KONSEP DIRI MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM BERADAPTASI DI IAIN BUKITTINGGI

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Sidang Munaqsyah Pada Program Studi Pendidikan Bimbingan dan Konseling



Oleh :

INDAH RAHMI UTAMI

NIM 2614.217

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN (FTIK)

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BUKITTINGGI

2019 M / 1439 H

REGULASI DIRI PESERTA DIDIK SETELAH MENGIKUTI LAYANAN KONSELING INDIVIDUAL DI MTsN TANJUNG RAYA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Sidang Munaqsyah Pada Program Studi Bimbingan dan Konseling

Mulva Oktavia

2614.217

Pembimbing 1	Pembimbing II
Dr. Syafwan Rozi, M.Ag	**Alfi Rahmi, M.Pd**
Nip. 19771008 200501 1 008	**Nip. 19790723 200604 2 002**

PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS TARBIYAH DAN ILMU KEGURUAN (FTIK)

INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI BUKITTINGGI

2019 M / 1439 H

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Pembimbing penulisan skripsi atas nama **INDAH RAHMI UTAMI (2614.083)** dengan judul skripsi**"KONSEP DIRI MAHASISWA BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM BERADAPTASI DI IAIN"** memandang bahwa skripsi yang telah bersangkutan telah diperiksa dan memenuhi persyaratan ilmiah dan disetujui untuk di Sidang Munaqasyah pada Prodi Bimbingan Dan Konseling Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi.

Bukittinggi, 2019

Pembimbing 1	Pembimbing II
Alfi Rahmi, M.Pd	**Jasmienti M.Pd**
NIP. 19790723 200604 2 002	**NIP. 197504012009122001**

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama	: Indah Rahmi Utami
NIM	: 2614.083
Tempat/tanggal lahir	: Bukittinggi/ 20 Januari 1995
Jurusan	: Bimbingan dan Konseling
Judul Skripsi	: Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi

Menyatakan dengan ini, sesungguhnya bahwa karya ilmiah (skripsi) saya dengan judul di atas adalah benar asli karya peneliti. Apabila kemudian hari terbukti bahwa skripsi ini bukan karya sendiri, maka saya bersedia diproses sesuai hukum yang berlaku dan gelar kesarjanaan peneliti dicopot hingga batas waktu yang tidak ditentukan.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bukittinggi, Maret 2019

Yang menyatakan

Indah Rahmi Utami

NIM. 2614.083

KATA PENGANTAR



Segala puji dan syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan taufik dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul: **"Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Dalam Beradaptasi di IAIN Bukittinggi"**. Shalawat dan salam peneliti ucapkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah berjuang membawa manusia dari alam jahiliyah dan kebodohan menuju alam islamiah dan ilmiah seperti sekarang.

Peneliti menyadari bahwa dari awal sampai akhir penulisan skripsi tidak sedikit kendala dan kesulitan yang dihadapi, namun berkat petunjuk, bimbingan dan arahan serta bantuan dari berbagai pihak akhirnya semua teratasi. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada Ayahanda Edison tercinta yang selalu mendoakan untuk kesuksesan ananda, Ibunda Yosefa tercinta yang selalu memberi doa, nasehat, dorongan dan motivasi dalam mewujudkan cita-cita ananda. Untuk para sahabat dan rekan-rekan mahasiswa bimbingan dan konseling BP. 2014 IAIN Bukitinggi serta pihak-pihak yang telah membantu peneliti yang tidak dapat disebutkan satu-satu yang telah banyak memberikan kritikan, motivasi dan saran dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Dr. Ridha Ahida, M. Hum selaku Rektor IAIN Bukittinggi beserta Bapak/Ibu Wakil Rektor IAIN Bukittinggi.
2. Bapak Dr. H. Nunu Burhanuddin, Lc, M.Ag selaku Dekan Fakultas Tarbiyah IAIN Bukittinggi, beserta Bapak Wakil Dekan IAIN Bukittinggi.
3. Ibu Alfi Rahmi, M.Pd, selaku ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling.
4. Ibu Alfi Rahmi, M.Pd, M.Pd selaku pembimbing I dan Ibu Jasmienti M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dodi Pasila Putra M.Pd selaku Dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan arahan dan nasehat-nasehat setiap kali peneliti berkonsultasi atas berbagai masalah.

6. Bapak dan Ibu dosen serta karyawan/i IAIN Bukittinggi yang telah membekali penulis dengan berbagai ilmu pengetahuan di IAIN Bukittinggi.
7. Pimpinan serta karyawan/i perpustakaan IAIN Bukittinggi yang telah menyediakan fasilitas kepada penulis untuk mengadakan studi kepustakaan.

Terhadap semua pihak yang telah memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis berdo'a Kepada Allah SWT, semoga semua jasa dan kebaikan yang ada dibalas dengan pahala.

Bukittinggi, 2019

Penulis

Indah Rahmi Utami

2614.083

ABSTRAK

Skripsi atas nama **Indah Rahmi Utami**, Nim **2614.083**, dengan judul **"Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi"**. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi.

Penelitian ini dilatar belakangi adanya mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi yang kurang baik dalam beradaptasi di lingkungan kampus, terlihat bahwa mahasiswa bimbingan dan konseling IAIN Bukittinggi yang merasa tidak di senangi orang lain, adanya mahasiswa yang terlalu peka terhadap orang lain, adanya mahasiswa yang tidak perduli dengan perkuliahan, adanya mahasiswa yang memiliki bakat yang tidak tersalurkan, dan adanya mahasiswa yang takut dalam memberikan pendapat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana konsep diri mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif dengan menggambarkan, memaparkan dan menafsirkan kejadian-kejadian sesuai dengan fakta yang diperoleh yang hasilnya berupa angka-angka. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi yang berjumlah 103 orang. Sampel penelitian ini adalah 52 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *Systematic Sampling* . Data dikumpulkan menggunakan instrumen angket dengan jenis skala *likert*. Teknik analisis data menggunakan menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) Versi 22.

Hasil penelitian diperoleh bahwa persentase untuk keseluruhan konsep diri mahasiswa bimbingan dan konseling adalah sebesar 64,4 % yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Konsep Diri Akademik sebesar 60,3% yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Penampilan Diri diri sebesar 67,9% yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Konsep Diri Sosial 65,2% yang tergolong pada kategori Cukup Baik,. Dapat disimpulkan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi memiliki Konsep Diri dengan jumlah persentase tertinggi 67,9% pada indikator Penampilan Diri dengan kategori Cukup Baik

Kata Kunci: ***Konsep Diri, Adaptasi.***

ABSTRAK

Skripsi atas nama **Indah Rahmi Utami**, Nim **2614.083**, dengan judul **"Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi"**. Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Bukittinggi.

Penelitian ini dilatar belakangi adanya mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi yang kurang baik dalam beradaptasi di lingkungan kampus, terlihat bahwa mahasiswa bimbingan dan konseling IAIN Bukittinggi yang merasa tidak di senangi orang lain, adanya mahasiswa yang terlalu peka terhadap orang lain, adanya mahasiswa yang tidak perduli dengan perkuliahan, adanya mahasiswa yang memiliki bakat yang tidak tersalurkan, dan adanya mahasiswa yang takut dalam memberikan pendapat. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana konsep diri mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian kuantitatif yang bersifat deskriptif dengan menggambarkan, memaparkan dan menafsirkan kejadian-kejadian sesuai dengan fakta yang diperoleh yang hasilnya berupa angka-angka. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi yang berjumlah 103 orang. Sampel penelitian ini adalah 52 orang yang diambil dengan menggunakan teknik *Systematic Sampling* . Data dikumpulkan menggunakan instrumen angket dengan jenis skala *likert*. Teknik analisis data menggunakan menggunakan *Statistical Product and Service Solution* (SPSS) Versi 22.

Hasil penelitian diperoleh bahwa persentase untuk keseluruhan konsep diri mahasiswa bimbingan dan konseling adalah sebesar 64,4 % yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Konsep Diri Akademik sebesar 60,3% yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Penampilan Diri diri sebesar 67,9% yang tergolong pada kategori Cukup Baik, persentase untuk Konsep Diri Sosial 65,2% yang tergolong pada kategori Cukup Baik,. Dapat disimpulkan mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi memiliki Konsep Diri dengan jumlah persentase tertinggi 67,9% pada indikator Penampilan Diri dengan kategori Cukup Baik

Kata Kunci: ***Konsep Diri, Mahasiswa BK, Adaptasi.***

DAFTAR ISI

COVER

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENGESAHAN TIM PENGUJI

SURAT PERNYATAAN

HALAMAN PERSEMBAHAN

KATA PENGANTAR

ABSTRAK

DAFTAR TABEL

DAFTAR LAMPIRAN

DAFTAR ISI

BAB I: PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah 1

B. Identifikasi Masalah 8

C. Batasan Masalah 9

D. Rumusan Masalah 9

E. Tujuan Penelitian..... 9

F. Manfaat penelitian……..……...10

G. Penjelasan Judul……10

H. Sistematika Penulisan.....11

BAB II: LANDASAN TEORI

A. Konsep Diri. 13

1. Pengertian konsep Diri……....13
2. Terbentuknya Konsep Diri.....……..16
3. Faktor-faktor yang mempengaruhi Konsep Diri…….21
4. Aspek Konsep Diri…..……23

5. Jenis Konsep Diri….....……..……..24

B. Adaptasi / Penyesuaian Diri…...……...27

1. Pengertian adaptasi / Penyesuaian diri.....……...27

2. Karakteristik Adaptasi / Penyesuaian Diri……..……..30

3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Adaptasi/Penyesuaian Diri...35

4. Aspek-aspek Adaptasi / Penyesuaian Diri…….....41

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian ..... .48

B. Lokasi Penelitian……49

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi……49

2. Sampel……..51

D. Validitas Instrument 52

E. Teknik Pengumpulan Data…….54

F. Teknik Pengolahan Data……57

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian…….....……..59

B. Pembahasan…….……75

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan……..……....78

B. Saran…….……...90

DAFTAR KEPUSTAKAAN

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1 : Populasi mahaiswa 50
Tabel 3.2 : Sampel 51
Tabel 3.3 : Keterangan dan Tidak Valid Angket 54
Tabel 3.4 : Skor Skala Likert 56
Tabel 3.5 : Kriteria Analisis Kecendrungan Variabel 58
Tabel 4.1 : Rekapitulasi Konsep Diri 59
Tabel 4.2 : Sekolah Dan Pekerjaan Sekolah 61
Tabel 4.3 : Status Intelektual 64
Tabel 4.4 : Bakat Khusus 66
Tabel 4.5 : Kesehatan dan Kondisi Fisik 70
Tabel 4.6 : Ciri Kepribadian 73
Tabel 4.7 : Karakter Fisik 75
Tabel 4.8 : Cara Berpakaian 77
Tabel 4.9 : Rumah dan Hubungan Keluarga 80
Tabel 4.10 : Sikap dan Hubungan Sosial Dengan Teman Sebaya 84

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I	: Surat permohonan izin penelitian
Lampiran II	: SK Pembimbing
Lampiran III	: Lembar validasi angket
Lampiran IV	: Kisi-kisi instrument angket (Sebelum uji coba)
Lampiran V	: Angket penelitian (Sebelum uji coba)
Lampiran VI	: Hasil uji coba angket penelitian
Lampiran VII	: Kisi-kisi instrumen angket (Setelah uji coba)
Lampiran VIII	: Angket penelitian (Setelah uji coba)
Lampiran IX	: Rekapitulasi skor uji coba angket
Lampiran X	: Rekapitulasi skor angket penelitian

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia adalah makhluk ciptaan Allah Tuhan Yang Maha Esa dengan struktur dan fungsi yang sangat sempurna dibandingkan makhluk lainnya. Manusia dianugerahkan akal dan fikiran yang dapat melihat kejadian di sekitarnya dan dapat menyesuaikan dirinya dengan keadaaan lingkungannya tersebut. Manusia juga memiliki persepsi sendiri dalam menghadapi lingkungannya dan menyesuaikannya dengan konsep diri yang ia miliki.

Konsep diri merupakan bagian penting dalam perkembangan kepribadian. Seperti dikemukakan oleh Rogers dalam Hall & Lindzey bahwa konsep kepribadian yang paling utama adalah diri. Diri (Self) berisi ide-ide, persepsi-persepsi dan nilai-nilai yang mencakup kesadaran tentang diri sendiri. Konsep diri merupakan representasi diri yang mencakup identitas diri yakni karakteristik personal, pengalaman, peran, dan status sosial.[1]

Konsep diri seseorang dapat terbentuk karena adanya angapan seseorang tentang dirinya sendiri yang awalnya berasal dari tingkah laku sendiri dan tingkah laku yang didapatkan dari orang lain. Dengan adanya konsep diri seseorang dapat memahami dirinya sendiri dan dapat memenuhi keinginan yang ada dalam diri.

Secara umum konsep diri dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif yang merupakan

[1] Syamsul Bachri Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*, (Kencana: Prenada Media Grup 2010) , h 121

perasaan harga diri yang positif, penghargaan diri yang positif dan penerimaan diri yang positif. Sedangkan konsep diri yang negatif merupakan rendah diri, membenci dan tiadanya perasaan yang menghargai pribadi dan penerimaam diri.

Konsep diri yang positif akan memungkinkan seseorang untuk bisa bertahan menghadapi masalah yang mungkin saja muncul. Selain itu membawa dampak positif pula pada orang di sekitarnya. Sebaliknya konsep diri negatif itu akan mempengaruhi baik itu hubungan interpersonal maupun fungsi mental lainnya.[2]

Allah berfirman dalam surat Ali imran ayat 139 :

وَلَا تَهِنُواْ وَلَا تَحۡزَنُواْ وَأَنتُمُ ٱلۡأَعۡلَوۡنَ إِن كُنتُم مُّؤۡمِنِينَ ١٣٩

Artinya : "*Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, Padahal kamulah orang-orang yang paling Tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman."*

Ayat diatas menjelaskan bahwa seseorang harus yakin terhadap dirinya dan segala potensi yang ada dalam dirinya. Dari ayat ini dapat dikatakankan bahwa seseorang harus memiliki konsep diri yang baik dan selalu positif terhadap diri sendiri.

