

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-MANAGEMENT*  
TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA DI  
PONDOK PESANTREN ARAFAH SUNGAI PENUH**

**PROPOSAL SKRIPSI**



Oleh:

**MAHESA NABABIL**

NIM: 2010206034

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
JURUSAN MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM  
KERINCI  
FAKULTAS TEBIYAH DAN ILMU KEGURUAN**

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI (IAIN) KERINCI**

**T.A 2024 M/1444**

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL DAN *SELF-MANAGEMENT*  
TERHADAP PENYESUAIAN DIRI SANTRI TAHUN PERTAMA DI  
PONDOK PESANTREN ARAFAH SUNGAI PENUH**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada

Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci

Untuk memenuhi salah satu persyaratan

Dalam menyelesaikan program sarjana

Manajemen Pendidikan Agama Islam

**OLEH**

**MAHESA NABABIL**

**NIM. 2010206034**

**JURUSAN MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM  
FAKULTAS TEBIYAH DAN ILMU KEGURUAN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGRI (IAIN) KERINCI  
T.A 2024/1445 H**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Saya ang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : **Mahesa Nababil**  
Nim : 2010206034  
Jurusan : Manajemen Pendidikan Islam  
Fakultas : Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri  
(IAIN) Kerinci.

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul **Pengaruh Dukungan Sosial dan Self-Management Terhadap Penyesuaian Diri Santri Pada Tahun Pertama Pesantren Arafah Sungai Penuh** adalah asli dan belum pernah di ajukan untuk mendapatkan gelar akademik pada perguruan tinggi manapun.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah di tulis atau di publikasi orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan di cantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh kerna saya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Kerinci, maret 2024

Saya yang menyatakan,



**Mahesa Nababil**  
Nim : 2010206034

**Drs M. Karim, M.PdI**  
**Seprianto, M.Pd.**  
Dosen Institut Agama Islam Negeri  
(IAIN) Kerinci

Sungai Penuh, 22 Maret 2024

Kepada Yth,  
Bapak Dekan Fakultas Tarbiyah dan  
Ilmu Keguruan IAIN Kerinci  
di

Sungai Penuh

<b>AGENDA</b>	
NOMOR :	293
TANGGAL :	28 03 2024
PARAF :	7

NOTA DINAS

Assalamualaikum Wr, Wb.

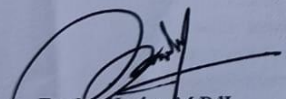
Dengan hormat, setelah membaca dan mengadakan perbaikan seperlunya, maka kami berpendapat bahwa skripsi mahasiswa **Maheza Nababil, NIM 2010206034** yang berjudul **Pengaruh Dukungan Sosial Dan Self-management Terhadap Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh** dapat diajukan untuk dimunaqasahkan guna memperoleh Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Jurusan Manajemen Pendidikan Islam fakultas Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri Kerinci. Maka dengan ini kami ajukan skripsi tersebut, kiranya diterima dengan baik.


Demikian disampaikan, semoga bermanfaat bagi agama, bangsa dan negara.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

Dosen Pembimbing 1

Dosen Pembimbing 2

  
Drs M. Karim, M.PdI  
NIP. 196608062000031003

  
Seprianto, M.Pd.  
NIK. 1501080607880004



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KERINCI  
(IAIN) KERINCI**


Jln. Kapten Muradi, Kec. Pesisir Bukit, Kota Sungai Penuh; Telp (0748) 21065;  
Fax. (0748) 22114; Kode Pos 37112; Website [www.iainkerinci.ac.id](http://www.iainkerinci.ac.id)

Skripsi oleh Mahesa Nababil Nim. 2010206034 dengan judul “Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh” telah diuji dan dipertahankan pada tanggal 3 April 2024.

