----------------------|--------------------------|-----|
| | | | | 320 |
| 21. | Wah terimakasih H sudah bersedia meluangkan waktunya untuk ngobrol bareng. | Nggeh sama-sama kak. | Tersenyum pada peneliti. | 325 |

Verbatim Wawancara Subjek E

Nama Subjek : E
Hari/Tanggal : Sabtu/04 Oktober 2025
Waktu : 09.00-10.00 WIB
Lokasi : Teras Kelas

[illegible]

| | | | | |
|----|---|---|--|----|
| | | | | 50 |
| | | | | 55 |
| | | | | 60 |
| 4. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Banyaknya buku menjadikan saya tertekan karena harus mempelajari semua materi pelajaran, baik umum maupun agama. Hingga saya merasakan beban dalam bersekolah disini. | | 65 |
| | | | | 70 |
| 5. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Semua materi pelajaran disekolah sangat berhubungan | | 75 |

| | | | | |
|----|-----------------------------|---|--|---|
| | | <p>dengan kehidupan saya. Hampir setiap hari dari pagi sampai siang belajar di sekolah formal dengan pelajaran umum dan agama. Lalu dilanjutkan siang sampai sore belajar di sekolah non formal dengan pelajaran kitab-kitab. Makanya saya merasa hal ini sebagai beban akademik karena banyaknya tuntutan yang harus dipelajari.</p> | | <p>80</p> <p>85</p> <p>90</p> <p>95</p> |
| 6. | Apa yang bisa kamu lakukan? | <p>Mencoba mengusahakan bisa melakukan semuanya dengan baik. Meskipun kadang merasa tidak mampu, tapi saya akan terus tetap mencoba. Bagaimanapun caranya kak.</p> | | <p>100</p> |

| | | | | |
|----|--|---|--|---|
| | | | | 105 |
| 7. | Baik. Kemudian penyesuaian sosial. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang tantangan dalam berinteraksi dengan teman sebaya di MA Darun Nur ini? | Foto ini... jujur, berat banget buat saya. Saya ambil foto ini karena ini yang saya rasakan di awal-awal masuk MA. Sendirian, gak punya teman, gak tau harus gimana. Ini menjadi tantangan untuk saya dalam berteman. Saya sering menyendiri dan duduk di pojok kelas untuk menikmati kesendirian karena kesulitan saya dalam berteman. Tapi Alhamdulillah, lama-lama juga saya bisa membaur dengan teman-teman meskipun harus dari teman-teman dulu yang mendekati saya. | Setelah melihat foto, menjawab dengan jari-jari memainkan case hp. | 110 115 120 125 130 |

| | | | | |
|----|---|---|---------------------------|--|
| | | | | |
| 8. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Kondisi sendirian dan terpojokkan ketika masuk di sekolah ini. Merasa kurang nyaman dengan lingkungan disini. Ga ada teman yang saya kenal disekolah ini. Karena saya satu-satunya yang masuk ke MA Darun Nur ini dari sekolah SMP sebelumnya. | 135 140 145 | |
| 9. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Karena tidak ada teman yang dikenal dari sekolah sebelumnya, saya memilih menyendiri dan mojok dikelas untuk merasa nyaman disekolah ini. Hingga setelah kegiatan MPLS di sekolah selesai, dan masuk kelas masing-masing, baru saya memiliki teman meskipun tidak begitu dekat. | 150 155 | |

| | | | | |
|-----|--|--|--------------------------------|-----|
| | | Setidaknya saya bisa memiliki teman ditempat ini. | | 160 |
| | | | | 165 |
| 10. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Saya hanya mengikuti kata hati, walaupun harus menyendiri, ya saya lakukan menyendiri dan mook dipojokkan kelas. Sampai waktunya saya siap untuk memulai berinteraksi dengan orang baru di lingkungan baru. Saya baru bisa memulai berkenalan dan menjalin pertemanan. | | 170 |
| | | | | 175 |
| | | | | 180 |
| 11. | Baik. Selanjutnya penyesuaian emosional. | Saya mengambil gambar daun kering | Setelah melihat foto, menjawab | |

| | | | | |
|--|--|--|--|-----|
| | <p>Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang momen ketika kamu merasa setres, cemas, atau sedih di MA Darun Nur ini?</p> | <p>di halaman samping sekolah. Daun-daun kering ini seperti gambaran perasaan saya waktu itu, merasa hampa, layu dan tidak bersemangat. Merasa sedih, cemas, stress, terhadap pembelajaran di sekolah. Sedih tidak memiliki banyak teman, cemas dengan pembelajaran takut tidak sesuai kemampuan, stress dan capek saat menjalani. Saya lihat daun-daun kering ini seperti pasrah saja saat jatuh. Saya jadi kepikiran, apa saya harus pasrah juga dengan keadaan ini? Tapi saya inget, kalau saya gak boleh pasrah gitu aja, ada orang tua dan keluarga yang harus di banggakan. Jadi saya sadar, saya harus bangkit dan tidak boleh menyerah. Karena daun kering meskipun jatuh juga bisa bermanfaat bagi tanaman yang lain sebagai pupuk. Begitu juga saya disini, di sekolah ini. Harus bisa</p> | <p>dengan menatap peneliti dengan senyuman dan berkaca-kaca.</p> | 185 |
| | | | | 190 |
| | | | | 195 |
| | | | | 200 |
| | | | | 205 |
| | | | | 210 |

| | | | | |
|-----|------------------------------------|--|--|-----|
| | | bermanfaat dan bersemangat kembali. | | 215 |
| | | | | 220 |
| | | | | 225 |
| | | | | 230 |
| 12. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Daun-daun kering yang saya kumpulkan dan saya foto. Hal itu menggambarkan saya saat pertama kali datang di sekolah ini. Merasa hampa,layu dan tak berguna. Semua rasa jadi satu dalam hati dan pikiran saya. Sama halnya | | 235 |

| | | | | |
|-----|---|---|--|-----|
| | | dengan daun-daun kering yang saya kumpulkan jadi satu ini. | | 240 |
| | | | | 245 |
| 13. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Saya melihat daun-daun kering ini seperti pasrah ketika jatuh. Sehingga gak ada bedanya dengan saya yang pasrah pada keadaan. Tapi saya sadar, daun kering aja bisa bermanfaat untuk tumbuhan lain sebagai pupuk alami. Maka saya juga harus bisa berguna untuk orang lain. | | 250 |
| | | | | 255 |
| | | | | 260 |
| 14. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Saya boleh pasrah terhadap apa yang sudah terjadi, tapi | | 265 |

| | | | | |
|-----|--|---|--|-----|
| | | tidak boleh pasrah pada apa yang belum terjadi. Maka saya harus bisa mengusahakan apa yang bisa saya usahakan dan banggakan pada orang tua, guru, dan orang lain. | | 270 |
| | | | | 275 |
| 15. | Baik. Lalu penyesuaian nilai dan budaya. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang momen ketika kamu merasa bangga menjadi bagian dari MA Darun Nur? | Piala di foto ini adalah piala saya saat berkontribusi mengikuti kegiatan perlombaan dari mengikuti ekstrakurikuler di sekolah kemudian dapat mengharumkan nama sekolah dengan ikut ajang perlombaan dan membawa pulang piala untuk sekolah. Saya dapat membuktikan bahwa saya dapat berprestasi dan mengharumkan nama sekolah serta menginspirasi teman-teman untuk belajar dan meraih cita-citanya. Sehingga dengan mengembangkan | Menjawab dengan percaya diri dan senyum ke peneliti. | 280 |
| | | | | 285 |
| | | | | 290 |