Sedangkan konsep diri yang negatif apabila pengetahuan mengenai dirinya sendiri sedikit. Konsep diri yang negatif adalah banyaknya penilaian diri yang negatif dengan sedikitnya penilaian diri positif. Seseorang yang memiliki konsep diri yang negatif diyakini menilai dirinya sebagai orang yang

[2] Rahmat.J , *Psikologi Komunikasi Remaja* (Bandung, Rosdakarya 2007), hlm. 103

lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai, dan kehilangan daya tarik dalam hidup. Dapat diartikan konsep diri negatif adalah bagaimana seseorang kurang mengetahui dan kurang menerima dirinya sendiri.

Konsep diri adalah kepercayaan tentang diri. Konsep diri adalah kepercayaan yang menjadi landasan hidup karena membentuk gambaran mental mengenai diri, potret kelemahan dan kekuatan, kecakapan, perasaan diri berharga, dan bagaimana kita berinteraksi dengan dunia didalam dan dilura diri.[3] Konsep diri berkaitan eret dengan lingkungan sekitar, karena seseorang tidak terlepas dari hubungan dengan lingkungan. Dimanapun seseorang berada atau pun menetap disana akan ada interaksi dengan lingkungan.

Manusia menghadapi lingkungan yang berbeda- beda dengan yang pernah dialami sebelumnya. Tidak jarang seseorang mengalami proses *cultur shock* dalam menghadapi lingkungan yang berbeda dengan lingkungan yang sebelumnnya. *cultur shock* adalah tuntutan penyesuaian yang dialami individu pada level kognitif, perilaku, emosioanal, sosial, dan pisiologis ketika seseorang ditempatkan di budaya yang berbeda. Ketika pertama kali mereka berinteraksi di lingkungan yang berbeda tersebut, biasanya seorang individu akan merasa aneh dan berbeda dengan yang lainnya .

Proses ini umum terjadi ketika seorang beralih dari keadaan dimana ia sudah terbiasa (*familiar setting*) kedalam yang asing baginya (*unfamiliat setting).* ketidaksamaan sosial (*social sratification*) juga umumnya berpengaruh

[3] Adi W. Gunawan, *The Secret Of Mind*, (jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama 2007), h, 84

terhadap penyesuaian dalam lingkungan.[4] contoh seorang mahasiswa pendatang baru yang masuk dalam lingkungan akademis baru pasti akan menghadapi *cultur shock* karena budaya yang dimilikinya berbeda, seperti perbedaan cara belajar, cara berkomunikasi, cara berinteraksi, dan penggunaan bahasa yang dianggap selalu menjadi masalah bagi para pendatang baru .

Untuk menghadapi lingkungan yang berbeda tersebut, individu melakukan usaha adaptasi / penyesuaian diri. Adaptasi / Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan suatu perubahan yang dialami seseorang untuk mencapai suatu hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan lingkungan di sekitarnya.[5]

Etika menghadapi lingkungan seseorang harus cerdik dalam menyesuaiakan kepribadian, disini seseorang dituntut untuk menjadi kepribadian yang mudah menyesuaikan diri atau orang-orang yang memandang hidup ini sebagai perayaan yang setiap harinya sebagai pesta berpindah-pindah.[6] Sebagai contoh seorang yang biasanya berada di daerah yang terpenci yang biasanya masih kental dengan budaya dan penuh dengan sopan santun pada setiap masyarakat dan tidak tau akan teknologi dan pengetahuan modern dan dengan pergaulan jauh dengan kata modern berpindah ke daerah yang lebih modern. seseorang tersebut harus mampu untuk menyesuaikan diri

[4] Silfia handani &Susi Ratna Sari *Ilmu Sosial Budaya Dasar* (lima kaum Batu Sangkar suci percetakan & photocopy centre 2016) hlm. 51

[5] Sunarto, dan Hartono,. *Perkembangan Perserta Didik*. (Jakarta: Rineka Cipta 2002).hlm 222

[6] Sjarkawi, *Pembentukan Kepribadian Anak*.(Jakarta PT Bumi Aksara 2009) h.13

dengan keadaan lingkungan tersebut, ia harus mampu menguasai cara beradaptasi di lingkungan baru tersebut dan mampu mempergunakan teknologi yang di pergunakan di daerah tersebut karna jika ia tersebut tidak dapat menggunakan teknologi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tersebut maka ia bisa sangat susah untuk melakukan komunikasi maka nantinya akan berdanpak pada adaptasi seseorang tersebut, dia akan di cap tidak modern dan bisa di kucilkan.

Seseorang mahasiswa biasanya mengalami banyak perubahan di tahun pertama perkuliaahannya. Hal ini terkait dengan penyesuaian yang merupakan masalah berat yang harus dihadapi individu ketika memasuki dunia perkuliah. Bukan tidak mungkin seorang individu harus mengubah wataknya (keseluruhan) kemungkinan-kemungkinan bereaksi secara emosional dan vilisional seseorang, yang terbentuk selama hidupnnya oleh unsur-unsur dari dalam dan unsur-unsur dari luar.[7] untuk memyesuaikan atau beradaptasi diri dengan lingkungan barunnya.

Mahasiswa saling melakukan proses adaptasi karena lingkungan di Universitas tertentu berbeda dengan lingkungan (SMA) Sekolah Menengah Atas. Namun, tidak semua orang memiliki kemampuan adaptasi yang sama. Ada orang yang bisa beradaptasi dengan mudah dan ada yang sulit sekali beradaptasi dengan lingkungannya. Perbedaan kemapuan adaptasi ini tentu menjadi masalah, baik bagi mahasiswa yang kesulitan beradaptasi maupun bagi lingkungnnya. Mahasiswa yang kesulitan beradaptasi dapat mengalami

[7] Sumadi Suryabrata, psikologi kepribadiian (jakarta PT RAJAGRAFINDO PERSADA 2011) h.21

gangguan dalam berinteraksi di lingkungannya (baik dengan dosen, senior, atau pun teman), gangguan cara belajar yang bisa menyebabkan terhambatnya proses akademis (baik untuk dirinya sendiri maupun dalam pengerjaan tugas kelompok dengan teman), dan krisis identitas .

Awal memasuki perkuliahan merupakan masa-masa kritis bagi kehidupan mahasiswa. Masa tersebut merupakan masa transisi dan penyesuaian terhadap tuntutan sosial dan akademis Universitas, masa-masa dengan kemungkinan besar untuk melakukan perubahan pembelajaran lebih lanjut, kehidupan tahun pertama menjadi suatu penelitian yang menarik untuk diteliti, terutama mengenai kesuksesan, tahun pertama manusia serta mengenai aspek sosial kemampuan adaptasi mahasisiwa tahun pertama.

Pengetahun yang memadai mengenai masa transisi yang dialami mahasiswa tahun pertama di Universitas akan memudahkan lingkungan sekitar mahasiswa tersebut seperti orangtua, dosen, dan senior, untuk membantu mahasiswa tersebut melewati masa transisi dengan sukses. Lingkungan di sekitar mahasiswa baru perlu memberi perhatian lebih pada masa transisi mahasiswa karena pada masa transisi ini, mahasiswa baru menemui perbedaan lingkungan yang cukup signifikan dari masa SMA.

Dalam lingkungan sosial dituntut untuk adanya adaptasi. Adaptasi sangat diperlukan agar tercipta suasana yang menyenangkan dan rasa nyaman dalam sebuah lingkungan, terutama apabila individu akan tinggal dalam jangka waktu yang lama dalam lingkungan tersebut. Sama halnya dengan lingkungan perguruan tinggi yang baru pertama kali dihadapi mahasiswa baru. Mahasiswa

baru yang memasuki jenjang pendidikan ini dihadapkan pada perbedaan proses belajar dan mengajar yang terjadi ketika mereka bersekolah di SMA dengan proses belajar dan mengajar di kampus yang cenderung lebih menuntut kemandirian dari mahasiswa.

Perbedaan proses belajar dan mengajar tidak hanya menjadi satu-satunya hal yang harus dihadapi seorang mahasiswa baru. Bagi mahasiswa baru yang berasal dari luar kota tempat perguruan tinggi berada, mereka diharuskan menghadapi situasi yang sama sekali tidak dikenalnya. Mahasiswa baru harus menghadapi suasana baru dengan sedikit teman yang mereka miliki atau bahkan sama sekali tanpa teman yang berasal dari sekolah yang sama dengan mereka. Kondisi tersebut tidak jarang menimbulkan beberapa permasalahan pada mahasiswa baru, seperti kesulitan dalam bergaul dengan orang-orang di sekitarnya

Budaya dan lingkungan sekolah menengah atas masih sama dengan sekolah dasar dan berbeda dengan lingkungan universitas. Hal ini menjadi suatu masalah bagi para mahasiswa tahun pertama karena mereka mengalami perubahan yang cukup drastis.

Berdasarkan hasil observasi penulis, pada tanggal 02 Desember 2018 dengan beberapa mehasiswa terlihat bahwa beberapa mahasiswa yang berada di lingkungan kampus IAIN Bukittinggi angkatan tahun 2018/2019 memiliki konsep diri negatif , diantaranya merasa perkuliahan yang dijalani tidak penting, malas dalam mengerjakan tugas kuliah, tidak percaya diri terhadap kemampuan, merasa tidak disenangi dilingkungan perkuliahan, memiliki pola

pikir yang rendah, merasa jadi bahan pembicaraan buruk oleh orang lain, memiliki fisik yang tidak memuaskan, merasa bakatnya tidak tersalurkan, dan memiliki hubungan sosial yang kurang baik dengan lingkungan dan keluarga.

Berdasarkan kondisi yang ada, penulis ingin meneliti bagaimana konsep diri yang dimiliki mahasiswa IAIN Bukittinggi, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang "**Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi**".

B. Identifikasi Masalah

berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat di identifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Teridentifikasi adanya konsep diri negatif mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 seperti merasa tidak di senangi orang lain .
2. Teridentifikasi adanya mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 yang terlalu peka terhadap kritikan orang lain.
3. Teridentifikasi adanya mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 yang tidak peduli terhadap perkuliahan..
4. Teridentifikasi mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 yang memiliki bakat namun tidak tersalurkan karena terganggu oleh perkuliahannya.
5. Teridentifikasi mahasiswa bimbingan dan konseling angkatan 2018/2019 malas mengeluarkan pendapat yang dimiliki dan lebih memilih untuk diam.

C. Batasan Masalah

Setelah mengidentifikasi masalah, untuk lebih tajam dan dalamnya penelitian ini maka penulis memberi batasan pada : Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan Tahun 2018/2019 Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang dan batasan masalah, maka penulis memberi rumusan masalah: Gambaran konsep diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018/2019 Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukittinggi ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pada rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Konsep diri Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2018/2019 Dalam Beradaptasi Di IAIN Bukitinggi.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapan memiliki manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

   Untuk memberikan sumbangan pemikiran bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya memahami perlunya beradapasi di dalam lingkungan baru.

2. Manfaat Praktis

   a. Untuk mengetahui gambaran konsep diri mahasiswa bimbingan dan konseling dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi

b. Penelitian ini dapat bermanfaat sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya yang berminat meneneliti permasalahan yang terkait dengan penelitian ini.

G. Penjelasan Judul

Agar tidak terjadi kesalahan pahaman dalam mamahami istilah-istilah yang terdapat dalam judul ini, maka penulis memberikan penjelasan judul sebagai berikut:

Konsep Diri : Konsep adalah semua nilai, sikap, dan keyakinan terhadap diri sendiri dalam berhubungan dengan lingkungan dan merupakan panduan diri sejumlah persepsi diri yang mempengaruhi dan bahkan menentukan persepsi dan tingkah laku.[8]

Mahasiswa bimbigan dan konseling: Merupakan status yang disandang oleh mahasiswa yang mengampu perkuliahan jurusan bimbingan dan konseling

Beradaptasi : Proses dimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan suatu perubahan yang dialami seseorang untuk mencapai

[8] Rifa Hidayah. Psikologi Pengasuhan Anak 2009, UIN Malang Press .H. 70

suatu hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya.[9].

IAIN Bukittinggi : IAIN Bikittinggi adalah salah satu institut agama islam yang berada di daerah bukittinggi.

Jadi maksud dari judul penelitian ini adalah melihat gambaran konsep diri seorang mahasisiwa bimbingan dan konseling dalam menyesuaikan diri di dalam lingkungan kampus IAIN Bukittinggi.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan proposal ini di bagi dalam lima bab yang mana kelima bab tersebut akan membahas bagian tertentu yaitu:

BAB I pendahuluan, berisi tentang latar belakang masalah , batasan masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, penjelasan judul dan sistematika penulisan.

BAB II Landasan teori, berisi tentang pembahasan secara teoritis yaitu pengertian konsep diri, jenis konsep diri, faktor yang mempengaruhi konsep diri, dimensi konsep diri, pengertian adaptasi, bentuk adaptasi, faktor-faktor yang mempengaruhi adaptasi, karakteristik adaptasi, dan karakteristik adaptasi.

BAB III Metode penelitian, terdapat pembahasan tentang jenis penelitian, teknik pengambilan data dan teknik analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian, bab ini berisikan hasil penelitian yang memuat tentang deskripsi hasil penelitian di lapangan.

[9]Nova anisa. Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. Vol 1 No 1 (juni 2012). Hal. 58

BAB V Penutup, bab penutup dari keseluruhan pembahasan yang terdiri dari kesimpulan dan saran.