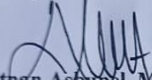
Dewan Penguji

Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd  
NIP. 19730605 199903 1 004

Ketua Sidang

  
Drs. Samin, M. Pdi  
NIP: 196808052000031002

Penguji I

  
Fatmahan Asbupel, M. Pd  
NIP: 19960420 20222031002

Penguji II

Drs. M. Karim, M. Pdi  
NIP: 196608062000031003

Pembimbing I

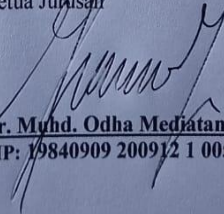
  
Seprianto, M. Pd  
NIP. 15010806 07880 0 004

Pembimbing II

Mengesahkan  
Dekan

Mengetahui,  
Ketua Jurusan

Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd  
NIP. 19730605 199903 1 004

  
Dr. Muhd. Odha Mediatamar, M.Pd  
NIP: 19840909 200912 1 005

**Dr. Hadi Candra, S.Ag., M.Pd**  
**NIP.19730605 199903 1 004**

**Dr. Muhd. Odha Mediatamar, M.Pd**  
**NIP: 19840909 200912 1 005**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**K E R I N C I**

## PERSEMBAHAN DAN MOTTO

### Persembahan

*Kupersembahkan karya ini kepada orang-orang yang kucintai,*

*Ayahanda dan Ibunda*

*Yang selalu memberikan do'a restu*

*dan motivasi sepanjang hidupku.*

*Semoga kesabaran, ketabahan,*

*serta pengorbanan tulus yang diberikan*

*Mendapatkan balasan dari Allah SWT. Amiin*

### MOTTO

إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا (سورة الرعد : ١١)

Artinya: Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. (Q.S. Ar-Ra'du: 11)



## KATA PENGANTAR

الْحَمْدُ لِلَّهِ رَبِّ الْعَالَمِينَ وَالصَّلَاةُ وَالسَّلَامُ عَلَى أَشْرَفِ الْأَنْبِيَاءِ  
وَالْمُرْسَلِينَ وَ عَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ أَجْمَعِينَ

Segala puji bagi Allah tuhan semesta alam. Shalawat dan salam semoga dilimpahkan kepada Rasulullah SAW. Alhamdulillah, penulis bersyukur kepada Ilahi Rabbi yang telah memberikan hidayah beserta taufik-Nya kepada penulis sehingga skripsi yang berjudul: “**Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Self-Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh**” dapat penulis selesaikan.



Penulis menyadari akan adanya berbagai keterbatasan dan kesulitan-kesulitan dalam penulisan skripsi ini, penulis berkeyakinan bahwa skripsi ini tidak luput dari berbagai kekurangan, dan karenanya memerlukan penyempurnaan.

Atas dasar inilah, dengan tangan terbuka dan segala kerendahan hati, penulis mengharapkan kritik dan saran yang positif dan membangun dari para pembaca guna penyempurnaan skripsi ini di masa yang akan datang. Oleh karenanya izinkanlah penulis menghaturkan do'a dan rasa terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci, Wakil Rektor, I, II, III, yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam menyelesaikan semua kelengkapan baik administrasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Dekan, Wakil Dekan, I, II, dan III, Fakultas Tarbiyah dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci yang telah memberikan kemudahan kepada penulis dalam studi dan penulisan skripsi ini.
3. Ketua dan Sekretaris Jurusan Manajemen Pendidikan Islam Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci
4. Bapak Drs. M. Karim, M.PdI selaku pembimbing I dan Bapak Seprianto, M.Pd selaku pembimbing II, yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk mengarah dan membimbing demi selesainya penulisan skripsi ini.

5. Kepala perpustakaan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kerinci beserta seluruh karyawan/ti yang telah memberikan fasilitas pinjaman buku-buku kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Kepala Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh dan staf tata usaha beserta seluruh majelis guru, yang telah memberi izin kepada penulis dan telah membantu menyediakan data-data dan informasi lainnya yang berkenan dengan pembahasan penelitian yang penulis lakukan

Dan atas bantuan serta bimbingan semua pihak, penulis iringi do'a semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal. Amin. Akhirnya kepada Allah SWT penulis berserah diri dan mohon ampun atas kekhilafan serta perlindungannya di dunia dan akherat.