| | | | | |
|-----|------------------------------------|--|--|-----|
| | | potensi yang dimiliki dan berprestasi di bidang yang saya sukai dapat memberikan kontribusi positif bagi masyarakat dan bangsa. | | 295 |
| | | | | 300 |
| | | | | 305 |
| | | | | 310 |
| 16. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Merasa bangga pada diri sendiri kalau saya bisa mengharumkan nama sekolah dengan mengikuti lomba. Dari apa yang saya sukai bisa memperoleh piala kemenangan, itu yang membuat saya senang dan bangga pada diri saya sendiri. | | 315 |

| | | | | |
|-----|---|---|--|----------------|
| | | | | 320 |
| | | | | 325 |
| 17. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Dari ekstrakurikuler yang saya sukai dan minati menjadikan saya menang pada lomba yang saya ikuti, sehingga saya memperoleh juara dan bisa mengharumkan nama sekolah dengan prestasi non akademik saya. | | 330 335 |
| 18. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Yang bisa saya lakukan adalah berkontribusi dalam mengikuti kegiatan yang ada disekolah, baik ekstrakurikuler maupun ajang perlombaan. Agar bisa mengharumkan nama sekolah juga meningkatkan prestasi akademik dan non akademik saya. | | 340 345 |

| | | | | |
|-----|--|---------------------|--------------------------------------|-----|
| | | | | 375 |
| 21. | Wah terimakasih E sudah bersedia meluangkan waktunya untuk ngobrol bareng. | Iya kak, sama-sama. | Menunduk dan mengangguk ke peneliti. | 380 |

Nama Subjek : V
Hari/Tanggal : 11 Oktober 2025
Waktu : 08.00-09.00 WIB
Lokasi : Ruang TU

Nama Subjek : V
Hari/Tanggal : 11 Oktober 2025
Waktu : 08.00-09.00 WIB
Lokasi : Ruang TU

| | | | | |
|----|---|--|--------------------------------------|--|
| | | | | |
| 3 | Saya mulai dari penyesuaian akademik terlebih dulu ya V. Coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang sumber dukungan yang membantu kamu dalam belajar di MA Darun Nur ini? | Ini foto guru Al-Qur'an Hadits kak. Aku sering tanya-tanya ke beliau ini pas aku gak paham materi sekolah maupun kesulitan menghafal ayat atau hadits gitu kak. Aku merasa terbantu banget sama beliau ini. Jadi dukungan beliau ini yang menjadi semangatku dalam belajar kak. Beliau sering memberi motivasi untuk aku agar selalu berusaha dan selalu mengamalkan isi-isi yang terkandung di dalam Al-Qur'an dan Hadits gitu kak. | Menjawab sambil menunjuk foto di hp. | 25 30 35 40 45 |
| 4. | Apa yang kamu lihat dari | Orang hebat serba bisa. Dimana aku | | |

| | | | | |
|----|---|---|---|-----------------------------------|
| | | membanggakan orang tua, guru dan orang lain dengan prestasi, usaha, dan keberhasilan yang aku peroleh. | | 80 |
| 7. | Baik. Kemudian penyesuaian sosial. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang momen ketika kamu merasa diterima di pertemanan? | Foto ini...buatku lebih dari sekedar foto kak. Tapi tentang pertemanan, persahabatan, yang selalu mendukung aku, yang buat aku gak merasa sendiri. Ini foto aku sama temanku. Aku ngerasa diterima baik di pertemanan bareng teman-teman sekolah. Apalagi sama dia yang ada di foto, dia selalu ada buat aku, yang selalu nyemangati, memberikan saran terbaiknya ketika aku butuh. | Menjawab sambil senyum-senyum dan diakhir tangannya membentuk hati. | 85 90 95 100 |

| | | | | |
|----|---|---|--|---|
| | | | | 105 |
| 8. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Selain dukungan guru, pertemanan sangat aku butuhkan untuk keberlangsungan kehidupanku. Saling mendukung dan berusaha bersama-sama, saling berbagi segala hal, sehingga aku tidak merasa sendirian dalam menanggung beban hidup di lingkungan manapun. | | 110 115 120 |
| 9. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Pertemanan sangat berhubungan sekali dalam kehidupanku. Bagaimana tidak, setiap aku membutuhkan seseorang untuk memberikan saran, semangat, teman dan sahabat selalu datang untuk mendengarkan segala ceritaku. Dan aku bisa merasa nyaman dan tenang kalau ada mereka dihidupku. | | 125 130 |

| | | | | |
|-----|-----------------------------|--|--|--------------------------------------|
| | | | | 135 |
| 10. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Akan aku usahakan untuk menjadi teman dan sahabat terbaik untuk teman dan sahabatku. Aku akan mengusahakan untuk bisa menemani, mendampingi mereka ketika mereka membutuhkanku. Dan aku akan menjadi garda terdepan buat mereka dan menjadi pendengar yang baik untuk mereka. Aku akan memberikan umpan balik yang sesuai dengan apa yang telah mereka berikan kepadaku. | | 140 145 150 155 |

| | | | | |
|-----|---|--|---------------------------|--------------------------------------|
| | | | | |
| 11. | Baik. Selanjutnya penyesuaian emosional. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang bagaimana kamu mengatasi perasaan negatif di MA Darun Nur ini? | Foto ini menggambarkan saat aku lagi ngatasi perasaan jelek-jelek kak. Aku bisa baca buku di teras kelas, dalam kelas atau di perpustakaan. Tapi aku emang sering baca buku di teras kelas sama liatin lapangan gitu kak, ngerasa tenang aja gitu. Karena baca buku menurutku bisa belajar hal baru dan bisa buat ngembangin diri. | Menjawab dengan senyuman. | 160 165 170 175 |
| 12. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Baca buku menjadikan usahaku untuk menenangkan diri dalam pikiran-pikiran burukku. Sehingga ketika overthinking, aku bisa membaca buku berjam-jam agar bisa merasa tenang. Dan kenapa aku memilih membaca buku, ya karena aku suka membaca. | | 180 |

| | | | | |
|-----|---|--|--|-----|
| | | menghabiskan buku-buku yang aku miliki, maupun aku pinjam buku dari perpustakaan kak. | | 185 |
| | | | | 190 |
| | | | | 195 |
| 13. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Antara buku dan hidupku memang saling berdekatan, ada buku pasti ada aku disana, ada aku pasti ada buku yang aku baca. Dimanapun dan kapanpun buku akan selalu menjadi bawaanku kemana-mana. | | 200 |
| | | | | 205 |
| 14. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Untuk keberlangsungan hidupku, agar selalu menjadi positif vibes, maka akan aku usahakan untuk selalu membaca | | 210 |

| | | | | |
|-----|---|---|--|---|
| | | | | 240 |
| 16. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Greget banget sama aturan disekolah ini yang banyak banget. Tapi lama-lama aku bisa menjalani aturan sekolah sesuai perintahnya. Cuman awal-awal aja merasa terkekang, tapi lama-lama ingat bahwa adanya aturan disekolah ini tuh untuk kebaikan bersama. | | 245 250 255 |
| 17. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Bagaimana gak berhubungan kak. Kita hidup pasti ada aturannya, apalagi di lingkungan sekolah, ya pastinya banyak sekali aturan di sekolah. Tinggal bagaimana kita melaksanakannya. Toh juga buat kebaikan kita bersama hehe. Meskipun awalnya gak terima dengan adanya aturan, tapi | | 260 265 |

| | | | | |
|-----|--|--|---|------------------------------------|
| | | sekarang aku sadar kok kak. | | 270 |
| 18. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Yang bisa aku lakukan ya mematuhi tata tertib yang ada disekolah dengan baik. Tidak melanggar aturan yang ada. Karena semuanya balik pada kebaikan diri sendiri dan orang lain. | | 275 280 |
| 19. | Nah, setelah melihat kembali foto-foto yang telah kamu ambil. Apa pesan utama yang ingin kamu sampaikan tentang pengalaman kamu dalam menyesuaikan diri di MA Darun Nur ini? | Jujur saja, awalnya aku ngerasa canggung dengan lingkungan baru ini. Tapi ternyata aku bisa bertahan di lingkungan baru. Jadi , gak usah takut mencoba hal baru deh, kali aja bisa nemuin versi terbaik diri di tempat baru. Pede aja lah... | Menjawab dengan ketawa dan tangan yang mengibas ke udara. | 285 290 |

| | | | | |
|-----|--|---|---|----------------|
| | | | | 295 |
| 20. | Apa harapan kamu untuk diri sendiri dan teman-teman di masa depan? | Apa ya... semoga sehat, bahagia dan selalu dikelilingi orang-orang baik gitu aja sih. Ya agar bisa menjalani hidup dengan sebaik mungkin sampai menemukan kenyamanan hidup. | Menjawab sambil mata keatas seperti berpikir. | 300 305 |
| 21. | Wah terimakasih V sudah bersedia meluangkan waktunya untuk ngobrol bareng. | Siap kak sama-sama. | Menjawab sambil tangan hormat. | 310 |