BAB II
LANDASAN TEORI

A. Konsep Diri

1. Pengertian Konsep Diri

Konsep dalam kamus Bahasa Indonesia diartikan sebagai gambaran mental dari objek, proses atau apun yang berada di luar bahasa, yang digunakan oleh akal budi untuk memahami hal-hal lain. Dan *The Self* (Diri) berarti meliputi semua penghayatan, anggapan, sikap dan perasaan-perasaaan baik yang disadari maupun yang tidak disadar, yang ada pada seseorang tentang dirinya itu sendiri[10]

Konsep diri dapat di definisikan secara umum sebagai keyakinan, pandangan atau penilaian seorang individu terhadap dirinya. Konsep diri merupakan semua perasaan dan pemikiran seseorang mengenai dirinya sendiri meliputi kemampuan, karakter diri, sikap tujuan hidup, kebutuhan da penampilan diri.[11]

Dari penjelasan diatas dapat kita pahami bahwa konsep diri adalah bagaimana seseorang dapat melihat dan menilai dirinya sendiri sampaimana batas kemampuan yang ia miliki, kebutuhan apa yang dia perlukan, sikap yang ia lakukan dan tujuan hidup yang seperti apa yang akan ia terapkan semua tergantung pada dirinya sendiri dan faktor apa saja yang mempengaruhi seseorang tersebut

Mengacu pada teori psikologi menjelaskan bahwa konsep diri adalah pandangan dan sikap individu terhadap diri sendiri. Pandangan diri

[10] Pusat Bahasa Departemen Pendidikan, kamus Besar Bahasa Indonesia. (Jakarta: Balai Pustaka 2007) cet ke-3, h. 588,267

[11] Nina W syam, *Psikologi Sosial,* (Bandung : Simbiosa Rekatama Media, 2012) hlm.55

terkait dengan dimensi fisik, karakteristik individual, dan motivasi diri. Pandangan diri tidak hanya meliputi kekuatan-kekuatan individual, tetapi juga kelemahan dan bahkan kegagalan dirinya. Konsep diri adalah kepribadian individu. Inti dari kepribadian menentukan dan mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku individu.[12]

Menurut para ahli yang dikemukakan oleh Syamsul Bachtiar Thalib sebagai berikut :

Menurut Rogers, menyebutkan bahwa kepribadian adalah yang paling utama dalam diri. Diri (*self*) berisi ide-ide, persepsi-persepsi dan nilai-nilai yang mencakup kesadaran tentang diri sendiri. Kosep diri merupakan *representasi* diri yang mencakup identitas diri yakni karakter personal, pengalaman, peran dan status sosial. Menurut greenwald, konsep diri merupakan suatu organisasi dinamis didefinisikan sebagai skema kognitif (pandangan tentang diri sendiri) yang mencakup sifat-sifat seperti karakter fisik, nilai-nilai, kepercayaan diri, harga diri, peristiwa-peristiwa atau lintgkingan sekitar (evaluasi diri global).[13]

Menurut Burns konsep diri adalah suatu gambaran campuran dari apa yang kita pikirkan orang lain berpendapat tentang kita dan seperti apa diri kita yang kita inginkan. Konsep diri adalah pandangan individu mengenai siapa diri individu, dan itu bisa di peroleh lewat informasi yang

[12] Pustaka familia, *konsep diri positif*, (yogyakarta : kansius,2006), hlm 32

[13] Syamsul Bachtiar Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis empiris* (Jakarta, kencana : Prenada Media Grup 2010),h 121

diberikan orang lain pada diri individu.[14] Pendapat tersebut dapat diartikan bahwa konsep diri yang dimiliki individu dapat diketahui lewat informasi, pendapat, penilaian dan evaluasi dari orang lain mengenai dirinnya. Individu akan mengetahui dirinya cantik, baik, pandai, atau bahkan mengetahui orang lain menilai dirinya negatif, jika ada informasi dari orang mengenai dirinya, sebaliknya individu tidak tau bagaimana dirinya dihadapan orang lain tanpa ada informasi atau masukan dari lingkungan

Sedangkan menurut Hurlock konsep diri merupakan pengertian dan harapan seseorang mengenai bagaimana dirinya yang dicita-citakan dan bagaimana dirinya dalam realita yang sesungguhnya, baik secara fisik maupun psikologinya. Konsep diri seseorang berkaitan dengan kepribadiannya.kepribadian seseorang dapat diamati dari perilakunya dalam berbagai situasi dan pola reaksinya, sedangkan konsep diri tidak langsung dapat diamati seperti halnnya perilaku ekspresi seseorang. Konsep diri terlihat dari pola reaksi tetap yang mendasari pola perilaku seseorang.[15]

Konsep diri menjadi penting karena akan mempengaruhi remaja dalam berinteraksi dengan lingkungan. Remaja yang memiliki konsep diri positif akan tampil lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi. Sebaliknya remaja yang mengembangkan konsep diri negatif, mempunyai kesulitan dalam menerima dirinya sendiri, sering menolak dirinya sendiri

[14]Burns. R.B, *Konsep Diri (Teory, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku)*. (Jakarta:Arcan, 1993), hlm. 6

[15] Elizabeth B. Hurlock, Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan,(Jakarta: Erlangga,1980), hlm. 234

serta sulit bagi mereka melakukan penyesuaian diri yang baik. Melalui konsep diri yang positif akan membantu remaja dalam menyelesaikan masalah dan sebaliknya remaja yang mempunyai konsep diri negatif akan kesulitan dalam menyelesaikan masalahnya.[16]

Dari beberapa penjelasan di atas dapat diambil kesimpulan konsep diri merupakan bagian penting dalam diri seseorang. Konsep diri membuat seseorang mengetahui gambaran dirinya, penilaian terhadap dirinya, yang terbentuk melalui persepsi dan inter pretasi terhadap diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Jika lingkungan yang negatif maka akan terbentuklah konsep diri yang negatif pula, sebaliknya jika lingkungannya positif maka akan baik pula konsep diri seseorang.

2. **Terbentuknya Konsep Diri**

Konsep diri pada seseorang bukanlah terbentuk secara tiba-tiba akan tetapi berdasarkan atas pengalaman individu dari masa kanak-kanak dengan orang lain, bagaimana orang lain memperlakukan kita dan bagaimana kita memerima pandangan orang lain akan membentuk konsep diri kita. Konsep diri terbentuk melaui proses belajar sejak masa pertumbuhan seorang manusia dari kecil hingga dewasa. Lingkungan, pengalaman dan pola asuh orang tua turut memberikan pengaruh yang signifikan terhadap konsep diri yang terbentuk. Sikap atau respon orang

[16]Winanti Siwi Ariest, aries Yulianto, Noryta Widiana. Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Memepersepsi Pola Asuhan Orang Tua Authoritarian, Permissive dan Autoritative. Vol 4 . No 2. (Desember 2006). Hal 119-120

tua dan lingkungan akan menjadi ban informasi bagi anak untuk menilai siapa dirinya.[17]

Burns berpendapat bahwa konsep diri bukanlah sesuatu yang dibawa sejak lahir dan bukan di tentukan secara biologis, melainkan melainkan terbentuk dari interaksi dengan lingkungan atau merupakan produk sosial yang berkembang dari beribu-ribu pengalaman yang berbeda-beda sedikit demi sedikit.[18]

Burns bependapat pula bahwa konsep diri adalah gambaran campuran dari apa yang kita fikirkan, orang lain berpendapat tentang diri kita dan apa yang kita inginkan. Konsep diri terbentuk dan berubah karena interaksi dengan lingkungan dan wawasan yang dimilikinya. Apabila interaksi dengan lingkungan positif dan brwawasan positif maka akan terentuk konsep diri secara positif, dan demikian pula sebaliknya.[19]

Menurut Djaali konsep diri mula-mula terbentuk dari perasaan apakah ia di terima atau diinginkan oleh keluarga. Melalui perlakuan yang berulang-ulang dan menghadapi sikap tertentu, baik dari keluarga ataupun orang lain di lingkup kehidupannya, akan berkembang konsep diri seseorang. Konsep diri juga berasal dari perasaan yang dihargai atau tidak di hargai. perasaan inilah yang melandasi pandangan, penilaian, atau

---

[17] Nina W syam, *Psikologi Sosial,* (Bandung : Simbiosa Rekatama Media, 2012) hlm.56

[18] Burns, *Konsep Diri (Teori, Pengukuran, Perkembangan Da Perilaku*)...hlm.149

[19] Tim MGBK, *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada SMP Jilid 1* (Grasindo : PT Gramedia Widiasarana Indonesia), hlm 63

bayangan seseorang mengenai dirinya sendiri yang keseluruhan yang disebut konsep diri.[20]

Ada tiga tahapan pembentukan konsep diri yang dikemukakan yaitu :[21]

1. Penilaian diri. Penilaian diri ini meripakan cara pandang dan keyakinan untuk menakar atau mengukur terhadap:
    a. Pengendalian keinginan dan dorongan-dorongan dalam diri. Pengendalian keinginan atau dorongan dari daam diri ini yang menjadi ukuran kesanggupan, keberanian, kebutuhan dan perasaan dalam diri
    b. Suasana hati yang sedang dihayati, seperti senang, bahagia, cemas atau sedih. Gambaran keadaan ini mempengaruhi konsep diri positif atau negatif.
    c. Penilaian citra fisik. Jika penerimaan terhadap kondisi fisik cukup memuaskan, konsep diri yang terbentuk bersifat positif. Tetapi jika penerimaan fisik sangat buruk atau tidak puas dengan penampilan fisik, konsep diri jadi negatif.
2. Penilaian sosial. Salah satu unsur yang mempengaruhi terbentuknya konsep diri adalah penilaian terhadap bagaimana penilaian dan penerimaan lingkungan sosial terhadap diri.
3. Citra diri (*self-image*) merupakan gambaran yang meliputi :

[20]H.Djaali, *Psikologi Pendidikan* ,(Jakarta:Bumi Ksara), hlm.130
[21] Hendra surya, *Percaya Diri Itu Penting*, (Jakarta : PT Alex Media Komputindo 2007), hlm

a. Bagaimana penilaian diri sendiri, seperti tingkat kecerdasa, status sosial, maupun peranan dalam lingkungan sosial
b. Cita-cita ideal anak yang ingin dicapai dan seberapa besar pengaruh tokoh-tokoh ideal yang diidolakan, baik yang ada di lingkungan atau idola fantasi
c. Keberartian diri, seperti peranan diri dalam lingkungan atau penilaian lingkungan terhadap diri.

Menurut G.W. Allport, dalam Sarlito Sarwono juga mengungkapkan konsep diri terbentuk melalui beberapa tahapan adalah sebagai berikut:[22]

a. Pemekaran diri sendiri (*Extension of the self*), yang ditandai dengan kemampuan seseorang untuk menganggap seseorang atau orang lain sebagai bagian dari dirinya sendiri juga. Perasaan egois berkurang dan tumbuh rasa perasaan ikut memiliki. Salah satu tanda yang khas adalah tumbuhnya kemampuan untuk mencintai orang lain dan alam di sekitarnya.
b. Kemampuan untuk melihat diri sendiri secara objektif (*Self objectivication*) ditandai dengan kemampuan untuk mempunyai wawasan tentang diri sendiri (*self Insigh*) dan kemampuan untuk menangkap humor (*Sense of Humor*) termasuk menjadikan dirinya sebagai sasaran tidak marah saat dikritik.

[22]Sarlito W. Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta:PT Raja Grafndo Persada, 2008),hlm 71

c. Memiliki filsafah hidup tertentu (*Unifying Philosophi of Life*) hal yang dapat dilakukan tanpa merumuskannya dan mengucapkannya dengan kata-kata.

Konsep diri juga dapat terbentuk dari sikap yang ada pada diri si individu itu sendiri karena sikap kadang-kadang secara umum untuk menenukan sikap sebagai perasaan terhadap objek, mempengaruhi (yaitu, emosi diskrit atau gairah keseluruhan),dipahami sebagai pembeda dari sikap ukuran *favorability.*[23]

Konsep diri mempunyai beberapa fungsi penting bagi individu. Pertama konsep diri dapat di pandang sebagai mekanisme yang memungkinkan seseorang memaksimalkan kesenangan dan meminimalkan hal-hal menyakitkan selama kehidupannya. Orang yang mempunyai konsep diri akurat dari kaabilitasnnya dan mempunyai potensi kepandaiaan (*accomplishments*) dapat menggunakan pengetahaannya untuk meningkatkan hasil yang positif kehidupannya. Kedua konsep diri memberikan kerangka bahwa pengalaman orang dapat diorganisasilkan dan di enterpretasikan. Keadaan ini merupakakn panduan untuk memproses informasi yang berkaitan dengan dirinya (*self related*) dan karenannya, membantu seseorang merespon sesuai dengan berbagai macam keadaan yang kompleks, akhirnya konsep diri diasumsikan

[23]Wowo Sunaryo Kuswana .*BIOPSIKOLOGI, (* Bandung. Alfabeta2014*)*. hlm 50

memberikan fasilitas dalam kaitannya dengan pemeliharaan harga diri (*self-esteem*).[24]

Dari penjelasan di atas dapat di ketahui bahwa terbentuknya konsep diri dapat di sebabkan karena anggapan seseorang tentang dirinya sebagai individu dan juga karena adanya perlakuan yang didapat oleh seseorang dari lingkungannya. Seseorang yang mendapatkan perlakuan yang baik dan disayangi orang sekitarnya cenderung akan memilimki konsep diri yang baik pula, sedangkan yang mendapatkan perlakuan yang kurang baik seperti kata-kata kasar yang sering di lontarkan orang tua terhadap diri seseorang tersebut maka cenderung seseorang memiliki konsep diri yang cenderung buruk pula.

3. **Faktor-faktor yang Mempengaruhi Konsep Diri**

Erlamsyah mengemukakan bahwa perkembangan konsep diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu sebagai berikut:

a. Faktor yang ada dalam diri individu

Konsep diri di pengaruhi oleh cara seseorang memandang fisiknya yang meliputi pandangan wajah, warna kulit, warna rambut, tinggi dan fisik secara umum. Kondisi fisik mempengaruhi konsep diri yang dapat dilihat dari gejala penolakan untuk mengenal keadaan nyata, measa rendah diri, tidaj matang emosiaonal dan psiko sosial, bertingkah laku tidak bersahabat dan mengisolasi diri, kecurigaan, senang dipuji, bercita-cita tinggi, cacat fisik.

[24]Bimo Walgito. *Teori-teori psikologi sosial.*(*Yogyakarta,* C.V ANDI OFFSET *2011)*. hlm 110

Faktor dari dalam diri individu ini berupa keadaan fisik, , keadaan kemampuan intelektual, bakat dan minat. Semakin sehat kondisi fisik seorang anak semakin berkembang kemampuan intelektual, bakat minat, yang tersalurkan memberikan dampak yang positif terhadap konsep diri anak.

Sebaliknya anak yang sering sakit-sakitan berpengaruh kepada kemampuan intelektualnnya yang rendah, bakat dan minat anak yang tidak tersalurkan, akan berdampak negatif terhadap perkembangan konsep diri anak, hal ini akan berpengaruh terhadap pola pikirnya.

b. Faktor dari luar individu atau faktor lingkungan

Faktor ini berpengaruh terhadap perkembangan konsep diri, kondisi lingkungan juga berpengaruh besar. Lingkungan yang terdekat adalah keluarga, sikap keluarga di waktu kecil mempengaruhi konsep diri anak. Keluarga yang memberikan perhatian penuh terhadap anak, memberikan rasa puas terhadap dirinya akan melahirkan konsep diri positif.[25]

Berdasarkan pendapat para ahli yang telah di kemukakan, faktor yang mempengaruhi konsep diri adalah faktor dari dalam diri dan faktor lingkungan dari kecil menentukan konsep diri selanjutnya.