Dusun Baru Jujun, Maret 2024  
Yang menyatakan,

**MAHESA NABABIL**  
Nim. 2010206034

IAIN  
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
KERINCI

## ABSTRAK

Mahesa Nababil, Nim : 2010206034: Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Self-Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Tahun Pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh, 2024

Penelitian ini dilatar belakangi terkait santri baru, mereka harus berhadapan dengan situasi dan kondisi yang berbeda dengan situasi dan kondisi yang dialami sebelum tinggal di pondok pesantren dengan masyarakat lingkungan sekitar, dan penyesuaian-penyesuaian diri lainnya. Keadaan yang begitu berbeda akan membuat para santri mengalami perubahan dan penyesuaian terhadap lingkungan baru yang ditempatinya. Perbedaan tersebut mengharuskan santri untuk mampu menyesuaikan diri di lingkungannya. Selain mendapatkan dukungan sosial santri juga memiliki *Self-Management*, dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Jika santri tidak mampu menyesuaikan diri maka akan menyebabkan beberapa dampak yang terjadi yaitu individu yang bersangkutan akan menghadapi berbagai gejala negatif yang akan mengganggu aktivitas mereka dan berpengaruh pada prestasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dukungan sosial dan self-management berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada Santri Tahun Pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis analisis regresi linear berganda. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) terhadap penyesuaian diri (Y) dengan nilai signifikansi untuk pengaruh dukungan sosial (X1) terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) dengan nilai signifikansi untuk pengaruh *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,003 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) dengan nilai sig  $0,000 < 0,05$  dan nilai  $f_{hitung} 31.144 > f_{tabel} 3,20$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H3 diterima yang berarti terdapat pengaruh antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh. Besar pengaruh dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) adalah sebesar 55,7%. Artinya sebesar 55,7%, penyesuaian diri santri tahun pertama Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh di pengaruhi oleh perubahan dari dukungan sosial dan *self-management*.

**Kata Kunci:** Dukungan Sosial, *Self-Management*, Penyesuaian Diri

### **ABSTRACT**

Maheza Nababil, Nim : 2010206034: The Influence of Social Support and Self-Management on the Self-Adjustment of First Year Students at the Arafah Sungai Penuh Islamic Boarding School, 2024

The background of this research is related to new students, they have to deal with situations and conditions that are different from the situations and conditions experienced before living in the Islamic boarding school with the surrounding community, and other adjustments. Such different circumstances will make the students experience changes and adjustments to the new environment they live in. These differences require students to be able to adapt to their environment. Apart from getting social support, students also have self-management, in adapting to new environments. If students are unable to adapt, it will cause several impacts, namely that the individual concerned will face various negative symptoms which will disrupt their activities and affect their achievement. The aim of this research is to find out whether social support and self-management influence the adjustment of first year students at the Arafah Sungai Pemih Islamic Boarding School. This research uses a quantitative approach with multiple linear regression analysis. There is a significant influence between social support (X1) on self-adjustment (Y) with the significance value for the influence of social support (X1) on self-adjustment (Y) is  $0.000 < 0.05$  so it can be concluded that H1 is accepted which means there is a significant influence between social support (X1) adjustment (Y) of first year students at the Arafah Islamic Boarding School. There is a significant influence between self-management (X2) on self-adjustment (Y) with the significance value for the influence of self-management (X2) on self-adjustment (Y) is  $0.003 < 0.05$  so it can be concluded that H2 is accepted which means there is an influence There is a significant difference between self-management (X2) and self-adjustment (Y) of first year students at the Arafah Islamic Boarding School. There is a significant influence between social support (X1) and self-management (X2) simultaneously

on self-adjustment (Y) with a sig value of  $0.000 < 0.05$  and a f count value of  $31,144 > f$  table 3.20 so it can be concluded that H3 is accepted which means There is an influence between social support (X1) and self-management (X2) simultaneously on the self-adjustment (Y) of first year students at the Arafah Sungai Penuh Islamic Boarding School. The simultaneous influence of social support (X1) and self-management (X2) on self-adjustment (Y) is 55.7%. This means that 55.7% of students' adjustment in the first year of the Arafah Sungai Penuh Islamic Boarding School is influenced by changes in social support and self-management.