Verbatim Wawancara Subjek W

Nama Subjek : W
 Hari/Tanggal : 11 Oktober 2025
 Waktu : 09.00-10.00 WIB
 Lokasi : Teras Kelas

[illegible]

| | | | | |
|---|---|--|--|---|
| | | | | |
| 3 | Saya mulai dari penyesuaian akademik terlebih dulu ya H. Coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang momen ketika kamu merasa berhasil dalam pelajaran di sekolah? | Kebetulan aku lagi bawa ijazah MTS. Jadi aku foto aja ijazahnya. Karena aku merasa berhasil telah melewati proses pembelajaran di MTS. Sehingga aku bisa melanjutkan ke jenjang MA seperti saat ini. Dan ijazah ini sebagai salah satu syaratnya. Aku bahagia dan bangga pada diri sendiri. Dari ijazah inilah yang mengingatkan saya untuk terus rajin belajar dan meraih cita-cita. Aku juga harus mempersiapkan diri untuk tantangan kedepannya yang bakal lebih rumit dan berat. | Menjawab dengan tersenyum ke peneliti. | <div>25</div> <div>30</div> <div>35</div> <div>40</div> <div>45</div> |

| | | | | |
|----|---|--|--|----|
| 4. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Proses yang gak mudah, tapi aku bisa melewatinya. Dan aku merasa bangga pada diriku sendiri karena pencapaianku sampai dijenjang ini. Jadi gak bakal aku sia-siakan kesempatan menuntut ilmu dengan baik di sekolah ini. | | 50 |
| | | | | 55 |
| | | | | 60 |
| 5. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Dari ijazah MTS itulah aku bisa melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi. Dan aku berharap bisa menjadi motivasiku untuk terus belajar dengan tekun dan baik, agar selalu memperoleh nilai dan peringkat yang terbaik sampai lulus nanti. | | 65 |
| | | | | 70 |
| 6. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Belajar dengan tekun dan baik, agar bisa mencapai jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Fokus pada | | 75 |

| | | | | |
|----|--|---|---|-----|
| | | apa yang dikerjakan saat ini,yaitu fokus menjadi anak dan siswa. Sehingga belajar dengan baik agar menjadi siswa yang berprestasi, juga menjadi anak yang bisa membanggakan orang tua dengan pendidikan. | | 80 |
| | | | | 85 |
| 7. | Baik. Kemudian penyesuaian sosial. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang kegiatan sosial atau ekstrakurikuler yang kamu ikuti di MA Darun Nur? | Foto ini aku ambil di musholla. Pas ada latihan banjari jadi aku foto aja. Aku ambil foto ini karena aku juga mengikuti kegiatan ekstrakurikuler banjari. Dari mengikuti banjari, aku bisa menemukan banyak teman dan bisa mengembangkan kemampuanku untuk main darbuka di ekstrakurikuler banjari ini. Yeey... | Menjawab sambil melihat hp dan di akhiri dengan tepuk tangan. | 90 |
| | | | | 95 |
| | | | | 100 |

| | | | | |
|-----|---|--|--|----------------|
| | | | | 105 |
| 8. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Mengikuti ekstrakurikuler banjari merupakan hal yang berharga bagiku. Aku bisa menjadi diriku sendiri, menemukan banyak teman, juga dapat mengembangkan kemampuanku dalam bermain darbuka. | | 110 115 |
| 9. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Karena aku suka, jadi banjari, darbuka dan kehidupanku gak bisa dipisahkan. Dengan bermain darbuka, aku bisa melestarikan budaya dengan bermain alat musik. | | 120 125 |
| 10. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Aku akan terus mengembangkan kemampuanku dalam belajar darbuka, memperkenalkan kepada seluruh dunia kalau darbuka dan banjari itu menyenangkan. | | 130 |

| | | | | |
|-----|---|--|--|-----|
| 12. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Kebersamaan dengan makan bareng senampan dengan teman-teman. Sederhana tapi bisa membuat bahagia semuanya. Gak ada perbedaan antara teman yang satu dengan teman yang lain. | | 160 |
| | | | | 165 |
| 13. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Dari kebersamaan inilah tercipta kehidupan yang rukun, damai, bahagia dan saling membantu satu sama lain. Sehingga ketika di lingkungan sekolah, diri sendiri tercukupi kasih sayang teman-teman di sekitar kita kak | | 170 |
| | | | | 175 |
| | | | | 180 |
| 14. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Menciptakan suasana lingkungan sekolah yang guyub rukun, agar kita semua bisa nyaman dan bahagia di | | |

| | | | | |
|-----|--|--|-----------------------------------|-----|
| | | sekolah. Dan bisa terjalin hubungan pertemanan yang lebih baik lagi. | | 185 |
| | | | | 190 |
| 15. | Baik. Lalu penyesuaian nilai dan budaya. Sekarang coba perhatikan foto ini. Apa yang ingin kamu sampaikan melalui foto ini tentang tantangan dalam menyesuaikan diri dengan nilai-nilai atau budaya di MA Darun Nur ini? | Foto ini aku ambil di depan tulisan tata tertib dengan nunjuk tulisan itu. Karena aku harus menjaga nama baik sekolah dengan aturan-aturan yang ada. Sehingga aku merasa memiliki tantangan tersendiri pas sekolah disini. Apalagi sekolah ini gabungan dari pondok pesantren. Jadi aku merasa harus lebih berhati-hati. | Menjawab sambil menatap peneliti. | 195 |
| | | | | 200 |
| | | | | 205 |
| 16. | Apa yang kamu lihat dari foto itu? | Tata tertib sekolah yang menjadi aturan di lingkungan ini. Dimana semua siswanya harus mematuhi segala aturan yang berlaku. Agar tercipta lingkungan sekolah | | 210 |

| | | | | |
|-----|---|--|----------|--|
| | | yang kondusif dan nyaman. | | 215 |
| 17. | Bagaimana hal itu dapat berhubungan dengan kehidupanmu? | Dikehidupan pasti ada aturan yang harus dipatuhi, apalagi di lingkungan sekolah yang wajib dipatuhi oleh semua warga sekolah, baik siswa, guru, staf, dan semua yang ada di sekolah. | | 220 225 |
| 18. | Apa yang bisa kamu lakukan? | Mematuhi aturan yang ada di sekolah dengan baik. Apalagi sekolah disini jadi satu dengan lingkungan pesantren. Jadi kita harus bisa menjaga nama baik sekolah dan pesantren dengan baik. Agar bisa menjadi lulusan yang bisa lebih baik. | | 230 235 |
| 19. | Nah, setelah melihat | Pesan yang pengen | Menjawab | |