[25]Erlamsyah. *Perkembangan konsep diri Anak Usia dini*. (Padang:FIP UNP,1999), hlm.3

4. **Aspek Konsep Diri**

Dalam Syamsul Bachri Thalib secara umum konsep diri dapat dirumuskan dalam dimensi yang berbeda-beda tergantung pada sudut pandang masing masing ahli. Menurut beberapa ahli yang dikemukakan oleh Syamsul Bachri Thalib sebagai berikut:[26]

Song dan Hattie menyatakan bahwa aspek konsep diri dibedakan menajadi konsep diri akademis, konsep diri non akademis. Konsep diri non akademis dibedakan menjadi konsep diri sosial dan penampilan diri, jadi pada dasarnya konsep diri mencakup aspek konsep diri akademis, konsep diri sosial, dan penampilan diri. Jika dicermati lebih jauh entang konsep diri maka secara implist sebenarnya sudah mencakup aspek-aspek atau dimensi konsep diri. Aspek konsep diri secara akademis bisa dilihat dari sekolah dan pekerjaan sekolah, status intelektual, dan bakat khusus. Aspek konsep diri sosial bisa dilihat dari rumah dan hubungan keluarga, sikap dan hubungan sosial, dan ide relijius (hubungan dengan tuhan). Penampilan diri bisa dilihat dari kesehatan dan kondisi fisik, ciri kepribadian, karakter fisik dan cara berpakaian.[27] Myers- Walls *et al*, dalam pandangan tentang konsep diri secara implisit membedakan konsep diri atas dua konsep utama yaitu, konsep diri secara umum (*General self-concept*) dan konsep diri secara spesifik termasuk konsep diri dalam

[26] Syamsul Bachtiar Thalib, *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis empiris* (Jakarta, kencana 2010),hlm 123

[27] Burns, *Konsep Diri (Teori*, *Pengukuran*, *Perkembangan Dan Perilaku*..hlm.210

kaitannya dengan bidang akademik, karier, atletik, kemampuan artistik, dan fisik.

Konsep diri sebagai gambaran atau pengetahuan tentang diri sendiri mencakup diri jasmaniah, diri sosial dan diri spiritual. Hattie menggolongkan konsep diri atas dua kategori utama yaitu konsep diri secara umum dan konsep diri secara khusus. Konsep diri khusus mencakup kemempuan kademik, prestasi akademik, dan konsep diri berkelas. Konsep diri sosial termasuk konsep diri dalam hubungannya dengan teman sebaya dan keluarga. Prestasi diri mencakup kepercayaan diri dan penampilan fisik.

5. **Jenis-jenis Konsep Diri**

Secara umum konsep diri dapat dibedakan menjadi dua yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri positif yang merupakan perasaan harga diri yang positif, penghargaan diri yang positif dan penerimaan diri yang positif. Sedangkan konsep diri yang negatif merupakan rendah diri, membenci dan tiadanya perasaan yang menghargai pribadi dan penerimaam diri.

Konsep diri yang positif akan memungkinkan seseorang untuk bisa bertahan menghadapi masalah yang mungkin saja muncul. Selain itu membawa dampak positif pula pada orang di sekitarnya. Sebaliknya

konsep diri negatif itu akan mempengaruhi baik itu hubungan interpersonal maupun fungsi mental lainnya.[28]

Sedangkan konsep diri yang negatif apabila pengetahuan mengenai dirinya sendiri sedikit. Konsep diri yang negatif adalah banyaknya penilaian diri yang negatif dengan sedikitnya penilaian diri positif. Seseorang yang memiliki konsep diri yang negatif diyakini menilai dirinya sebagai orang yang lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai, dan kehilangan daya tarik dalam hidup. Dapat diartikan konsep diri negatif adalah bagaimana seseorang kurang mengetahui dan kurang menerima dirinya sendiri.

Menurut Brooks dan Emmert dalam Safiri Rahmadhani membagi beberapa ciri-ciri konsep diri positif dan konsep diri negatif yaitu :[29]

a. Ciri-ciri individu yang memiliki konsep diri positif :
    1) Mereka yakin akan kemampuan mengatasi masalah.
    2) Mereka merasa setara dengan orang lain.
    3) Punya rasa malu.
    4) Punya pendirian dan nilai -nilai hidup positif
    5) Mudah untuk beradaptasi dengan lingkungan.

[28]Elizabeth B. Hurlock, Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan,(Jakarta: Erlangga,1980), h. 234

[29]Safitri Rahmadhani, *Postive Komunication*, (Jakarta : Smartbooks Diglossia Media, 2006) hal. 88-90

6) Mereka menyadari bahwa setiap orang mempunyai berbagai perasaan, keinginan dan perilaku yang tidak seluruhnya di setujui masyarakat.
7) Mereka mampu memperbaiki dirinya karena sanggup mengungkapkan aspek-aspek kepribadian yang tidak di senanginya, dan berusaha mengubahnnya.
8) Individu mampu menerima dirinya sendiri, bahwa orang dengan konsep diri yang positif mengenal dirinya sendiri.
9) Punya cita-cita dan tujuan hidup yang jelas.

b. Ciri-ciri yang memiliki konsep diri negatif, yaitu :
1) Individu peka terhadap kritikan orang lain. Bagi individu ini kritiakan adalah ejekan untuk merendahkan dirinya.
2) Individu sangat responsif terhadap pujian, dan bereaksi secara berlebihan walaupun tidak di perlihatkan.
3) Individu sangat hiperkritis terhadap orang lain, ia banyak mengeluh, mencela dan meremehkan prestasi orang lain.
4) Mereka tidak pandai mengungkapakan penghargaan dan pengakuan terhadap prestasi orang lain.
5) Cenderung merasa tidak di senangi orang lain.
6) Individu yang memiliki konsep diri negatif, cenderung bersikap pesimis terhadap persaingan.
7) Pandangan seseorang terhadap dirinya tidak teratur, tidak memiliki perasaan kestabilan dan keutuhan diri.

8) Pandangan terhadap seseorang yang terlalu kaku, sehingga tidak memiliki kategori mental yang dapat dikaitkan dengan informasi yang bertentangan dengan dirinya.
9) Merasa tidak beharga, apapun yang di peroleh tampaknya tidak berharga dibandingkan dengan yang diperoleh oleh orang lain.

B. Adaptasi /Penyesuaian Diri

1. Pengertian Adaptasi /Penyesuaian Diri

Dilihat dari segi terminologi, terdapat beberapa pengertian mengenai konsep adaptasi. Adaptasi diartikan sebagai: (1) Proses mengatasi halangan-halangan dari lingkungan, (2) Memanfaatkan sumber-sumber yang terbatas untuk kepentingan lingkungan dan sistem, (3) Proses perubahan untuk menyesuaikan dengan situasi yang berubah (4) Penyesuaian kelompok terhadap lingkungan (5) Penyesuaian pribadi terhadap lingkungan (6) Penyesuaian biologis atau budaya sebagai hasil seleksi alamiah.

Pengertian penyesuaian diri (adaptasi) pada awalnya berasal dari pengertian yang didasarkan pada ilmu biologi. Yaitu dikemukakan oleh Charles Darwin yang terkenal dengan teori evolusi. Ia mengatakan "*genetik changes can improved the ability oforganisms tu survive, reproduce, and, in animals, raise offspiring, this process is called adaptation."* Artinya tingkah laku manusia dapat dipandang sebagai reaksi terhadap berbagai tuntutan dan tekanan lingkungan terhadap ia

hidup, seperti cuaca dan berbagai unsur alaminya. Semua mahluk hidup secara alami telah dibekali kemampuan untuk menolong dirinya sendiri dengan cara beradaptasi dengan keadaan lingkungan alam untuk bertahan hidup. Dalam istilah psikologi, penyesuaian diri (adaptasi dalam istilah biologi) disebut dengan *adjusment. Adjusment* merupakan suatu proses untuk mencari titik temu antara kondisi diri dan tuntutan lingkungan. Dengan demikian, penyesuaian diri merupakan suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Penyesuaian diri dapat juga diartikan sebagai berikut.

a. Penyesuaian diri yang berarti adaptasi dapat mempertahankan eksistensi, atau bisa bertahan dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan lingkungan sosial.
b. Penyesuaian diri dapat pula diartikan sebagai konformitas yang berarti menyesuaiakan sesuatu dengan standar atau prinsip yang berlaku umum.
c. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan juga mengorganisasi respon –respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustasi-frustasi secara efektif. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang memenuhi syarat.

d. Penyesuaian diri dapat diartikan sebagai penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional berarti memiliki respon emosional yang sehat dan tepat pada setiap persoalan dan situasi.[30]

[30] Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan (peserta didik), (bandung, CV Pustaka Setia), h.194-195

Sudut pandang berikutnnya adalah bahwa penyesuaian diri dimaknai sebagai usaha penguasaan (mastery), yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan respon dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustasi tidak terjadi.[31]Teori selanjutnya menjelaskan bahwa Adaptasi adalah proses bagaimana individu mecapai keseimbangan dalam memenuhi kebutuhan kesesuaian dengan lingkungan. Seperti yang kita ketahui bahwa adaptasi yang sempurna tidak pernah tercapai. [32] maksunya disini seseorang yang menyesuaikan diri dengan lingkungan akan menemukan hambatan atau kesulitan di setiap usaha karena seseorang cenderung memiliki persepsi berbeda dalam melakukan adaptasi.

Menurut Sunarto dan Hartono Adaptasi / Penyesuaian diri Proses dimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan suatu perubahan yang dialami seseorang untuk mencapai suatu hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya.[33]

Adaptasi / Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Penyesuaian diri merupakan suatu perubahan yang

[31]M Ali & M Asorori. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.(Jakarta, PT.BUMI AKSARA 2014). hlm 175

[32]Sunarto & Agus Hartono. *Perkembangan Peserta Didik*. (Jakarta PT Rineka Cipta 1999). hlm 222

[33]Nova anisa. Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. Vol 1 No 1 (juni 2012). Hal. 58

dialami seseorang untuk mencapai suatu hubungan yang memuaskan dengan orang lain dan lingkungan di sekitarnya.[34]

Melalui pengertian beragam yang diberikan oleh banyak pakar tentang adaptasi seperti yang telah dikemukakan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa adaptasi/ penyesuaiandiri merupakan kemampuan memahami lingkungan dan merespon dengan baik keadaan yang terjadi di lingkungan tersebut. Tidak jarang seseorang harus berusaha merubah sifat dan kebiasaan pada dirinya sendiri agar dapat berbaur dengan lingkungan yang ditempati.

2. **Karakteristik Adaptasi / Penyesuaian Diri**

Karakteristikadaptasi / penyesuaian diri sangat di tentukan oleh proses terjadinya adaptasi / penyesuaian diri. Selama proses terjadinya adaptasi / penyesuaian diri sering menghadapi rintangan-rintangan baik dari dalam diri sendiri maupun dari luat dirinya. Meskipun ada rintangan, seseorang dapat menemukan adaptasi / penyesuaian diri secara positif, namun ada pula seseorang yang melakukan adaptasi / penyesuaian diri yang negatif atau salah suai.

Berikut diuraikan karakteristik penyesuaian diri yang positif dan penyesuaian diri yang negatif[35] :

---

[34]Sunarto, dan Hartono, B.A. 2002. *Perkembangan Perserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipta.h 222

[35] Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (peserta didik*), (bandung, CV Pustaka Setia), h.195-198

a. Penyesuaian diri secara positif

Individu yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai dengan hal-hal sebagai berikut.

1) Tidak menunjukan adanya ketegangan emosional yang berlebihan
2) Tidak menunjukan adanya mekansme pertahanan yang salah.
3) Tida menunjukan adanya frustasi pribadi.
4) Memiliki pertimbangan yang rasional dalam pengarahan diri.
5) Mampu belajar dari pengalaman.
6) Bersifat realistik dan objektif.

Dalam penyesuaian diri secara positif individu akan melakukan berbagai hal berikut :

1) Penyesuaian diri dalam menghadapi masalah secara langsung

   Dalam situasi ini, individu decara langsung menghadapi masaah dengan segala akibatnya. Ia akan melakukan tindakan yang sesuai dengan masalah yang dihadapinya.

2) Penyesuaian diri dengan melakukan eksplorasi (penjelajahan)

   Dalam situasi ini, individu mencari berbagai pengalaman untuk menghadapi dan memecahkan masalahnya.

3) Penyesuaian diri dengan *trial and error*

Dalam hal ini individu melakukan tindakan coba-coba, dalam arti kalau menguntungkan diteruskan dan kalau gagal tidak diteruskan.

4) Penyesuaian dengan substitusi (mencari pengganti)

Apabila individu merasa gagal dalam menghadapi masalah. Ia dapat memperoleh penyesuaian diri dengan mencari pengganti.

5) Penyesuaian diri dengan belajar

Dengan belajar, individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan yang diperlukan untuk membantu penyesuaian dirinya.

6) Penyesuaian diri dengan pengendalian diri

Penyesuaian diri akan lebih efektif jika disertai oleh kemampuan memilih tindakan yang tepat serta pengendalian diri secara tepat pula. Dalam situasi ini, individu akan berusaha memilih tindakan mana yang harus dilakukan dan tindakan mana yang tidak perlu dilakukan. Cara ini disebut dengan inhisibi.

7) Penyesuaian diri dengan perencanaan yang cermat

Dalam hal ini, sikap dan tindakan yang dilakuakan merupakan keputusan yang diambil berdasarkan perencanaan yang cermat atau matang. Keputusan diambil setelah pertimbangan dari berbagai segi, seperti untung dan ruginya.

b. Penyesuaian diri negatif

Kegagalan dalam melakuan penyesuaian diri secara positif, dapaty mengakibatkan individu melakukan penyesuaian yang salah. Ada tiga bentuk reaksi dalam penyesuaian diri yang salah, yaitu sebagai berikut:

1) Reaksi bertahan (*defece reaction*)

Individu berusaha mempertahankan dirinya denganseolah-olah ia tidak mengalami kegagalan. Ia akan berusaha menunjukan bahwa dirinya tidak mengalami kesulitan. Adapun bentuk khusus dari reaksi ini, yaitu :

(a) *Rasionalisasi*, yaitu mencari alasan yang masuk akan untuk membenarkan tindakan yang salah.

(b) *Represi*, yaitu menekankan perasaan yang dirasakan kurang enak ke alam tidak sadar. Ia akan berusaha melupakan perasaan atau pengalamannya yang kurang menyenangkan atau menyakitkan.