Keywords: Social Support, Self-Management, Adjustment



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>NOTA DINAS</b> .....	ii
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	iii
<b>PENGESAHAN</b> .....	iv
<b>ABSTRAK</b> .....	v
<b>PERSEMBAHAN DAN MOTTO</b> .....	vii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	x
 <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>	
A. Dukungan Sosial .....	12
B. <i>Self-Management</i> .....	18
1. Teknik Konseling <i>Self-Management</i> .....	20
2. Tujuan <i>Self-Management</i> .....	22
3. Manfaat <i>Self-Management</i> .....	22
C. Penyesuaian Diri .....	23
1. Komponen Penyesuaian Diri.....	26
2. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri.....	29
3. Kriteria keberhasilan Penyesuaian Diri.....	32
D. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri .....	33
E. Pengaruh <i>Self-Management</i> terhadap Penyesuaian Diri .....	34
F. Penelitian yang Relevan.....	34
G. Kerangka Berpikir .....	36
H. Hipotesis.....	36

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	38
B. Desain Penelitian.....	38
C. Populasi dan Sampel .....	39
D. Variabel Penelitian .....	40
E. Teknik Analisa Data .....	40
F. Instrumen Penelitian.....	41
G. Teknik Analisis Data.....	45

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

A. Penyajian Data .....	50
1. Deskripsi Statistik .....	50
2. Deskripsi Dukungan Sosial.....	51
3. Deskripsi <i>Self-Management</i> .....	52
4. Deskripsi Penyesuaian Diri.....	53
B. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	53
1. Uji Validitas.....	53
2. Uji Reliabilitas .....	55
C. Uji Asumsi Klasik .....	56
a. Uji Normalitas.....	56
b. Uji Multikolinieritas.....	57
c. Uji Heteroskedastisitas.....	58
D. Uji Hipotesis .....	59
E. Pembahasan.....	62

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	70
B. Saran .....	71

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN-LAMPIRAN**



**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I**



# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif sehingga siswa dapat secara aktif mengembangkan potensi dirinya. Pendidikan juga dapat diartikan sebagai usaha untuk membantu jiwa anak, baik secara mental maupun fisik, dari sifat aslinya menuju ke arah peradaban manusiawi yang lebih baik. Selain itu pendidikan merupakan proses yang berkesinambungan dan tidak pernah berakhir (*never ending process*), sehingga dapat menghasilkan kualitas yang berkesinambungan, yang ditujukan pada perwujudan sosok generasi penerus yang berakar pada nilai-nilai filosofis dan budaya bangsa serta berpedoman pada Pancasila (Sujana, 2019).

Pendidikan merupakan salah satu bentuk perwujudan kebudayaan manusia yang dinamis dan sarat perkembangan (Trianto, 2009: 1). Perubahan atau perkembangan pendidikan merupakan hal yang seharusnya terjadi sejalan dengan perubahan dan perkembangan kebudayaan manusia. Pendidikan selalu mengalami pembaharuan dalam rangka mencari struktur kurikulum, sistem pendidikan, media pembelajaran, metode pengajaran yang efektif dan efisien serta menyenangkan bagi siswa. Pembaharuan tersebut nantinya diharapkan mampu merubah siswa menjadi lebih baik. Pendidikan juga merupakan salah satu komponen kehidupan yang paling penting dalam sejarah peradaban manusia. Aktifitas ini telah dimulai sejak manusia

diciptakan Allah sampai akhir dimuka bumi ini. Bahkan berdasarkan firman Allah pendidikan awalnya dimulai dari Allah SWT. Sesuai dengan firman Allah SWT pada surat Al-Baqarah ayat 31 yang berbunyi :

وَعَلَّمَ آدَمَ الْأَسْمَاءَ كُلَّهَا ثُمَّ عَرَضَهُمْ عَلَى الْمَلَائِكَةِ فَقَالَ أَنْبِئُونِي بِأَسْمَاءِ هَٰؤُلَاءِ إِنْ كُنْتُمْ صَادِقِينَ

صَادِقِينَ

Artinya: Dan (Allah) mengajarkan kepada adam nama-nama (benda-benda) seluruhnya, kemudian diperlihatkan kepada malaikat lalu berfirman: sebutkanlah kepada-Ku nama semua (benda) jika kalian yang benar. (QS. AlBaqarah: 31).