| | | | | |
|-----|---|---|--|-----|
| | kembali foto-foto yang telah kamu ambil. Apa pesan utama yang ingin kamu sampaikan tentang pengalaman kamu dalam menyesuaikan diri di MA Darun Nur ini? | aku sampein itu tentang dukungan dan pertemanan sih. Karena meskipun di lingkungan baru kalau dukungan dan pertemanan positif, proses adaptasinya pun bakal lebih mudah. Beda lagi kalau gak ada dukungan, pertemanan gak baik, malah buat gak nyaman dan susah untuk diposisi lingkungan baru. | dengan percaya diri dan diakhiri dengan menunjukkan jari jempol ke peneliti. | 240 |
| | | | | 245 |
| | | | | 250 |
| | | | | 255 |
| 20. | Apa harapan kamu untuk diri sendiri dan teman-teman di masa depan? | Harapanku sih kita bisa jadi orang yang positif. Manfaatkan fasilitas sekolah dengan baik, kembangkan kemampuan yang dimiliki, asah hobi dan kesukaan untuk membawa perubahan yang lebih baik itu sih kak. Karena menurutku semuanya berasal dari dalam diri. | Menjawab sambil memeluk dirinya. | 260 |
| | | | | 265 |

| | | | | |
|-----|--|---------------------|----------------------------|-----|
| | | | | 270 |
| 21. | Wah terimakasih W sudah bersedia meluangkan waktunya untuk ngobrol bareng. | Iyaa kak sama-sama. | Menjawab sambil tersenyum. | |

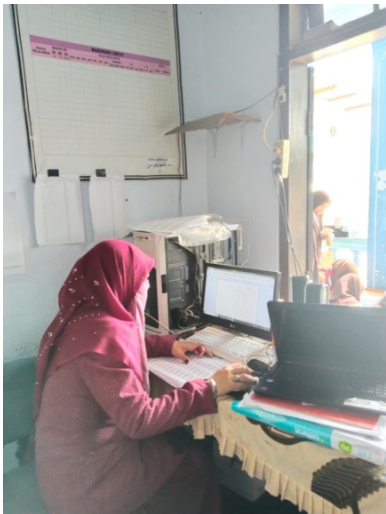
**C. Foto-Foto *Photovoice*
Penyesuaian Akademik**



Subjek H



Subjek E

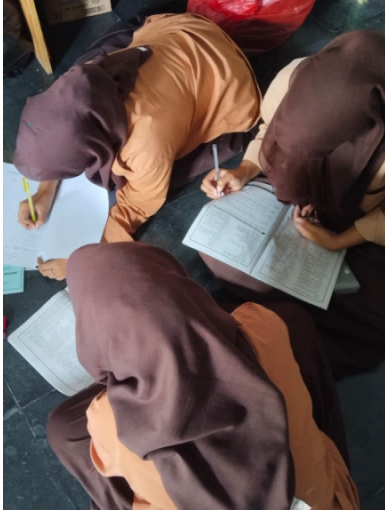


Subjek V



Subjek W

Penyesuaian Sosial



Subjek H



Subjek E



Subjek V



Subjek W

Penyesuaian Emosional



Subjek H



Subjek E



Subjek V



Subjek W

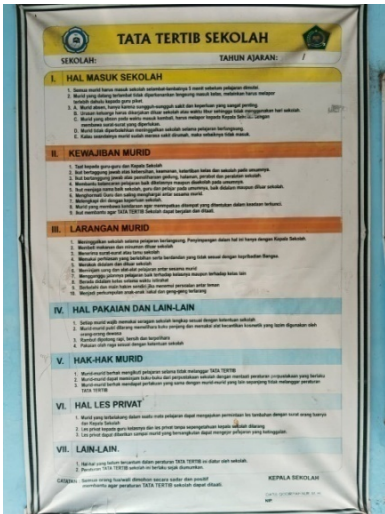
Penyesuaian Nilai dan Budaya



Subjek H



Subjek E



Subjek V



Subjek W

D. Penilaian Ahli

Formulir Professional Judgement

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Indah Prestyowati, S. Psi., Psikolog., LCACC., CCC

Institusi : Inti Sinergi Hati

Dengan ini telah melaksanakan professional judgement pada :

Nama : Hanan Sava Tasya Kamila

NIM : 230401210010

Judul Penelitian : Photovoice Sebagai Media Konseling Penyesuaian Diri
Siswa MA Kelas X

Objek Penilaian : Siswa MA Kelas X

Dengan professional judgement ini dibuat untuk dapat diperbaiki sesuai rekomendasi.

Bogor, 4 Desember 2025

Professional



(Indah Prestyowati., S. Psi., Psikolog., LCACC)

Rekomendasi dan Hasil Professional Judgement

Setelah mempelajari penelitian dengan judul Photovoice Sebagai Media Konseling Penyesuaian Diri Siswa MA Kelas X dan wawancara secara online dengan Hanan Sava mengenai proses yang telah dilakukan, berikut ini beberapa penilaian kami terhadap proses yang telah ditempuh:

1. Metode yang digunakan **benar (peserta yang mengambil foto dan menyampaikan pemaknaan atas foto itu) dan sesuai standar photovoice**
2. Kombinasi kuisioner untuk menentukan subyek → photovoice → wawancara → analisis → professional judgement **valid secara metodologis**
2. Penelitian ini sudah memenuhi unsur photovoice, yaitu partisipatif, reflektif, menggunakan foto untuk mengakses pengalaman yang sulit diungkap verbal dan interpretasi makna berdasarkan suara peserta. Nilai tambahan pemaknaan itu diperdalam oleh analisis peneliti

Akan tetapi, terdapat beberapa catatan saya lainnya, yaitu:

1. Proses yang dilakukan peneliti sekarang baru sampai tahap “pengecekan validitas subjektif”, belum masuk pada proses konseling, sedangkan judul dari penelitian ini adalah : Photovoice Sebagai Media Konseling Penyesuaian Diri Siswa MA Kelas X, maka kata kuncinya terdapat pada Photovoice sebagai media konseling.

Dalam photovoice penelitian:

Subjek mengambil foto → memaknai foto → wawancara → peneliti menganalisis.

Ini bertujuan menggali pengalaman dan memvalidasi temuan kuantitatif (hasil kuisioner).

Peneliti baru “menguji apakah foto & narasi siswa konsisten dengan skala penyesuaian diri”.

Belum ada langkah-langkah terapeutik.

Ini normal dalam penelitian photovoice murni, tapi tidak cukup bila peneliti mengklaim photovoice sebagai media konseling.

2. Konseling memerlukan proses perubahan, bukan hanya penggalian pengalaman. Prinsip yang ada dalam konseling adalah :

- membantu klien memahami diri
- menumbuhkan kesadaran baru

mendorong perubahan perilaku

membangun strategi penyesuaian diri yang lebih adaptif

Peneliti belum melakukan:

- tidak ada asesmen kebutuhan psikologis dengan pendekatan konseling
- tidak ada fokus pada tujuan perubahan
- tidak ada intervensi atau refleksi terarah
- tidak ada dialog konseling (mis: dorongan empatik, reframing, mengajak klien melihat alternatif)
- tidak ada tindak lanjut atau rencana aksi pribadi (personal action plan)

Jadi, secara profesional:

belum layak disebut photovoice sebagai media konseling, baru photovoice sebagai alat eksplorasi pengalaman.

3. Dalam pemikiran saya, ketika photovoice digunakan sebagai media konseling sebagaimana yang ada dalam judul diterapkan, maka proses yang akan dilakukan adalah:

A. Tahap 1 — Foto untuk Mengungkap Pemaknaan Siswa terhadap aspek ASEN

Sudah dilakukan.