(c) *Proyeksi*, yaitu menyalahkan kegagalan dirinya pada pihak lain atau pihak ketiga untuk mencari alasan yang dapat di terima.

(d) *Sour grapes* (anggur kecut), yaitu dengan memutarbalikan fakta atau kenyataan.

2) Reaksi menyerang (*aggresive reaction*)

Individu yang salah suai akan menunjukan sikap dan perilaku yang bersifat menyerang atau konfrontasi untuk menitupi kekurangan dan kegagalannya. Ia tidak mau menyadari kegagalan atau tidak mau menerima kenyataan. Reaksi-reaksinya adalah sebagai berikut :

(a) Selalu membenarkan diri sendiri
(b) Selalu i9ngin berkuasa dalam setiap situasi
(c) Selalu senang jika mengganggu orang lain
(d) Suka menggertak baik perbuatan ataupun perkataan
(e) Menunjukan sikap permusuhan secara terbuka
(f) Bersikap menyerang dan merusak
(g) Keras kepala dalam sikap dan perbuatannya
(h) Suka bersikap balas dendam
(i) Memerkosa hak orang lain
(j) Tindakannya suka serampangan

3) Reaksi melarikan diri (*escape reaction*)

Dalam reaksi ini, individu akan melarikan diri dari suatu situasi yang menumbulkan konflik atau kegagalannya. Reacsinya tampak seperti berikut :

(a) Suka berfantasi untuk memuaskan keinginan yang tidak tercapai dengan bentuk angan-angan (seolah tercapai).
(b) Banyak tidur, suka minim-minuman keras, bunuh diri, atau menjadi pencandu narkoba.

(c) Regresi, yaitu kembali pada tingkahlaku kekanak-kanakan.

Seseorang dikatakan berhasil dalam melakukan adaptasi / penyesuaian diri apa bila dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apa bila diterima oleh lingkungannya tanpa merugikan atau mengganggu lingkungan. Bisa menerima dan menilai lingkungan secara objektif dan mampu bertindak sesuai dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Adaptasi / Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri sangat dipengaruhi oleh faktor-faktor yang menentukan kepribadian itu sendiri, baik internal ataupun eksternal. Faktor-faktor tersebut dapat dikelompokan sebagai berikut[36] :

a. Faktor fisiologis

Kondisi fisik seperti struktur fisik dan tempramen sebagai disposisis yang diwariskan, aspek perkembangannya secara intrinsik berkaitan erat dengan susunan tubuh. Shekdon mengemukakan bahwa terdapat korelasi yang positif antara tipe-tipe bentuk tubuh dan tipe-tipt tempramen.

Karena struktur jasmani merupakan kondisi yang primer bagi tingkah laku, dapat di perkirakan bahwa, sistem syaraf kelenjar, dan otot merupakan faktor yang penting bagi proses penyesuaian diri. Beberapa penelitian menunjukan gangguan pada sistem syaraf dapat

[36] Enung Fatimah, Psikologi Perkembangan (peserta didik),...,hlm 199-203

menimbulkan gangguan-gangguan mental. Dengan demikian, kondisi tubuh yang baik adalah syarat tercapainya proses penyesuaian diri yang baik pula.

Kesehatan dan penyakit jasmaniah juga berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Kualitas penyesuaian diri yang baik hanya dapat dicapai dalam kondisi kesehatan jasmaniah yang baik pula. Gangguan penyakit kronis dapat menimbulkan kepercayaan diri, perasaan rendah diri, rasa ketergantungan, perasaan ingin dikasihi, dan sebagainya.

b. Faktor psikologis

Banyak faktor psikologis yang mempengaruhi kemempuan penyesuaian diri seperti pengalaman, hasil belajar, kebutuhan-kebutuhan, aktualisasi diri, frrustasi, depresi, dan sebagainya.

1) Faktor pengalaman

Tidak semua pengalaman mempunyai makna dalam penyesuaian diri. Pengalaman yang mempunyai arti dalam penyesuaian diri, terutama pengalaman yang menyenangkan atau pengalama yang tarumatik.

2) Faktor belajar

Proses belajar adalah suatu dasar yang fundamental dalam penyesuaian diri. Hal ini karena melalui belajar, pola rspon yang membentuk kepribadian akan berkembang. Sebagian besar respon dan ciri-ciri kepribadian lebih banak diperoleh dari

proses belajar dari pada yang diwariskan. Dalam proses penyesuaian diri, belajar merupakan suatu prosese modifikasi tingkah laku sejak fase-fase awal dan berlangsung terus menerus sepanjang hayat dan diperkuat dengan kematangan.

3) Determinasi diri

Determinasi diri adalah faktor kekuatan yang mendorong untuk mencapai taraf penyesuaian diri yang tinggi atau merusak diri. Determinasi diri mempunyai fungsi penting dalam melakukan penyesuaian diri karena berperan dalam pengendalian arah dan pola penyesuaian diri. Keberhasilan atau kegagalan penyesuaian diri banyak ditentukan oleh kemampuan individu dalam mengarahkan dan mengendalikan dirinya meskipun situasi dan kondisi tidak menguntungkan bagi penyesuaian dirinya.

4) Faktor konflik

Pengaruh konflik terhadap perilaku tergantung pada sifat konflik itu sendiri. Ada pandangna yang menyatakan bahwa konflik bersifat mengganggu dan merugikan. Padahal ada banyak orang yang memiliki banayk konflik tetapi tidak mengganggu atau tidak merugikan. Sebenarnya, beberapa konflik dapat memotivasi seseorang untuk meningkatkan kegiatan dan penyesuaian dirinya. Ada orang yang mengatasi konflik dengan cara meningkatkan usaha kearah pencapaian

tujuan yang menguntungkan bersama secara sosial. Akan tetapi, adaa pula yang memecahkan konflik dengan cara melarikan diri, sehingga menimbulkan gejala-gejala neurotis.

c. Faktor perkembangan dan kematangan

Dalam proses perkembanagn, respon berkembang dari respons yang bersifat instinktif menjadi rspon yang bersifat hasil belajar dan pengalaman. Dengan bertambahnya usia, perubahan dan perkembangan respons, tidak hanya diperoleh melalui proses belajar, terapi juga perbuatan individu telah matang untk melakukan respon dan ini menentukan pola penyesuaian dirinya.

Sesuaia dengan hukum perkembangan, tingkat kematangan yang dicapai individu berbeda-beda. Sehingga pola-pola penyesuaian dirinya juga akan berfariasi sesuai dengan tingkat perkembangan dan kematangan yang dicapainya.selain itu, hubungan antara penyesuaian diri dan perkembangan dapat berbeda-beda menurut jenis aspek perkembangan dan kematangan yang telah dicapai. Kondisi-kondisi perkembanagan dan kematangan memengaruhi setiap aspek kepribadian individu, seperti emosional, sosial, moral, keagamaan, dan intelektual.

d. Faktor lingkungan

Berbagai faktor lingkungan seperti keluarga, sekolah, masyarakat, kebudayaan, dan agama berpengaruh kuat terhadap penyesuaian diri seseorang.

1) Pengaruh lingkungan keluarga

Dari sekian banyak faktor yang mengondisikan penyesuaian diri, faktor lingkungan keluarga merupakan faktor yang sanagt penting karena keluarga merupakan media sosialisasi bagi anak-anak. Proses sosialisasi yang pertama dijalani individu di lingkungan keluarganya. Hasil sosialisasi itu kemudian dikembangkan di lingkungan sekolah dan masyarakat umum.

2) Pengaruh hubungan dengan orang tua

Pola hubungan antara orang tua dengan anak mempunyai pengaruh ynag positif terhadap penyesuaian diri. Beberapa pola penyesuaian diri yakni sebagai berikut :

(a) Menerima

Orang tua yang menerima kehadiran anaknya dengan cara yang baik. Sikap penerimaan ini dapat menimbulkan suasana hangat, menyenagkan, dan rasa aman bagi anak-anak.

(b) Hukum dan disiplin yang berlebihan

Hubungan oranf tua dan anak yang bersifat keras. Disiplin yang terlalu berlebihan dapat menimbulkan psikologis yang kurang menyenangkan bagi anak.

(c) Memanjakan dan melindungi anak secara berlebihan

Perlindungan dan pemanjaan secara berlebihan dapat menimbulkan perasaan tidak aman, cemburu, rendah diri, canggung, dan gejala-gejala salah suai lainnya.

(d) Penolakan

Orang tua menolak kehadiran anaknya. Beberapa penelitian menunjukan bahwa penolakan terhadap anak akan mempengaruhi penyesuaian diri.

3) Hubungan saudara

Hubungan saudara yang penuh persahabatan, saling menghormati dan penuh akan kasih sayang berpengaruh terhadap penyesuaian diri yang lebih baik. Sebaliknya hubungan keluarga yang berdasarkan kebencian, kekerasan dan sebagainya akan dapat menimbulkan kesulitan dalam penyesuaian diri yang baik.

4) Lingkungan masyarakat

Keadaan lingkungan masyarakat tempat individu berada menunjukan proses dn pola-pola penyesuaian diri. Hasil penelitian menunjukan bahwa peilaku salah suai berasal dari pengaruh keadaan lingkungan masyarakat. Pergaulan yang salah dan terlalu bebas dikalangan remaja dapat mempengaruhi penyesuaian diri.

5) Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah berperan sebagai media sosialisai, yaitu mempengaruhi kehidupan intelektual, sosial, dan moral anak-anak. Suasanak di sekolah, baik sosial maupun psikologis akan mempengaruhi proses pola penyesuaian diri.

e. Faktor budaya dan agama

Proses penyesuaian diri pada seseorang, mulai lingkungan keluarga, sekolah, masyarakat secara bertahap secara bertahap dipengaruhi oleh kultur dan agama. Lingkunagan kultur tempat individu berada berinteraksi menentukan pola penyesuaian dirinya. Agama memberikan suasana psikologis tertentu dalam mengalami konflik, frustasi dan ketegangan lainnya.

Agama juga memberikan suasana damai dan tenang bagi anak-anak. Ajaran agama ini merupakan sumber nilai, norma, kepercayaan dan pola-pola tingkah laku yang memberika tuntutanbagi arti, tujian dan kestabilan hidup. Sembahyang merupakan media menuju arah kehidupan yang lebih nyaman, tenang dan berarti bagi manusia. Oleh karena itu agama memiliki peran yang penting dalam penyesuaian diri.

4. Aspek-Aspek Adaptasi / Penyesuaian diri

Pada dasarnya aspek penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu :

a. Penyesuaian pribadi

Penyesuaian pribadi adalah kemampuan seseorang untuk menerima diri untuk tercapai hubungan yang harmonis antara

dirinya dan lingkunga sekitarnya. Kebehasilan menyesuaikan diri pada diri seseorang ditandai oleh tidak adanya rasa benci, tidak ada keinginan untuk lari dari kenyataan, atau tidak percaya padapotensi dirinya. sebaliknya kegagalan pada penyesuaian diri pribadi di tandai dengan adanya, kegoncangan dan emosi, kecemasa, ketidak puasan, dan keluhan terhadap nasib yang dialaminya, sebagai jarak pemisah antara kemampuan individu dan tuntutan yang diharapkan oleh lingkungannya.[37]

Menuruut Schneiders dalam M. Nur Ghufron dan ini Risnawita S adaptasi / penyesuaian diri meliputi :

1) Penyesuaian diri fisik dan emosi

   Penyesuaian diri ini melibatkan respon-respon fisik dan emosional sehingga dalam penyesuaian diri fisik ini fisik merupakan pokok untuk mencapai penyesuaian diri yang sehat. Berkaitan dengan hal ini, ada hal penting berupa adekuansi emosi, kematangan emosi dan kontrol emosi.

2) Penyesuaian diri seksual

   Penyesuaian diri seksual merupakan kapasitas bereaksi terhadap realitas seksual (implus-implus, nafsu,

[37]Enung fatimah, *psikologi perkembangan*,...,hlm. 207

pikiran, konflik-konflik, frustasi, perasaan salah, dan perbedaan seks).

3) Penyesuaian diri moral dan religius

Dikatakan moralitas adalah kapasitas untuk memenuhi moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi kedalam kehidupan yang baik dari individu.[38]

b. Penyesuaian sosial

Dalam kehidupan bermasyarakat terjadi proses mempengaruhi satu sama lain yang terus menerus dan silih berganti. dari proses tersebut timbul suatu budaya dan pola tingkah laku, yang sesuai dengan aturan, hukum, adat istiadat, nilai, dan norma sosial yang berlaku dalam masyarakat. Proses ini dikenal dengan proses penyesuaian sosial.

Menuruut Schneiders dalam M. Nur Ghufron dan ini Risnawita S adaptasi / penyesuaian diri meliputi :

1) Penyesuaian diri terhadap rumah dan keluarga

Penyesuaian diri ini menekankan hubungan yang sehat antara anggota keluarga, otoritas orang tua, kapasitas tanggung jawab berupa pembatasan dan larangan.

2) Penyesuaian diri tehadap sekolah

[38]M. Nur Ghufrondan Rini Riswati S, *Teori-Teori Psikologi*.(Yogyakarta : Ar Ruzz Media. 2011). hlm . 52-53

Berupa perhatian dan penerimaan murid atau antara murid beseta partisipasinya terhadap fungsi dan aktifitas sekolah, manfaat hubungan dengan teman sekolah, guru, konselor, penerimaan keterbatasan dan tanggung jawab, dan membantu sekilah untuk merealisasikan tujuan intrisik dan ekstrinsik. Hal-hal tersebut merupakan cara adaptasi /penyesuaian diri terhadap kehidupan sekolah.