Pendidikan merupakan salah satu kepentingan individu yang sangat penting yang bertujuan untk menjadikan individu yang memiliki karakter baik, berbudi luhur dan berpengetahuan menuruh norma dan cita-cita yang tertera di warga negara serta untk mencerdaskan masyrakat seperti tertera dalam pembukaan UUD 1945. Pendidikan memeberikan Fasilitas terjadinya perbuhan agar dapat terbentuknya Pendidikan yang mereta, bermutu, dan berhubungan dengan kepentingan masyarakat. Untuk meningkatkan pelaksanaan tujuan Pendidikan agar dapat terlaksana, pendiddikan memerlukan potensi manusia.

Salah satu lembaga pendidikan Islam yang merupakan subkultural masyarakat Indonesia adalah pesantren. Pada awal didirikannya, pesantren tidak semata-mata ditujukan untuk memperkaya pikiran santri (murid) tetapi meningkatkan moral (akhlaq), memotivasi, menghargai nilai-nilai spiritual dan kemanusiaan, mengajarkan tingkah laku dan bermoral serta mempersiapkan para santri untuk hidup sederhana dan bersih hati.

Pondok pasantren merupakan Lembaga yang bisa di katakana sebagai wujud proses perkembangan system Pendidikan mana pelajaran agama yang

lebih utamakan, serta para siswa dan siswinya lebih dikenal dengan sebutan santri, yang harus tinggal di lingkungan Pasanteren. Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan yang paling berpengaruh sampai sekarang. Keadaan di pondok yang telah diatur sedemikian rupa dari mulai situasi asrama hingga jadwal lainnya yang telah dibuat demi kepentingan santri ternyata membawa permasalahan tersendiri bagi santri, khususnya santri yang baru lulus SD menuju ke SMP. Pada masa transisi inilah santri dituntut untuk tinggal secara mandiri, terpisah dari orang tua dan keluarga, hidup dan tinggal dilingkungan pondok pesantren yang berbeda dengan tempat tinggal di rumah mengharuskan santri untuk mampu melakukan penyesuaian diri.

Di Indonesia, khususnya Di Kota Sungai Penuh banyak terdapat beberapa pondok pesantren, seperti salah satunya pondok pesantren Arafah. Seperti pondok pesantren pada umumnya pesantren ini memiliki banyak peraturan yang harus ditaati oleh santri yang memutuskan untuk melanjutkan pendidikan di pesantren ini, seperti wajib tinggal di asrama yang telah disediakan, mengikuti semua kegiatan yang telah ditetapkan dari pagi hingga malam hari, menjaga kebersihan dan ketertiban selama tinggal di pondok, mampu hidup secara mandiri, misalnya seperti mencuci pakaian sendiri, tidak boleh membawa handphone dan lain-lain. Sehingga tidak menutup kemungkinan dilingkungan yang seperti ini santri harus melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan pondok pesantren.

Santri yang tidak terbiasa jauh dari orang tua dan selalu mengandalkan orangtuanya akan merasa sedikit kualahan dengan kehidupan di pasantren.

Beberapa dari mereka mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan di pasantren, mereka memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi di pondok pasantren, seperti pada pondok pasantren Arafah Sungai Penuh. Beberapa santri Pondok Pasantren Arafah merasa kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungan pondok pasantren. Hal ini terjadi karena mereka merasa sulit untuk bersosialisasi sehingga sulit untuk dekat dengan teman-teman baru di Pondok. Mereka merasa putus asa dan tidak yakin akan dirinya sendiri bahwa mereka bisa menyesuaikan diri dengan baik dan bersosialisasi dengan baik. Menurut Lathifah (2015), tidak selamanya individu berhasil dalam penyesuaian diri, hal ini disebabkan adanya rintangan atau hambatan tertentu yang menyebabkan seseorang itu tidak mampu melakukan penyesuaian diri secara optimal. Rintangan rintangan itu dapat bersumber dari dalam dirinya sendiri atau diluar dirinya.