B. Tahap 2 — Foto untuk Menumbuhkan Kesadaran Diri (evoke awareness)

Ini belum dilakukan oleh peneliti, padahal ini jantung konseling. Di sini siswa diminta mengambil foto yang menggambarkan:

- apa yang membuat mereka kesulitan penyesuaian diri
- apa sumber kekuatannya
- apa kebiasaan yang ingin diubah
- siapa orang yang menjadi support system
- simbol nilai atau budaya yang menguatkan

C. Tahap 3 — Foto untuk Rencana Perubahan

Sebelum konseling berakhir, siswa mengambil foto baru yang menggambarkan:

- langkah kecil yang akan dilakukan
- situasi yang mencerminkan penyesuaian diri yang lebih baik
- aktivitas yang akan dipertahankan
- tempat/symbol yang membuat mereka tenang atau termotivasi

D. Tahap 4 — Konseling berbasis foto

Penerapan pertanyaan konseling S.H.O.W.E.D. + fokus ASEN:

Academic : foto tentang strategi belajar, tempat belajar, kondisi ideal

Social : foto relasi sehat, support system

Emotion : foto yang mewakili emosi, coping positif

Nilai-Budaya : foto simbol spiritual, moral, tradisi yang memandu perilaku

Ini membuat photovoice menjadi alat transformasi, bukan hanya eksplorasi.

4. Kesimpulan Profesional (yang bisa kamu pakai sebagai komentar penilai ahli)
Proses photovoice yang dilakukan dalam penelitian ini efektif sebagai metode eksplorasi pengalaman dan validasi kualitatif terhadap hasil kuisioner penyesuaian diri. Namun, proses tersebut belum mencerminkan prinsip, proses, dan tujuan konseling. Untuk dapat dikategorikan sebagai media konseling, perlu adanya siklus photovoice yang digunakan untuk menumbuhkan kesadaran diri, memfasili memfasilitasi refleksi mendalam, dan mendorong rencana aksi perubahan pada peserta.

Saya merekomendasikan agar dilanjutkan dalam proses konseling dengan subjek diminta mengambil foto baru yang menggambarkan proses refleksi diri, strategi penyesuaian diri, serta simbol-simbol dukungan personal. Hal ini akan memberikan unsur intervensi terapeutik yang saat ini belum muncul dalam penelitian.


Adapun penilaian saya terhadap foto, hasil wawancara dan penilaian atas analisa peneliti terhadap foto dan hasil wawancara, serta rekomendasi saya terhadap proses konseling selanjutnya terdapat ada pada lampiran.
Demikian profesional judgement dari saya.

PENILAIAN PROFESSIONAL JUDGEMENT

| Subjek | Foto | Hasil Wawancara | Analisis | Penilaian | Saran |
|----------------|---|---|---|-------------------|-------------------|
| H. Akademik |  | <p>“Foto ini saya ambil di tengah lapangan yang menampakkan kelas-kelas disekolah. Di tempat inilah saya mencari ilmu, menambah wawasan, serta mengetahui banyak hal yang belum saya ketahui sebelumnya.” (A.SH.B35-42)</p> | <p>bangunan sekolah yang menjulang tinggi dengan dominan warna biru melambangkan sebuah harapan masa depan yang cerah melalui pendidikan serta ketenangan dan stabilitas. Tapi, tengah lapangan mengisyaratkan jarak antara siswa dengan tujuan tersebut, yang memerlukan perjalanan panjang dan usaha yang dibutuhkan.</p> | Cek pada lampiran | Cek pada lampiran |


| | | | | | |
|--------------|--|---|---|--|--|
| H. Sosial |  | <p>“Foto ini saya ambil ketika jam istirahat. Teman-teman duduk di lantai bawah sedang belajar bersama setelah jam pelajaran sejarah kebudayaan Islam. Seperti inilah hubungan saya dengan teman-teman, melakukan apapun bersama-sama.” (S.SH.B53-58)</p> | <p>sekelompok siswa yang belajar bersama di lantai bawah melambangkan kebersamaan dan dukungan sosial yang terjadi di luar jam pelajaran di sekolah.</p> | | |
| H. Emosional |  | <p>“ Foto ini menunjukkan kebahagiaan saya ada di sekolah ini. Seperti bunga ungu yang hanya satu, dan dedaunan hijau yang banyak. Ibarat saya dikelilingi oleh teman-teman, guru-guru dan banyak orang yang baik-baik.” (E.SH.B82-84 & B91-95)</p> | <p>dedaunan hijau yang rimbun dan bunga ungu yang hanya satu melambangkan lingkungan yang mendukung dan positif serta memiliki keunikan dan individualitas.</p> | | |

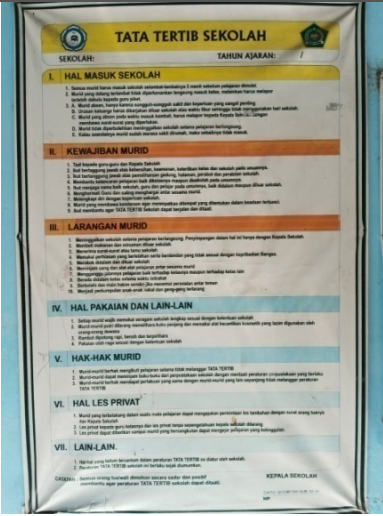
| | | | | | |
|---------------------|--|---|---|--|--|
| H. Nilai dan Budaya |  | <p>“Foto ini saya ambil ketika saya sedang latihan silat di siang hari pada saat jam istirahat. Mengikuti ekstrakurikuler silat menjadi pengalaman yang berkesan di sekolah.” (N.SH.B96-98 & B128-131)</p> | <p>latihan silat dengan gerakan melambangkan pelestarian budaya tradisional dan pengembangan diri. tapi, silat juga bisa mengisyaratkan persaingan dalam proses penyesuaian diri.</p> | | |
| E. Akademik |  | <p>“Ini buku-buku saya. Ini menjadi tantangan saya dalam belajar disini, karena banyak sekali yang harus dipelajari di sekolah ini. Tak hanya pelajaran umum seperti matematika, pengetahuan alam, pengetahuan sosial, bahasa Indonesia, pendidikan pancasila saja. Tapi ada pelajaran agama seperti bahasa Arab, Al-</p> | <p>tumpukan buku yang menjulang dan tidak tersusun rapi melambangkan beban pelajaran yang sangat berat dan rasa kewalahan terhadap materi pelajaran serta tekanan untuk menguasainya.</p> | | |

| | | | | | |
|-----------|--|--|--|--|--|
| | | <p>Qur'an hadits, akidah akhlaq, fiqh, sejarah kebudayaan Islam, serta prakarya karya seni dan ekstrakurikuler yang wajib diikuti.” (A.SE.B34-50)</p> | | | |
| E. Sosial |  | <p>“Ini foto saya yang sering duduk dipojokan kelas. Ini menjadi tantangan saya dalam berteman. Karena kesulitan saya dalam berteman dengan teman-teman yang lain. Jadi saya sering menyendiri dan duduk dipojok kelas untuk menikmati kesendirian.” (S.SE.B69-77)</p> | <p>siswa yang duduk di pojokan sambil menutupi wajahnya melambangkan gambaran yang kuat tentang isolasi sosial dan perasaan tidak berdaya serta ketidakmampuan untuk berinteraksi dengan orang lain dengan adanya keinginan untuk menghilang dan menghindar.</p> | | |