3) Penyesuaian diri terhadap masyarakat

Kehidupan di masyarakat menendakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas.[39]

Sementara itu Desmita mengatakan bahwa penyesuaian diri yang sehat dapat dilihat dari empat aspek kepribadian, yaitu:

a. Kematangan emosiaonal mencakup
    1) Kemantapan suasana kehidupan emosional
    2) Kemampuan suasana kehidupan kebersamaan dengan orang lain
    3) Kemampuan untuk santai gembira dan menyatakan kejengkelan.
    4) Sikap dan perasaan terhadap kemapuan dan kenyataan diri sendiri.
b. Kematangan intelektual mencakup aspek-aspek :
    1) Kemampuan mencapai wawasan diri sendiri

[39]M. Nur Ghufrondan Rini Riswati S, Teori-Teori Psikologi. Yogyakarta : Ar Ruzz Media. 2011. H . 53-54

2) Kemempuan memahami orang lain dan keragamannya
3) Kemampuan mengambil keputusan
4) Keterbukaan dalam mengenal lingkungan

c. Kematangan sosial mencakup aspek-aspek
1) Keterlibatan dalam partisipasi sosial
2) kesediaan kerja sama
3) kemampuan kepemimpinan
4) sikap toleransi
5) keakraban dan pergaulan

d. tanggung jawab mencakup aspek-aspek
1) sikap produktif dalam mengembangkan diri
2) melakukan perencanaan dan melakukan secara fleksibel
3) sikap intuisme, empati, bersahabat dalam hubungan inter personal
4) kesadaran akan etika an hidup jujur
5) melihat perilaku dari segi konsekuensi atas dasar sistem nilai
6) kemampuan bertindak independen[40]

[40]Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta* Didik, (Bandung: Rosdakarya,2009), hlm . 195-196

menurut Albert & Emmons dalam Fani Kumalasari dan Latifa Nur Ahyani ada empat aspek dalam penyesuaian diri, yaitu :

a. aspek *self knowledge* dan *self insight*, yaitu kemampuan dalam mengenal kelebihan dan kekurangan diri. Kemampuan ini harus ditunjukan dengan *emosianal insight,* yaitu kesadaran diri akan kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut.
b. Aspek *self objectivity* dan *self acceptance,* yaitu apabila individu telah mengenal dirinya, ia bersikap realistik dan mengarang pada penerimaan diri.
c. Aspek Self development dan self control, yaitu kendali diri yang berarti mengarahkan diri, regulasi pada implus-implus, pemikiran-pemikiran, kebiasaan, emosional, sikap dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian dan kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan kematangan.
d. Aspek *satisfaction,* yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap sesuatu sebagai

suatu pengalaman dan bila keingina terpenuhi maka ia merasakan suatu kepuasan dalam dirinya.[41]

Dari penjelasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa aspek penyesuaian diri ada dua yaitu penyesuaian diri pribadi dan penyesuaian diri sosial. Penyesuaian diri pribadi terdiri dari mampu mengenal diri baik kelebihan maupun kelemahan, menerima diri mengarahkan diri, adanya ras puas terhadap segala sesuatu yang dilakukan. Penyesuaian diri sosial yaitu adanya proses saling mempengaruhi antara individu dan individu yang menimbulkan pola tingkah laku yang sesuai.

[41]Fani kumala sari dan Latifah Nur Ahyani, Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Pani Asuhan, jurnal Psikologi Pitutur volume 1 No 1. Juni 2012, h. 23

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*field research*) yang bersifat deskriptif, yaitu menggambarkan kejadian-kejadian yang terjadi di lapangan atau penelitian yang mencoba menggambarkan, menuturkan dan menafsirkan suatu fenomena yang berkembang pada masa sekarang.

Sumanto mengemukakan bahwa "penelitian deskriptif berusaha mendeskripsikan dan menginterpretasikan apa yang ada bisa mengenai suatu kondisi, pendapat yang sedang timbul, proses yang sedang berlangsung akibat atau efek yang terjadi atau kencedurngan yang sedang berkembang".[42]

Berdasarkan kutipan diatas dapat di pahami bahwa penelitian deskriptif adalah penelitian untuk mencari informasi atau gejala-gejala yang terjadi di lapangan yang apa adanya dan kemudian mendeskripsikan mengambarkan bagaimana suatu gejala atau peristiwa itu terjadi setelah itu menginterpretasikannya secara apa adanya, tanpa di buat-buat sesuai dengan keadaan yang terjadi dilapangan.

Sedangkan penelitian kuantitatif menurut Sugiyono adalah:

> Suatu penelitian yang berlandaskan pada filsafat positifisme digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis

[42] Sumanto, *Metode Penelitian Social Dan Pendidikan*, (Yogyakrta: Andi Affest, 1995), hlm 77

data bersifat kuantitatif/statistic dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah di tetapkan.[43]

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami bahwa penelitian deskriptif kuantitatif adalah penelitian yang akan mengungkap berbagai gejala atau peristiwa yang sedang terjadi dalam bentuk analisis statistik. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif karena sesuai dengan tujuan penelitian yang akan dicapai yaitu untuk menggambarkan bagaiman regulasi diri siswa setelah mengikuti layanan konseling individual, sehingga peneliti dapat memperoleh gambaran tentang fenomena tersebut secara terukur. Untuk itu dalam penelitian deskriptif kuantitatif ini akan dipaparkan tentang pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, waktu penelitian, metode penelitian dan analisis data.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang penulis pilih dalam melakukan penelitian ini yaitu di kampus dua IAIN Bukittinggi, pemilihan lokasi ini sebagai tempat penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa pada lokasi ini penulis menemukan gejala-gejala atau fenomenaa yang menjadi permasalahan yang akan diteliti.

C. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Penelitian memerlukan suatu populasi dan sampel. “populasi merupakan keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu

[43] Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatf Dan R&D* (Bandung :Alfa Bet, 2007), hlm 14

wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti.[44]Senada dengan pendapat tersebut, Burhan Bungin mengungkapkan bahwa "populasi merupakan serumpun atau sekelompok objek yang menjadi sasaran penelitian".[45]

Tabel 3.1
Populasi Mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Kelas	Jumlah Mahasiswa
1	PBK A	30
2	PBK B	39
3	PBK C	34
JUMLAH		103

Sumber: Jurusan Bimbingan dan konseling IAIN Bukittinggi[46]

Berdsarkan pendapat diatas, dapat dipahami bahwa populasi merupakan semua subjek penelitian atau sekelompok sasaran yang akan dijadikan objek dari sebuah penelitian. Maka yang dijadikan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi sebanyak 103 orang Mahasiswa.

[44] Nanang Martono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Analisis Isi Dan Analisis Data Sekunder* (Jakarta:Raja Grafindo Persada, 2010) hlm.66

[45] Burhan Bungin, *Metodologi Penelitian Kuantitatif*, (Jakarta:Kencana: 2006) hlm 109

[46] *jurusan Bimbingan dan Konseling IAIN Bukittinggi*

2. Sampel

Sampel adalah "bagian dari populasi (sebahagian atau wakil dari populasi yang diteliti)".[47] Jadi dapat dipahami bahwa sampel adalah bagian dari populasi yang akan dijadikan subjek penelitian. Cara pengambilan sampel yang di gunakan penulis adalah sampel nonprobabilitas yaitu *Systematic Sampling*. teknik pengambilan sampel ini menggunakan nomor yang di tetapkan sendiri oleh peneliti maupun nomor identitas tertentu, ruang dengan urutan seragam atau pertimbangan sistematis lainnya.[48] Dalam penentuan jumlah sampel penulis melakukan pemilihan mahasiawa yang memiliki nomor absen genap, maka total sampel adalah

Tabel 3.2
Sampel Mahasiswa Bimbingan Konseling Angkatan Tahun 2018/2019
IAIN Bukittinggi

No	Kelas	sampel
1	PBK A	15
2	PBK B	20
3	PBK C	17
jumlah		52

[47] Suharsimi Arikunto, *Manajemen Penelitian*. (Jakarta:Rineka Cipta, 1993). Cet Ke5, hlm 18

[48] Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian : Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*, (Jakarta, Kencana2015).CetKe 5, hlm 154

Setelah sampel perkelas diketahui maka dilakukan penentuan mahasiswa yang akan dijadikan sampel penelitian, panda peneliatian ini teknik penentuan sampel dilakuakn dengan cara :

1. meminta absen dari populasi yang akan diambil sampel.
2. Setelah itu peneliti melakukan pengambilan sampel dengan cara mengambil mahasiswa yang memiliki nomor absen ganjil.
3. Mengumpulkan mahasiswa yang sudah menjadi sampel untuk pengisian angket.

D. Validitas Instrumen

Kualitas suatu angket penelitian dapat dilihat dari beberapa segi di antaranya dengan melihat kevaliditasan suatu instrumen. Validitas instrumen didefinisikan dengan sejauh mana instrumen itu dapat merekam/mengukur apa yang dimaksud untuk direkam/diukur.

Pada penelitian ini untuk penguji validitas instrumen penulis menggunakan jenis validasi isi. Validitas isi merupakan validitas yang menunjukan sejauh mana pernyatan, tugas atau butiran dalam suatu tes atau instrumen mampu mewakili secara keseluruhan atau proposional perilaku sampel yang dikenai tes tersebut.Artinya tes tersebut valid apabila butir-butir tes tersebut mencerminkan keseluruhan konten atau materi yang diujikan atau yang seharusnya dikuasai secara proporsional.

Untuk mengetahui apakah tes tersebut valid atau tidak, harus dilakukan melalui penelaan kisi-kisi instrumen oleh ahli untuk memastikan

bahwa soal-soal atau pernyataan-pernyataan tersebut sudah mewakili atau mencerminkan keseluruhan konten atau materi yang seharusnya dikuasai secara proporsional. Setelah pemeriksaan selesai penulis meminta persetujuan kepada pembimbing I dan pembimbing II, kemudian dilakukan proses penimbangan untuk menetapkan kelayakan instrumen untuk di ujicobakan.

Proses penimbangan dibantu oleh tiga orang ahli yang berkompeten untuk variabel-variabel penelitian yaitu ibu Azmatul Khairiah Sari S.Pdi M.Pd. ibi Yeni Afrida M.Pd dan ibu Nurhasanah M.A, para ahli dimintai pendapat tentang istrumen yang akan diuji cobakan. Kesimpulan yang didapatkan dari para ahli yaitu perubahan format lembar petunjuk pengisian angket, perubahan tata penulisan, hindari kata tidak dan kata selalu. Validitas isi suatu tes tidak mempunyai besaran tertentu yang dihitung secara statistic, tetapi dipahami bahwa tes itu sudah valid berdasarkan telaan kisi-kisi tes.[49] Oleh karena itu validasi isi sebenarnya berdasarkan pada analisis logika, tidak merupakan suatu koefisien validitas yang dihitung secara statistic.

Setelah melakukan validasi dengan ahli, peneliti melakukan validasi instrumen dengan menggunakan SPSS atau jalur komputerisasi, dengan memasukan data ujicoba yang telah di sebarkasn kepada mahasiswa PTIK kelas B IAIN Bukittinggi sebanyak 30 orang pada tanggal 2 maret 2019. Dari hasil validasi yang dilakukan penulis maka

[49]Zulkifli Metondang, Jurnal Tabulasi/Pps UNIMED

didapatkan 57 item yang valida dan 19 tidak valid dari data yang telah di sebarkan oleh penulis, berikut penjabaran item yang valid dan tidak valid.

Tabel 3.3
Keterangan Valid dan Tidak Valid Angket

No	Variabel	Item Valid	Item Tidak Valid
1	Konsep Diri Mahasiswa Dalam Beradaptasi	1, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 25, 27, 29, 30, 31, 32, 34, 35, 37, 40, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 52, 54, 55, 56, 58, 59, 60, 61, 62, 63, 64, 66, 67, 68, 70, 71, 71, 73, 74, 75 ,76	2, 5, 8, 12, 16, 24, 26, 28, 33, 36, 38, 39, 41, 43, 51, 53, 57, 65, 69
Jumlah Keseluruhan		57	19

E. Teknik Pengumpulan Data

Untuk melihat konsep diri mahasisawa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 yang ada di IAIN Bukittinggi, maka peneliti menggunakan angket sebagai alat pengumpul data dalam penelitian ini. Menurut Anwar Sutoyo, angket atau kuesioner didefenisikan sebagai sejumlaah pertanyaan atau pernyataan tertulis tentang data factual atau

opini yang berkaitan dengan diri responden, yang dianggap fakta atau kebenaran yang diketahui dan perlu dijawab oleh responden.[50]

Segiyono mengatakan bahwa angket adalah "teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya.[51] Sejalan dengan pendapat diatas Wayan Nurkencana mendefenisikan angket/kuesioner sebagai suatu metode pengumpulan data dengan jalan mengajukan suatu daftar pertanyaan tertulis kepada sejumlah individu dan individu-individu yang diberikan daftar pertanyaan tersebut diminta untuk memberikan jawaban secara tertulis pula.[52]

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa angket merupakan salah satu alat untuk mengumpulkan data yang terdiri dari sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis yang berisikan tentang hal-hal yang akan diteliti yang diberikan kepada sejumlah subjek penelitian yang mana respondennya menjawab secara tertulis. Penyusunan angket ini dilakukan dengan cara menjabarkan variabel tingkatan regulasi diri ke dalam indicator yang kemudian dijadikan titik tolak untuk menyusun item-item pertanyaan/pernyatan. salah satu prinsip dalam pembuatan angket adalah merupakan bentuk pengukuran atau tidak pengukuran .[53]

---

[50]Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, (Semarang :Widya Karya , 2009) hlm. 167

[51] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* ,(Bandung: Alfabeta, 2009), hlm 142

[52] Wayan Kencana, *Pemahaman Individu*, (Surabaya:Usaha Nasional, 1993), hlm 45

[53]Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatf Dan R&D* (Bandung :Alfa Bet, 2007), hlm 142

Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 yang ada di IAIN Bukittinggi . Oleh karena itu, pola yang digunakan dalam penyusunan angket ini adalah pola kuesioner yang dikembangkan oleh Likert.“Kuesioner Likert ini dimaksudkan untuk mengukur regulasi diri terhadap objek tertentu, lembaga tertentu, orang tertentu dan sebagainya.[54]

Angket/kuesioner skala sikap ini terdiri dari beberpa jumlah item pernyataan, yang mana untuk masing-masing item disediakan lima alternative jawaban yang dapat diklasifikasikan atas sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai dan sangat tidak sesuai. Cara memberikan jawaban terhadap kuesioner/skala konsep diri ini adalah dengan memberikan tanda silang atau tanda-tanda lain yang ditetapkan pada nomor alternative yang dipilih. Sedangkan cara pemberian skor terhadap jawaban adalah sebagai berikut :

Tabel 3.4
Skor Skala Likert

No	Alternative jawaban	Nilai positif	Nilai negative
1	Sangat sesuai (SS)	5	1
2	Sesuai (S)	4	2
3	Kurang sesuai (KR)	3	3
4	Tidak sesuai (TS)	2	4

[54]Wayan Kencana, *Pemahaman Individu*, (Surabaya:Usaha Nasional, 1993), hlm 50

5	Sangat tidak sesua(STS)	1	5

Sumber : Sugiyono, *Metode Penelitian*.Alfabeta Bandung 2016

F. Teknik Pengolahan Data

Pada penelitian kuantitatif, teknik analisis data yang digunakan sudah jelas yaitu diarahkan untuk menjawab rumusan masalah atau menguji hipotesis yang telah dirumuskan dalam proposal. Menurut Sugiyono:

> Melakukan lakukan analisis adalah pekerjaan yang sulit, memerlukan kerja keras.Analisis memerlukan adanya daya kreatif dan serta kemampuan intelektual yang tinggi. Tidak ada cara tertentu yang dapat diikuti untuk mengadakan analisis, sehingga setiap peneliti harus mencari metode yang dirasakan cocok dengan sifat penelitiannya. Bahan yang sama bisa diklasifikasi lain oleh peneliti yang berbeda.[55]

Berdasarkan kutipan diatas dapat dipahami bahwa analisis merupakan proses mengklasifikasikan data. Data yang telah diolah kemudian dilanjutkan dengan interpretasi data atau proses menafsirkan data, adapun dalam menginterpretasikan data peneliti mengacu kepada interval yang disusun dengan menyusun rentang skor.