| | | | | | |
|---------------------|--|---|---|--|--|
| E. Emosional |  | <p>“Saya mengambil gambar daun kering, seperti saya yang sering merasa sedih, cemas, stress terhadap pembelajaran di sekolah. Sedih tidak memiliki banyak teman, cemas dengan pembelajaran takut tidak sesuai kemampuan, stress dan capek saat menjalani.” (E.SE.B93-103)</p> | <p>daun-daun kering yang berguguran mengisyaratkan metafora yang kuat tentang kerapuhan emosional, kehilangan harapan, serta perasaan tidak berdaya karena kesedihan dan depresi yang telah mengakar dan sulit dihilangkan.</p> | | |
| E. Nilai dan Budaya |  | <p>“ini foto saya sedang memegang piala. Saya merasa bangga menjadi bagian dari sekolah ini karena dapat berkontribusi dalam mengharumkan nama sekolah dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler yang berlanjut dalam ajang perlombaan dan membawa pulang</p> | <p>memegang piala mengisyaratkan prestasi akademik maupun non akademik serta kontribusi terhadap nama baik sekolah. Tapi, prestasi juga mengisyaratkan adanya tekanan untuk selalu berhasil dan memenuhi</p> | | |

| | | | | | |
|-------------|--|--|---|--|--|
| | | piala untuk sekolah.” (N.SE.B130-139) | harapan orang lain. | | |
| V. Akademik |  | “Ini foto guru Al-Qur’an hadits saya. Saya sering bertanya pada beliau ketika saya tidak paham materi disekolah. Saya merasa sangat terbantu dengan dukungan dari beliau dan menjadikan saya semangat dalam belajar.” (A.SV.B25-39) | guru yang duduk di depan computer di ruang guru mengisyaratkan sebagai figure otoritas yang memberikan dukungan serta sebagai sumber informasi pengetahuan kepada siswanya. | | |
| V. Sosial |  | “Ini foto saya dengan teman saya. Saya merasa diterima dengan baik dalam pertemanan bersama teman-teman saya disekolah.” (S.SV.B57-60) | rangkulan hangat dan erat dari dua siswa mengisyaratkan persahabatan yang mendalam serta dukungan emosional. Hubungan ini terlihat eksklusif karena tidak melibatkan banyak orang, sehingga memiliki kualitas | | |

| | | | | | |
|-----------------|---|---|--|--|--|
| | | | dan kedalaman hubungan. | | |
| V. Emosional |  | <p>“Foto ini menggambarkan ketika saya sedang mengatasi perasaan negatif. Saya bisa membaca buku di teras kelas, di dalam kelas, maupun di perpustakaan. Tapi saya sering membaca buku di teras kelas sambil memandang ke lapangan sekolah. Sehingga perasaan negatif bisa diatasi dengan membaca dan melihat lapangan untuk merasakan ketenangan.” (E.SV.B70-80)</p> | <p>membaca buku di teras kelas dengan pemandangan lapangan yang luas melambangkan upaya untuk mencari ketenangan, kedamaian dan perspektif baru melalui pengetahuan. Tapi, membaca buku sendirian juga menandakan adanya kesulitan untuk berbagi perasaan dengan orang lain.</p> | | |

| | | | | | |
|----------------------------|--|--|--|--|--|
| <p>V. Nilai dan Budaya</p> |  | <p>“ini foto tata tertib di sekolah ini. Adanya tata tertib ini, diharapkan para siswa mematuhi aturan-aturan yang berlaku di sekolah ini. Agar proses belajar mengajar disekolah ini berjalan dengan baik.” (N.SV.B100-109)</p> | <p>tata tertib sekolah yang terpampang di dinding melambangkan aturan dan nilai-nilai yang harus diikuti oleh siswa. Juga dapat melambangkan sebagai symbol kontrol terhadap kebebasan antara nilai pribadi dan harapan sekolah.</p> | | |
| <p>W. Akademik</p> |  | <p>“Ini ijazah MTS saya. Saya merasa mampu dan berhasil dapat melewati proses pembelajaran di masa MTS. Sehingga saya bisa melanjutkan ke jenjang MA seperti saat ini. Saya bahagia dan bangga pada diri saya.” (A.SW.B28-35 & B37-39)</p> | <p>ijazah MTS mengisyaratkan kebanggaan dari pencapaian masa lalu. Tapi, ijazah MTS dapat diisyaratkan sebagai akhir dari sebuah perjalanan yang memunculkan pertanyaan apa yang akan terjadi selanjutnya. Karena ijazah</p> | | |

| | | | | | |
|-----------|---|--|---|--|--|
| | | | MTS ini melambangkan kebahagiaan dari masa lalu, juga kecemasan menghadapi masa depan. | | |
| W. Sosial |  | <p>“Foto ini saya ambil ketika saya sedang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler banjari. Dari mengikuti kegiatan banjari, saya dapat menemukan banyak teman dan dapat mengembangkan kemampuan saya dalam ekstrakurikuler banjari.” (S.SW.B58-65)</p> | siswa yang bermain darbuka di musholla melambangkan integrasi antara nilai-nilai agama dan kegiatan sosial. | | |

| | | | | | |
|---------------------|--|--|--|--|--|
| W. Emosional |  | <p>“Saya mengambil gambar ini karena momen seperti inilah yang membuat saya bahagia di sekolah. Kebersamaan bersama teman-teman dengan makan bersama senampan saat istirahat membuat saya nyaman di sekolah ini. Berasa tidak ada perbedaan diantara siswa-siswa yang lain.” (E.SW.B75-85)</p> | <p>makan bersama senampan mengisyaratkan kebersamaan, kesetaraan dan menghilangkan perbedaan. Tapi bisa juga mengisyaratkan adanya tekanan untuk selalu bahagia dan menyembunyikan masalah atau perasaan yang tidak diungkapkan.</p> | | |
| W. Nilai dan Budaya |  | <p>“Foto ini saya ambil di depan tulisan tata tertib dengan saya yang sedang menunjuk tulisan itu. Karena saya harus menjaga nama baik sekolah dengan aturan-aturan yang ada. Sehingga saya merasa ada tantangan tersendiri ketika sekolah</p> | <p>menunjuk tata tertib melambangkan kesadaran akan pentingnya menjaga nama baik sekolah, juga adanya tekanan untuk selalu berhati-hati dalam bertindak. Terutama sekolah ini</p> | | |

| | | | | | |
|--|--|---|---|--|--|
| | | <p>disini. Apalagi sekolah ini gabungan dari pondok pesantren. Jadi saya merasa harus lebih berhati-hati." (N.SW.B92-104)</p> | <p>memiliki latar belakang pondok pesantren, sehingga juga menavigasi antara nilai agama dan tuntutan kehidupan modern.</p> | | |
|--|--|---|---|--|--|

LAMPIRAN PROFESIONAL JUDGEMENT

1. Penilaian atas foto, hasil wawancara dan analisa peneliti

SUBYEK H

| Aspek | Foto vs Aspek | Alasan | Wwcr vs Aspek | Alasan | Analisis Peneliti | Alasan |
|------------------|---------------|---|---------------|--|-------------------|--|
| Akademik | S | Relevan dengan lingkungan belajar, tetapi simbol akademik tidak spesifik. | SS | Narasi menekankan sekolah sebagai tempat belajar & menambah wawasan. | S | Interpretasi warna & jarak masuk akal meski tidak muncul dari peserta. |
| Sosial | SS | Foto teman belajar adalah indikator langsung interaksi sosial. | SS | Narasi menekankan kebersamaan dan aktivitas bersama. | S | Analisis tepat; dinamika sosial lebih dalam belum tergali. |
| Emosional | S | Bunga/daun sebagai simbol emosional masih abstrak. | SS | Emosi positif (didukung, aman, bahagia) jelas disebut. | S | Analisis sesuai namun menambah makna “ keunikan ” yang tidak disebut peserta. |

| | | | | | | |
|---------------------|-----------|--|----------|--|----------|--|
| Nilai-Budaya | SS | Silat → simbol budaya yang sangat eksplisit. | S | Narasi fokus pengalaman menarik, bukan makna budaya. | S | Relevan; catatan tentang persaingan cenderung spekulatif. |
|---------------------|-----------|--|----------|--|----------|--|

SUBYEK E

| Aspek | Foto vs Aspek | Alasan | Wawancara vs Aspek | Alasan | Analisis Peneliti | Alasan |
|---------------------|---------------|---|--------------------|---|-------------------|---|
| Akademik | SS | Tumpukan buku = simbol langsung beban akademik. | SS | Narasi sangat kuat: kewalahan, tuntutan belajar. | SS | Analisis tepat, konsisten dengan narasi peserta. |
| Sosial | SS | Foto menyendiri → simbol isolasi sosial. | SS | Narasi jelas: sulit berteman, cenderung menyendiri. | SS | Analisis akurat & sejalan dengan makna peserta. |
| Emosional | SS | Daun kering → simbol kesedihan/emosi negatif yang kuat. | SS | Narasi eksplisit: sedih, stres, cemas. | SS | Analisis tepat tanpa menambahkan makna spekulatif. |
| Nilai-Budaya | S | Piala = prestasi, yang didapat dengan gabung ekstrakurikuler, ikuti lombanya dan menjadi juara. | S | Fokus kebanggaan diri, belum tergali pemaknaan terhadap aspek nilai atau budayanya. | S | Interpretasi tentang tekanan berprestasi valid, tapi hubungan ke nilai atau budaya lemah. |

SUBYEK V

| Aspek | Foto vs Aspek | Alasan | Wawancara vs Aspek | Alasan | Analisis Peneliti | Alasan |
|---------------------|----------------------|---|---------------------------|--|--------------------------|--|
| Akademik | SS | Foto guru jelas menunjukkan dukungan akademik. | SS | Narasi menekankan bantuan guru & motivasi. | S | Analisis tepat tapi kurang menggali kualitas hubungan. |
| Sosial | SS | Rangkulan adalah simbol kuat penerimaan sosial. | SS | Narasi jelas: diterima & dekat secara sosial. | SS | Analisis akurat, termasuk eksklusivitas relasi. |
| Emosional | S | Membaca buku adalah coping, tidak langsung emosional. | SS | Narasi kuat: menenangkan diri & mengelola emosi. | S | Analisis tepat, tapi menambahkan asumsi yang tidak muncul. |
| Nilai-Budaya | SS | Tata tertib adalah simbol nilai institusional. | S | Fokus pada kepatuhan, belum elaborasi nilai pribadi. | S | Relevan, namun catatan kontrol terhadap kebebasan spekulatif. |

SUBYEK W

| Aspek | Foto vs Aspek | Alasan | Wawancara vs Aspek | Alasan | Analisis Peneliti | Alasan |
|---------------------|---------------|---|--------------------|--|-------------------|---|
| Akademik | S | Ijazah = prestasi masa lalu, bukan kondisi akademik kini. | S | Narasi fokus pencapaian sebelumnya, bukan situasi akademik saat ini. | S | Tepat soal kebanggaan & kecemasan masa depan. |
| Sosial | SS | Ekskul banjari adaah aktivitas kelompok sosial. | SS | Narasi jelas: menemukan teman & berkembang. | S | Analisis akurat namun kurang menggali dinamika kelompok. |
| Emosional | SS | Makan bersama jelas mencerminkan kehangatan & kenyamanan emosional. | SS | Narasi eksplisit: bahagia, nyaman, setara. | S | Analisis tepat, namun catatan tekanan untuk bahagia agak spekulatif. |
| Nilai-Budaya | SS | Tata tertib dan pesantren adalah simbol nilai & budaya sangat kuat. | SS | Narasi jelas: menjaga nama baik, kehati-hatian. | S | Tepat, namun bagian navigasi nilai modern tidak muncul dari peserta. |

2. Rekomendasi Proses Konseling

I. INSTRUKSI RESMI PENGAMBILAN FOTO UNTUK KONSELING BERBASIS PHOTOVOICE

(Siap ditempel pada modul atau dibacakan dalam briefing siswa)

A. Tujuan Pengambilan Foto

Foto-foto ini akan digunakan dalam sesi konseling untuk:

- membantu kamu memahami diri sendiri,
- mengenali hal yang mendukung dan menghambat penyesuaian diri,
- serta menemukan langkah perubahan yang paling tepat untukmu.

Tidak ada jawaban benar atau salah. Yang penting adalah kejujuran dan makna pribadi di balik fotomu.

B. Jumlah dan Jenis Foto yang Harus Diambil

Kamu harus mengambil **8 foto**, terdiri dari:

Untuk setiap aspek (Akademik – Sosial – Emosional – Nilai/Budaya):

Foto Positif

→ hal yang membantu, menguatkan, mendukung, atau membuat kamu merasa lebih baik.

Foto Negatif

→ hal yang menghambat, memicu stres, membuat sulit, atau menjadi tantangan bagi dirimu.

1. Foto kekuatan/kenyamanan/hal yang membantu (ASEN positif).
2. Foto tantangan/pemicu stres/hal yang menyulitkan (ASEN negatif).

C. Panduan Pengambilan Foto

1) Akademik (A)

a. **Foto Positif:**

Sesuatu yang membuatmu semangat belajar, ruang belajar yang nyaman, guru yang mendukung, teman belajar, momen ketika kamu merasa mampu.

b. **Foto Negatif:**

Hal yang mengganggu belajarmu, beban tugas yang membuatmu stres, situasi kelas yang membuat tidak nyaman, gangguan konsentrasi.

2) Sosial (S)

a. **Foto Positif:**

Foto situasi atau teman yang kamu percaya, kelompok yang membuatmu merasa diterima, kegiatan bersama.

b. **Foto Negatif:**

Situasi ketika kamu merasa tersisih, tempat yang membuatmu enggan

berbaur, momen yang menggambarkan konflik atau ketidaknyamanan sosial.

3) Emosional (E)

- a. **Foto Positif:**
Hal yang membuatmu tenang, bahagia, merasa aman, atau bisa mengatur emosi.
- b. **Foto Negatif:**
Pemicu stres, tempat atau benda yang membuat kamu sedih/cemas/tertekan, kondisi yang menggambarkan perasaan berat.

4) Nilai & Budaya (N)

- a. **Foto Positif:**
Hal yang mencerminkan nilai moral/spiritual yang kamu pegang, kebiasaan baik, kegiatan yang sesuai dengan aturan pesantren/sekolah/keluarga.
- b. **Foto Negatif:**
Hal yang membuatmu bingung antara nilai pribadi vs tuntutan lingkungan, situasi yang membuatmu sulit menyesuaikan diri dengan norma yang ada.

D. Aturan Teknis

- a. Gunakan HP sendiri.
- b. Jangan memotret wajah orang lain tanpa izin.
- c. Foto boleh berupa benda, tempat, simbol, aktivitas (tidak harus manusia).
- d. Foto harus diambil oleh kamu sendiri.
- e. Tidak perlu estetik, yang penting **bermakna**.

E. Pertanyaan Reflektif yang Harus Siswa Jawab Setelah Mengambil Foto

(Boleh ditulis atau disampaikan saat konseling)

Untuk setiap foto:

- a. **Kenapa kamu mengambil foto ini?**
- b. **Apa yang foto ini wakili dalam hidupmu?**
- c. **Apa perasaanmu ketika melihat foto ini?**
- d. **Apa pengaruh hal dalam foto ini terhadap penyesuaian dirimu?**

F. Alur Sesi Konseling Menggunakan Photovoice

1. Pembukaan (5 menit)

Konselor menciptakan suasana aman.

Menjelaskan tujuan: "Kita akan memahami dirimu melalui foto-foto yang kamu pilih.

2. Eksplorasi Foto Negatif (A–S–E–N)

(20–30 menit)

Fokus pada: tantangan, hambatan, pemicu stres.