Adapun langkah-langkah pengolahan data dalam penelitian ini adalah:

1. Seleksi data, yaitu data yang telah dikumpulkan, diperiksa kembali untuk mengetahui kelengkapan dan kesalahan data.
2. Coding yaitu proses untuk mengklasifikasikan jawaban-jawaban para responden.

[55]Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatf Dan R&D* (Bandung :Alfa Bet, 2007),hlm 334

3. Tabulasi yaitu proses penyusunan data kedalam tabel.
4. Mencari persentase (%) dari setiap item dalam penelitian ini, penulis menggunakan rumus :

$$\%\mathbf{Skor} = \frac{\mathbf{skor\ nyata}}{\mathbf{skor\ ideal}}\mathbf{X\ 100}$$

Keterangan :

Skor Nyata = Skor yang diperoleh

Skor Ideal = Skor tertinggi

5. Selanjutnya menentukan kecenderungan variabel, pengkategorian dilaksanakan berdasarkan mean ideal dan standar deviation ideal.
6. Interpretasi tingkat kecenderungan menjadi lima macam dengan ketentuan sebagai berikut:[56]

Tabel 3.5
Kriteria Analisis Kecenderungan Variabel

No	Rentang kategori skor	Penafsiran
1	20.00% - 36.00%	Tidak baik
2	36.01% - 52.00%	Kurang baik
3	52.01% - 68.00%	Cukup baik
4	68.01% - 84.00%	Baik
5	84.01% - 100%	Sangat baik

[56]Anas Sundijono, *Pengantar Statistic Pendidikan*,... Hlm. 46

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Hasil Penelitian

Pada penelitian ini peneliti membagikan angket kepada 52 responden yang terdiri dari beberapa orang mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 yang terdiri dari kelas PBK A, PBK B, dan PBK C untuk mempermudah dalam mendeskripsikan pada penelitian ini digunakan kriteria tertentu yang mengacu pada rata-rata skor kategori angket yang diperoleh dari responden. Penggunaan skor kategori ini sesuai dengan lima kategori yang terdiri dari tidak baik, kurang baik,cukup baik, baik, dan sangat baik.

Gambaran konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi secara keseluruhan untuk masing-masing indikator lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1

Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan Konseling Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

N	INDIKATOR	Skor		S	R	Skor		Kategori
		M	%			M	M	
1	Konsep diri akademik	3,	6	1	4	5	1	Cukupb

								a i k
2	Penampilan diri	3.	6	1	4	5	1	Cukup baik
3	Konsep diri sosial	3,	6	1	4	5	1	Cukup baik
	Jumlah rata-rata keseluruhan	3,	6	1	4	5	1	Cukup baik

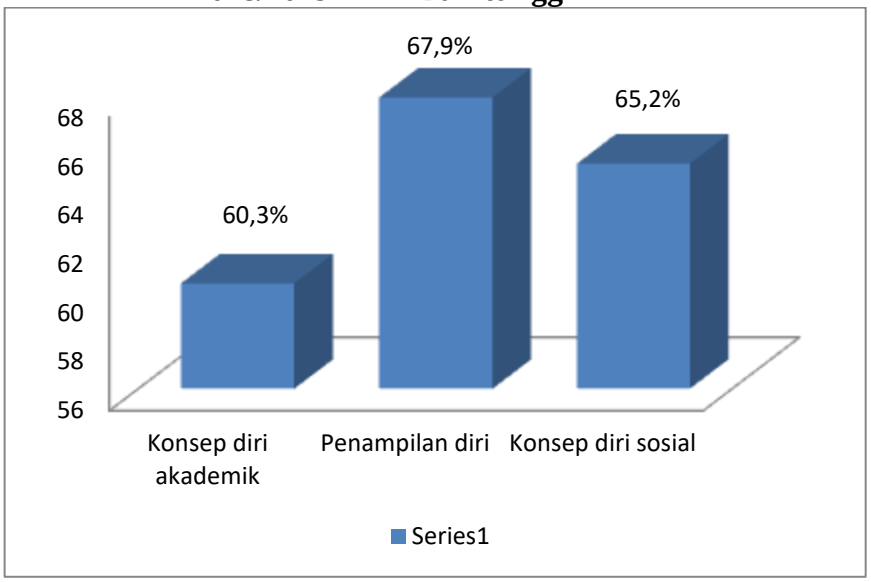
Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat dipahami secara lebih rinci bahwa indikator konsep diri akademik berada pada kategori cukup baik dengan persentase sebesar 60,3% dengan standar devisi 1,12. Pada indikator penampilan diri berada pada kategori cukup baik dengan persentase sebesar 67,9% dengan standar devisi 1,25. Pada indikator konsep diri sosial berada

pada kategori cukup baik dengan persentase sebesar 65,2% dengan standar devisi 1,21. Apabila dilihat secara keseluruhan dapat dipahami bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi lebih dominan pada penampilan diri dengan persentase sebesar 67,9% dengan standar devisi 1,25 yang memiliki kategori cukup baik.

Rincian rata-rata per indikator konsep diri pada tabel diatas dapat juga dilihat pada gambar diagram dibawah, sebagai berikut:

Diagram 4.1

Konsep Diri Mahasiswa Bimbingan Konseling Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi



Gambaran konsep diri mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi secara jelas dan terperinci dapat dilihat pada tabel dibawah:

1. Konsep Diri Akademik

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang rinci, maka dilakukan analisa data hasil penelitian sebagai berikut.

a. Sekolah dan Pekerjaan Sekolah

Tabel 4.2

Mahasiswa Bimbingan Konseling
Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		Ket
		Mean	%			Max	Min	
1	saya melakukan kegiatan belajar kelompok dengan teman-teman saya sehingga saya mampu mengerjakan tugas kuliah dengan baik	3,12	62,3	1,23	4	5	1	Cukup baik
2	Saya penting bagi anggota kelompok diskusi di kampus karena	2,9	58	1,1	4	5	1	Cukup baik

	memiliki banyak wawasan baik tentang bidang akademik maupun non akademik							
3	Saya berani menjawab pertanyaan dosen karena telah belajar sebelumnya sehingga saya diandalkan oleh teman teman di kelas saya	2,9	57	0,8	3	4	1	Cukup baik

4	Saya bolos mata kuliah tertentu karena tidak suka dengan dosen dan anggota kelompok yang telah di tetapkan	3,23	64,6	1,5	4	5	1	Cukup baik
5	Saya dijauhi oleh orang lain karena mencontoh tugas yang diberikan dosen karena malas mencari bahan tugas	3,6	72	1,2	4	5	1	Cukup baik

Jumlah rata-rata keseluruhan	3.15	63	1,2	4	5	1	Cukup baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item sekolah dan pekerjaan sekolah 63% dengan standar deviasi 1,2 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang cukup baik dalam sekolah dan pekerjaan sekolah.

b. Status Intelektual

Tabel 4.3
Mahasiswa Bimbingan Konseling
Angkatan 2018/2019 IAINBukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		Ket
		Mean	%			Max	Min	
1	Saya cerdas karena hasil tes IQ menunjukan kecerdasan diatas normal sehingga	2,9	58	0,8	3	4	1	Cukup baik

	lingkungan saya senang berdiskusi dengan saya							
2	Saya pintar karena sering berdiskusi dengan teman-teman saya sehingga saya memuiliki IP yang bagus	3	61	0,8	2	4	2	Cukup Baik
3	Saya memiliki ingatan yang baik dan kuat dalam mengingat pelajaran sehingga teman saya senang	3,2	63	0,8	3	5	2	Cukup Baik

	berdiskusi dengan saya							
4	Saya orang yang pelupa sehingga teman-teman saya enggan untuk berteman dengan saya	3.13	62,7	1,09	3	5	2	Cukup Baik
5	Saya dijauhi oleh teman-teman saya karena saya memiliki IQ yang rendah	3,4	67,3	1,2	4	5	1	Cukup baik
6	Teman-teman saya enggan untuk bertukar	3,3	66,5	1,1	4	5	1	Cukup Baik

	pikiran karena saya memiliki pola pikir yang kurang bagus							
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,16	63,1	0,98	4	5	1	Cukup Baik

Berdasarkandasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item pernyataan status intelektual 63,1% dengan standar deviasi 0,98 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 di IAIN Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang cukup baik dalam status intelektual.

c. Bakat Khusus

Tabel 4.4

Mahasiswa Bimbingan Konseling
Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya unggul dalam	2,35	46,9	0,95	3	4	1	Kurang

	kegiatan olah raga renang dan membuat saya disuakai oleh lingkungan tempat saya olahraga							baik
2	Saya memiliki bakat dalam menyanyi dan menari yang menyenangkan untuk dilakukan dengan orang orang di sekitar saya	2,71	54,2	1,02	4	5	1	Cukup baik
3	Saya merasa beruntung memiliki bakat dalam bidang IT karna membantu saya dalam	3,02	60,4	1,04	4	5	1	Cukup baik

	membuat tugas kampus dan memberi bantuan terhadap teman-teman saya dalam bidang IT							
4	Bakat vokal yang saya miliki membuat saya bisa berbagi ilmu vokal dengan teman-teman saya	2,7	54	1,1	4	5	1	Cukup baik
5	Bakat menyanyi yang saya miliki tidak tersalurkan karena saya kurang percaya diri tampil di depan orang	2,67	53,5	1,15	4	5	1	Cukup baik

	lain							
6	Orang tua menganggap bakat melukis saya hal yang tidak perlu karena tidak menunjang untuk pembelajaran dan hubungan dengan lingkungan kampus	3	61	1,3	4	5	1	Cukup baik
7	Saya merasa memiliki bakat menari hanya membuang waktu dengan percuma dan akan menggangg u hubungan dengan	3.13	62,7	1,24	4	5	1	Cukup baik

	orang lain							
Jumlah rata-rata keseluruhan		2,8	56	1,13	4	5	1	Cukup baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep ndiri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item bakat khusus 56% dengan standar deviasi 1,13 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 dalam beradaptasi IAIN Bukittingg telah memiliki konsep diri yang cukup baik dalam bakat khusus.

2. Penampilan diri

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang rinci, maka dilakukan analisa data hasil penelitian sebagai berikut:

a. Kesehatan Dan Kondisi Fisik

Tabel 4.5
Mahasiswa Bimbingan Konseling
Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya memiliki tubuh yang sehat dan mendukun	3,58	71,5	1,05	3	5	2	Baik

	g dalam berinterak si dengan lingkunga n							
2	Saya menjaga kebersiha n tubuh agar orang lain merasa nyaman saat berinterak si dengan saya	3,6	71	1,2	4	5	1	Baik
3	Saya sakit-sakitan karena kurang memperha tikan kesehatan tubuh sehingga menggang gu interaksi dengan orang lain	3,7	74	1	4	5	1	Baik

4	Saya memiliki fisik yang lemah karena memiliki penyakit kronis yang membuat saya terbatas untuk melakukan penyesuaian terhadap lingkungan	3,62	72,3	1,16	4	5	1	baik
5	Saya merasa sakit karena penyakit turunan orang tua yang mengham bat saya dalam berinterak	3,9	78	1,1	4	5	1	Baik

	si dengan lingkungan							
6	Merasa menderita karena memiliki penyakit yang mengham at saya dalam berinterak si dengan orang lain	3,8	75	1,2	4	5	1	Baik
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,69	73,7	1,12	4	5	1	Baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item pernyataan kesehatan dan kondisi fisik 73,7% dengan standar deviasi 1,12 yang tergolong pada pada kategori baik, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bimbingan konseling memilki konsep diri yang baik dalam kesehatan dan kondisi fisik.

b. Ciri Kepribadian

Tabel 4.6

Mahasiswa bimbingan konseling Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

Ciri kepribadian

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya orang periang karena lingkungan yang saya tempati juga memiliki orang orang yang periang	3,1	62	1,3	4	5	1	Cukup baik
2	Saya orang yang menyenang kan karena banyak memiliki teman di lingkungan saya berada	3,1	61	1,2	4	5	1	Cukup baik
3	Saya bukan orang yang baik karena berkata kasar pada	3,46	69,2	1,28	4	5	1	Baik

	orang lain di lingkungan kampus dan membuat saya di jauhi oleh orang lain							
4	Saya mudah menyerah dalam melakukan sesuatu sehingga orang lain enggan mengajak saya untuk bekerjasama	2,7	53	1,5	4	5	1	Cukup baik
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,1	61	1,3	4	5	1	Cukup baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item ciri kepribadian 61 % dengan standar deviasi 1.3 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 IAIN Bukittinggi memiliki konsep diri yang cukup baik dalam ciri kepribadian.

c. Karakter Fisik

Tabel 4.7

Mahasiswa bimbingan konseling
Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya memiliki tubuh yang ideal sehingga teman-teman saya senang bergaul dengan saya	2,8	57	1	4	5	1	Cukup baik
2	saya memiliki kulit kuning langsat dan sesuai dengan lingkungan tempat saya berada	2,9	58	1,2	4	5	1	Cukup baik
3	Saya memiliki bekas luka pada	4,2	85	0,9	4	5	1	Sangat baik

	tubuh sehingga saya malu untuk bersosialisasi dengan orang lain							
4	Saya minder berteman dengan orang lain karena warna kulit saya yang gelap	3,5	70	1,4	4	5	1	Baik
5	Saya merasa penampilan fisik saya tidak seperti yang di harapkan karena tidak menunjang saya dalam mendukung penyesuai	3,3	67	1,5	4	5	1	Cukup baik

	an terhadap lingkungan							
6	Saya ingin merubah beberapa bagian tubuh saya karena tidak sesuai dengan standar yang ada di lingkungan	2,9	58	1,7	4	5	1	Cukup baik
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,28	65,5	1,38	4	5	1	Cukup baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item karakter fisik 65,5 % dengan standar deviasi 1,38 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 IAIN

Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang cukup baik dalam karakter fisik.

d. Cara Berpakaian

Tabel 4.8

Mahasiswa bimbingan konseling
Angkatan tahun 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya mencoba menjaga penampilan dengan sebaik-baiknya karena mematuhi aturan tempat saya berada	3,4	68	1,2	4	5	1	Cukup baik
2	Saya rapi dalam berpakaian karena menjadi contoh teladan untuk berpakaian di lingkungan saya berada	3,3	66	1,1	4	5	1	Cukup baik
3	Pakaian yang bersih	3,38	67,7	1,16	4	5	1	Cukup baik

	menjadi hal utama dalam berpenampilan karena memuat orang lain merasa nyaman berada di sekitar saya							
4	Penampilan saya berantakan karena jarang mandi dan membuat orang lain risih berada di dekat saya	3,6	72	1,1	4	5	1	Baik
5	Penampilan saya kurang menarik dibandingkan teman-teman saya karena pakaian yang saya pakai kurang bervariasi	3,35	66,9	1,15	3	5	2	Cukup baik
6	Teman teman saya tidak	3,56	71,2	1,13	4	5	1	Baik

	menyukai saya karena berpakaian kurang rapi sehingga membuat saya kurang percaya diri							
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,44	68,7	1,13	4	5	1	Baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item cara berpakaian 68,7 % dengan standar deviasi 1.13 yang tergolong pada pada kategor baik baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 IAIN Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang baik dalam cara berpakaian.