Konselor menggali:

- a. Apa yang terjadi?
- b. Bagaimana pengaruhnya pada hidupmu?
- c. Apa yang paling berat untukmu?
- d. Apa yang kamu inginkan berubah dari situasi ini?
- e. Apa yang kamu butuhkan?

3. Eksplorasi Foto Positif (A–S–E–N)

(20–30 menit)

Fokus pada: kekuatan, dukungan, coping, harapan.

Konselor menggali:

- a. Apa yang membuatmu kuat?
- b. Siapa saja pendukungmu?
- c. Apa cara kamu bertahan?
- d. Bagaimana kamu bisa mengembangkan ini?

4. Menjembatani Tantangan → Kekuatan

(15 menit)

Konselor membantu menyambungkan dua tipe foto:

“Dari foto negatif ini... apa satu hal kecil yang bisa kamu ubah?”

“Dari foto positif ini... apa yang bisa kamu gunakan sebagai kekuatan?”

“Apa yang ingin kamu pertahankan dan kembangkan ?”

5. Rencana Tindakan (10 menit)

Peserta menyebutkan 1–2 langkah kecil per aspek ASEN yang ingin dicoba minggu depan.

6. Penutup (5 menit)

Validasi usaha peserta & Jadwalkan sesi lanjutan 2 pekan yang akan datang, dengan memberi penugasan :

3. REKOMENDASI PERSIAPAN KONSELING LANJUTAN

Instruksi untuk Peserta

Periode: 14 hari (2 minggu).

Jumlah foto: 3–6 foto total (tidak perlu setiap hari; ambil ketika terasa bermakna).

Tugasmu:

Selama dua minggu ke depan, ambillah **3–6 foto bebas**.

“Foto bebas” artinya: kamu boleh memotret apa pun yang menurutmu mewakili **hal baik**, **semangat**, **harapan**, atau **kekuatan** yang ingin kamu bawa dalam proses memperbaiki diri. **Tidak harus estetik atau bagus**. Yang penting bermakna bagimu.

Foto bisa berupa:

- tempat yang membuatmu tenang,
- rutinitas kecil yang kamu coba perbaiki,
- benda yang menguatkanmu,
- momen kecil yang terasa positif,
- lingkungan yang memberi rasa aman,
- simbol tentang harapan atau impianmu.

Aturan Teknis:

- Ambil foto **tanpa wajah orang lain** yang terlihat jelas.
- Foto harus hasil jepretanmu sendiri.
- Simpan semua foto (total 3–6) untuk **dibawa pada sesi konseling kedua**.

Guiding Note (untuk jurnal pribadi, tidak wajib):

- Setiap kali selesai mengambil foto, kamu boleh mencatat singkat:
- *Kenapa aku mengambil foto ini?*
- *Apa makna foto ini untuk perbaikan diriku?*

4. REKOMENDASI SESI KONSELING LANJUTAN

Sesi Konseling Kedua: Alur, Tujuan, dan Teknik Konselor

Tujuan Sesi:

- Monitoring perubahan** selama 2 minggu menggunakan media foto.
- Menggali makna** di balik foto sebagai representasi kekuatan dan harapan.
- Menguatkan insight** peserta terkait aspek ASEN (Adaptasi, Sosial, Emosi, Nilai).
- Memberi umpan balik (feedback)** berbasis bukti visual dan narasi peserta.
- Membantu peserta menyusun langkah berikutnya** dalam perbaikan diri.

ALUR SESI KONSELING LANJUTAN

1. Warm-up & Check-in (5 menit)

“Bagaimana dua minggu ini berjalan?”

“Hal apa yang berjalan baik dari realisasi rencana-rencana aksi yang telah kamu tetapkan 2 pekan yang lalu?”

“Hal apa yang belum berjalan baik?”

“Misal kamu punya kesempatan mengulang proses realisasi, hal apa yang ingin kamu perbaiki?”

“Bagaimana kamu melihat dirimu saat ini setelah ikhtiar perbaikan diri pada aspek ASEN selama 2 pekan?”

“Siapa yang terdampak atas perubahan positif kamu ini?” atau “Apa dampak yang kamu rasakan pada dirimu sendiri? Adakah orang lain yang terdampak atas perubahanmu?”

Validasi dan akui setiap usaha kecil yang telah ia lakukan.

2. Foto Sharing (10–15 menit)

Siswa menunjukkan 2–3 foto paling bermakna.

Pertanyaan eksplorasi:

“Bagaimana foto ini terjadi?”

“Apa yang kamu rasakan saat mengambilnya?”

“Kenapa foto ini penting bagimu?”

3. Proses Makna & Identitas (15–20 menit)

Tujuan:

- Hubungkan foto dengan perubahan diri.
- Eksplor kekuatan (strengths spotting).
- Temukan nilai diri yang muncul.

Pertanyaan:

“Jika foto ini bicara tentang dirimu, apa yang ia katakan?”

“Kekuatan apa yang kamu lihat di sini?”

“Dengan kamu sudah lakukan perbaikan diri selama 2 pekan, apa yang ingin kamu katakan pada diri sendiri?”

4. Monitoring & Feedback (10–15 menit)

Konselor memberi feedback berdasarkan foto:

- pola adaptasi,
- peningkatan regulasi emosi,
- perubahan hubungan sosial,
- konsistensi dengan nilai.

Gunakan format:

Apa yang sudah berkembang dan yang masih perlu latihan serta langkah kecil berikutnya.

Atau gunakan pendekatan : Ketika (ambil dari ceritanya mengenai pengalaman perbaikan diri) terlihat kamu mampu.... (situasi dan proses). Hal itu menjadikan kamu berhasil...(baru sampaikan hasil).

Hal yang perlu kamu tingkatkan...

“Terima kasih, Ibu menghargai usahamu selama ini.”

5. Rencana Lanjutan (10 menit)

Gunakan coaching approach:

“Dari semua foto ini, kekuatan apa yang kamu ingin gunakan minggu ini?”

“Apa 1 hal kecil yang ingin kamu coba?”

“Siapa yang bisa mendukungmu?”

6. Penutup (3–5 menit)

Validasi akhir: “Perubahan kecil pun tetap perubahan.”

Ajak siswa menyimpan foto sebagai pengingat diri.

Catatan untuk Peneliti tentang alasan mengambil 2 foto :

| | |
|----|--|
| 1 | <p>Konseling perlu gambaran utuh: faktor pelindung & faktor risiko.</p> <p>a. Foto positif : menunjukkan kekuatan, harapan, pendukung, coping.</p> <p>b. Foto negatif : menunjukkan tantangan, pemicu stres, area yang perlu intervensi.</p> <p>Tanpa salah satu, konselor tidak dapat membuat formulasi masalah yang lengkap.</p> |
| 2. | <p>Remaja sering bias (hanya fokus ke satu sisi).</p> <p>a. Kalau mereka hanya memotret yang negatif → sesi akan berat dan bisa memicu hopelessness.</p> <p>b. Kalau hanya memotret yang positif → masalah sebenarnya tidak terangkat.</p> <p>Memberi dua jenis foto = membuat narasi diri yang seimbang & realistis.</p> |
| 3. | <p>Dua jenis foto membantu konselor menyusun jembatan perubahan. Konseling akan bekerja dengan pola: Dari foto “tantangan” → menuju foto “kekuatan” → merumuskan langkah perubahan. Kalau hanya tantangan, maka tidak ada jembatan untuk keluar. Bila hanya kekuatan maka tidak tahu apa yang menghambat.</p> |
| 4. | <p>Secara metodologis, photovoice modern memang mengharuskan capture dua sisi pengalaman.</p> <p>Dalam pendekatan “therapeutic photovoice”, peserta diarahkan untuk:</p> <p>a. Foto hal yang membuat mereka struggle</p> <p>b. Foto hal yang membuat mereka bertahan/tenang/berfungsi.</p> |