3. Konsep Diri Sosial

Untuk mendapatkan hasil penelitian yang rinci, maka dilakukan analisa data hasil penelitian sebagai berikut:

a. Rumah Dan Hubungan Keluarga

Tabel 4.9

Mahasiswa Bimbingan Konseling
Angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	

1	Saya memperlakukan keluarga saya dengan baik agar keluarga saya selalu dalam keadaan bahagia	3,37	74,6	0,95	3	5	2	Baik
2	Saya berusaha jujur pada keluarga saya tentang kegiatan di dalam perkuliahan karena saya ingin menjaga kepercayaan keluarga terhadap saya	3,7	75	0,9	3	5	2	Baik
3	Keluarga adalah hal	3,7	74	0,9	3	5	2	Baik

	penting bagi saya karena keluarga tempat saya berkeluh kesah dalam bersosialisasi di lingkungan kampus							
4	Saya berasal dari keluarga yang bahagia karena melindungi saya dari lingkungan yang tidak baik	3,5	71	1	3	5	2	Baik
5	Saya memiliki keluarga yang tidak harmonis karna	3,6	72	1,1	4	5	1	Baik

	orang tua yang bercerai membuat saya tidak nyaman untuk bersosialisasi di lingkungan saya							
6	Saya melawan orang tua saya di dekat teman-teman sehingga teman saya membenci saya karena sikap saya tersebut	3,7	74	1,2	4	5	1	Baik
7	Keluarga tidak memperca yai saya melakukan	3,5	70	1,4	4	5	1	Baik

	kegiatan di luar perkuliahan karena saya berbohong							
8	Saya lebih senag melakukan masukan dari orang lain dibandingkan masukan keluarga	2,6	52	1,2	4	5	1	Cukup baik
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,51	70,1	1,14	4	5	1	Baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item pernyataan rumah dan hubungan keluarga 70,1% dengan standar deviasi 1,14 yang tergolong pada pada kategori baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang baik dalam rumah dan hubungan keluarga.

b. Sikap Dan Hubungan Sosial Dengan Teman Sebaya

Tabel 4.10

Mahasiswa bimbingan konseling angkatan tahun 2018/2019 IAIN Bukittinggi

Sikap dan hubungan sosial dengan keluarga

No	Item pernyataan	Skor		Sd	Range	Skor		KET
		Mean	%			Max	min	
1	Saya mudah bergaul dengan mahasiswa lain di kampus karena saya suka bersosialisai	3,12	62,3	1,18	4	5	1	Cukup baik
2	Saya merasa senang berada di lingkungan kampus karna teman-teman saya bersikap ramah	3,2	63	1	3	5	2	Cukup baik
3	Saya berusaha untuk bersikap baik agar teman merasa lebih nyaman	3,2	64	1,1	3	5	2	Cukup baik

4	Saya dekat dengan teman-teman saya karena periang	3,04	60,8	1,12	4	5	1	Cukup baik
5	Saya dijauhi teman-teman saya karena sering berkata tidak baik	3,3	66	1,1	4	5	1	Cukup baik
6	Saya merasa sulit melakukan pendekatan dengan orang lain karena memiliki kepribadian yang pendiam	2,9	58	1,4	4	5	1	Cukup baik
7	Saya tidak suka terlibat dalam kegiatan diskusi karena akan membosankan	2,7	53	1,3	4	5	1	Cukup baik
8	Saya menjadi marah dan tersinggung	28	57	1,4	4	5	1	Cukup baik

	saat ada orang lain memberikan kritikan pada saya							
9	Saya tidak disukai oleh teman saya karena memiliki sikap egois	3,1	62	1,2	4	5	1	Cukup baik
Jumlah rata-rata keseluruhan		3,04	60,7	1,22	4	5	1	Cukup baik

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa konsep diri mahasiswa IAIN Bukittinggi memiliki persentase skor rata-rata keseluruhan untuk item pernyataan sikap dan hubungan sosial dengan teman sebaya 60,7% dengan standar deviasi 1,22 yang tergolong pada pada kategori cukup baik, maka dapat disimpulkan bahwa konsep diri mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi telah memiliki konsep diri yang cukup baik dalam sikap dan hubungan sosial dengn teman sebaya.

B. Pembahasan

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi dan setelah dilakukan pengolahan data maka diketahui besarnya persentase pada konsep diri akademik adalah 60,3% yang tergolong pada kategori

cukup baik. Seseorang dengan konsep diri seperti ini akan berusaha senantiasa mengembangkan potensi yang dimiliki termasuk potensi untuk belajar dengan baik agar mendapat nilai yang cukup memuaskan. [57]

Pada penampilan diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi dan setelah dilakukan pengolahan data maka diketahui besarnya persentase pada penampilan diri adalah 67,9% yang tergolong pada kategori baik. Orang-orang dengan penilaian diri yang tinggi dan perasaan harga diri yang tinggi umumnya menerima keadaan diri mereka sendiri.[58] Maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki konsep diri yang seperti ini dapat melakukan adaptasi dengan baik karena, percaya diri untuk berada di lingkungannya dengan kondisi fisik yang di miliki.

Pada konsep diri sosial mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi dan setelah dilakukan pengolahan data maka diketahui besarnya persentase pada konsep diri sosial adalah 65,2% yang tergolong pada kategori cukup baik. Dapat kita lihat bahwa dengan konsep diri yang seperti ini Mahasiswa akan tampil lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi.[59]

---

[57] Sholikhin, Meithy Intan R Luawo dan Djunaedi. *Konsep diri akademik peserta didik jenjang menegah pertama berdasarkan jenis kelamin* (juni 2016), Hal 100

[58] Burns. R.B, *Konsep Diri (Teory, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku)*. (Jakarta:Arcan, 1993), hlm. 72

[59] Winanti Siwi Ariest, aries Yulianto, Noryta Widiana. Perbedaan *Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Memepersepsi Pola Asuhan Orang Tua Authoritarian, Permissive dan Autoritative*. Vol 4 . No 2. (Desember 2006). Hal 119-120

Dari pembahasan diatas dapat diketahui konsep diri yang tinggi atau konsep diri yang baik (positif) mempengaruhi adaptai yang dilakukan oleh mahasiswa. Semakin baik konsep diri mahasiswa tersebut makan akan semakin baik pula adaptasi yang dilakukan. mahasiswa diharapkan dapat menjaga konsep diri yang baik dan meningkatkan konsep diri sehingga dapat dengan mudah pula dalam melakukan adaptasi pada lingkungan sekitarnya.

Hasil penelitian di IAIN Bukittinggi menunjukkan bahwa secara keseluruhan tingkat konsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 dalam beradaptasi di IAIN Bukittinggi dengan jumlah persentase tertinggi yang terdapat pada penampilan diri dengan persentase 67,9% dengan kategori cukup baik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi memiliki konsep diri yang cukup baik dalam beradaptasi, hal ini dapat dilihat dari penjabaran berikut: :

1. Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi dan telah dilakukan pengolahan data maka diketahui besar persentase pada konsep diri akademik sebesar 60,3% yang tergolong pada kategori cukup baik. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pada umumnya mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi memiliki konsep diri yang cukup baik dalam konsep diri akademik.
2. Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi dan telah dilakukan pengolahan data maka diketahui besar persentase pada penampilan diri sebesar 67,9% yang tergolong pada kategori cukup baik. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pada umumnya mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi memiliki konsep diri yang cukup baik dalam penampilan diri

3. Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi dan telah dilakukan pengolahan data maka diketahui besar persentase pada konsep diri sosial sebesar 65,2% yang tergolong pada kategori cukup baik. Maka dari itu dapat disimpulkan bahwa pada umumnya mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi memiliki konsep diri yang cukup baik dalam konsep diri sosial.

Dari hasil data secara keseluruhan mahasiswa bimbingan konseling IAIN Bukittinggi terdapat pada jenis indikator penampilan diri dengan jumlah persentase tertinggi yaitu 67,9% dengan kategori cukup baik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian tentang knsep diri mahasiswa bimbingan konseling angkatan 2018/2019 IAIN Bukittinggi, maka peneliti menyarankan kepada:

1. Kepada mahasiswa, hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran seberapa besar konsep diri mereka dalam beradaptasi di lingkungan kampus, sehingga mampu untuk memperbaiki diri kearah yang lebih baik lagi.
2. Kepada masyarakat, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan informasi tentang konsep diri mahasiswa di lingkungan kampus maupun lingkungan masyarakat, sehingga dengan mengetahui konsep diri dapat dilakukan kerjasama dengan masyarakat sekitar untuk meningkatkan konsep diri dalam beradaptasi.

3. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini hanya terbatas pada konsep diri mahasiswa dalam beradaptasi, untuk itu kepada mahasiswa lain yang akan melakukan penelitian perlu diadakan penelitian pada aspek-aspek lainnya.

DAFTAR KEPUSTAKAAN

Adi W. Gunawan.2007 *The Secret Of Mind*. jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama

Anas Sundijono. 2018. *Pengantar Statistic Pendidikan.* Jakarta : Pt. Raya Grafindo Persada

Anwar Sutoyo. 2009. *Pemahaman Individu*. Semarang :Widya Karya

Bimo Walgito. 2011. *Teori-teori psikologi sosial. Yogyakarta,* C.V ANDI OFFSET

Burhan Bungin. 2006. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Jakarta:Kencana

Burns. R.B. 1993. *Konsep Diri (Teory, Pengukuran, Perkembangan Dan Perilaku)*. Jakarta : Arcan

Enung Fatimah. 2010. *Psikologi Perkembangan (peserta didik)*, bandung, CV Pustaka Setia

Erlamsyah. 1999. *Perkembangan konsep diri Anak Usia dini*. Padang:FIP UNP

Elizabeth B. Hurlock. 1980. *Psikologi perkembangan, suatu pendekatan sepanjang rentan kehidupan*. Jakarta: Erlangga

Hendra surya.2007. *Percaya Diri Itu Penting*. Jakarta : PT Alex Media Komputindo

Juliansyah Noor.2015. *Metodologi Penelitian : Skripsi, Tesis, Disertasi, Dan Karya Ilmiah*, Jakarta, Kencana

M. Nur Ghufrondan Rini Riswati S. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta : Ar Ruzz Media

Nanang Martono.2010. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Analisis Isi Dan Analisis Data Sekunder*. Jakarta:Raja Grafindo Persada

Nina W syam. 2012. *Psikologi Sosi.* Bandung : Simbiosa Rekatama Media

Pustaka familia.2016. *konsep diri positif*. yogyakarta : kansius

Rahmat.J. 2007. *Psikologi Komunikasi Remaja* Bandung: Rosdakarya

Safitri Rahmadhan. 2006. *Postive Komunication*. Jakarta : Smartbooks Diglossia Media

Sarlito W. Sarwono.2008. *Psikologi Remaja*. Jakarta:PT Raja Grafndo Persada

Silfia handani &Susi Ratna Sari. 2016. *Ilmu Sosial Budaya Dasar*. lima kaum Batu Sangkar suci percetakan & photocopy centre

Syamsul Bachri Thalib.2010. *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis Empiris Aplikatif*. Kencana: Prenada Media Grup

Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Suharsimi Arikunto. 1993. *Manajemen Penelitian*. Jakarta:Rineka Cipta

Suharsimi Arikunto. 2011. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta:Rinekacipta

Sjarkawi. 2009. *Pembentukan Kepribadian Anak*. Jakarta PT Bumi Aksara

Sukanto. 2004. *Dasar Standardisasi Profesi Konseling*. Jakarta:Direktorat Pembinaan PendidikanTenaga Kependidikan Dan Ketenagaan Perguruan Tinggi

Sumanto. 1995. *Metode Penelitian Social Dan Pendidikan*. Yogyakrta: Andi Affest

Sumadi Suryabrata. 2011. psikologi kepribadian. jakarta PT RAJAGRAFINDO PERSADA

Sunarto, dan Hartono. 2002. *Perkembangan Perserta Didik*. Jakarta: Rineka Cipt

Tim MGBK, *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling Pada SMP Jilid 1* Grasindo : PT Gramedia Widiasarana Indonesia

Wowo Sunaryo Kuswana. 2014 .*BIOPSIKOLOGI.* Bandung. Alfabeta

Fani kumala sari dan Latifah Nur Ahyani. 2012. Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Remaja Di Pani Asuhan, jurnal Psikologi Pitutur volume 1 No 1

Nova anisa .2012. Hubungan antara konsep diri dan kematangan emosi dengan penyesuaian diri istri yang tinggal bersama keluarga suami. Vol 1 No 1

Winanti Siwi Ariest, aries Yulianto, Noryta Widiana. 2006. Perbedaan Konsep Diri Antara Remaja Akhir Yang Memepersepsi Pola Asuhan Orang Tua Authoritarian, Permissive dan Autoritative. Vol 4 . No 2