Banyak faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, salah satunya adalah dukungan sosial. Santrok (dalam Handano & Bshori, 2013) mengemukakan bahwa dukungan sosial adalah sebuah informasi atau tanggapan dari pihak lain yang di sayangi dan di cintai yang menghargai dan menghormati dan mencakup suatu hubungan komunikasi dan situasi yang saling bergantungan. Bahwa seseorang yang memiliki dukungan sosial percaya bahwa mereka di cintai, dihargai, dan merupakan sebagian dari jaringan sosial, seperti keluarga atau organisasi komunitas, yang dapat membantu mereka pada saat dibutuhkan. Setiap siswa memiliki perbedaan kemampuannya dalam menyesuaikan diri. Salah satu faktornya adalah *self\_management*. Siswa yang

memiliki kemampuan *self\_management* akan lebih mampu dalam berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan *self-management* siswa mengelola diri dengan baik secara pikiran, perasaan, kemauan dan aktivitas sehingga siswa mampu memanfaatkan berbagai daya yang dimiliki untuk mandiri dan mengendalikan diri sesuai dengan realita kehidupan (Prijosaksono & Mardianto, 2003; Susanto, 2018; Thahir & Hidriyanti, 2014; Yuhana & Aminy, 2019). Salah satu manfaat self manajemen bagi siswa yaitu melatih keterampilan diri untuk mampu menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan orang lain. *self-management* ini sangat dibutuhkan siswa untuk penyesuaian diri siswa selama proses belajar mengajar berlangsung. (Gustiana, Arifin, & Marlina, 2017).

Anak yang dapat mengontrol dirinya dan menyesuaikan dirinya dengan baik di lingkungan Pondok Pasantren kebanyakan karena memiliki rasa yakin akan dirinya sendiri bahwa hal seperti ini merupakan hal yang biasa dan juga dukungan dari orangtua dan teman temannya juga yang membuat mereka menjadi bisa bertahan dan menyesuaikan dirinya dengan baik disani atau bisa dibilang anak tersebut memiliki *self-management* yang cukup tinggi. Menurut Bandura.

Remaja yang mengadakan penyesuaian diri pada kehidupan pondok pesantren tentunya masih membutuhkan dukungan baik secara emosi dan materi dari orang tua selaku orang dewasa dalam keluarga. Orang tua dalam memberikan dukungan sosial dapat memberikan saran yang baik kepada santri dalam menyesuaikan diri pada kehidupan pondok pesantren, orang tua diharap memenuhi kebutuhan kehidupan remaja secara proposional kepada remaja,

orang tua memenuhi kebutuhan belajar remaja, serta senantiasa memberikan nasihat untuk remaja dan lain sebagainya. Mengingat permasalahan penyesuaian diri remaja terhadap kehidupan selama di pondok pesantren yang penting untuk diperhatikan demi terciptanya suasana belajar yang lebih kondusif untuk remaja seperti yang kompleks. Maka dukungan sosial orang tua yaitu segala bentuk bantuan yang diberikan oleh orang tua, yang kemudian di persepsi oleh anak secara subjektif dimana anak merasa puas dengan bantuan yang di berikan oleh orang tuanya.

Setiap siswa memiliki perbedaan kemampuannya dalam menyesuaikan diri. Salah satu faktornya adalah *self manajemen*. Siswa yang memiliki *self-management* akan lebih mampu dalam berinteraksi dengan orang lain. Kemampuan *self-management* siswa mengelola diri dengan baik secara pikiran, perasaan, kemauan dan aktivitas sehingga siswa mampu memanfaatkan berbagai daya yang dimiliki untuk mandiri dan mengendalikan diri sesuai dengan realita kehidupan. Salah satu manfaat *self-management* bagi siswa yaitu melatih keterampilan diri untuk mampu menyesuaikan diri dan berinteraksi dengan orang lain *self-management* ini sangat dibutuhkan siswa untuk penyesuaian diri siswa selama proses belajar mengajar berlangsung. (Gustiana, Arifin, & Marlina, 2017).

Adapun hasil observasi dan wawancara dengan ustadz di pondok pesantren arafah sungai sungai penuh, adapun sejumlah fenomena yang terjadi di lapangan yaitu adanya dampak dari lemahnya penyesuaian diri santri pada tahun pertama seperti stres akademik, motivasi belajar rendah, kesehatan

menurun dan merasa pesimis. Memicu beberapa perilaku yang salah dikarenakan ketidakmampuan siswa dalam menyesuaikan diri di lingkungan pondok pesantren. Terutama dalam mengikuti peraturan- peraturan yang begitu ketat dibanding dengan sekolah lamanya. Jadwal pembelajaran yang padat yang dimulai dengan bangun tidur pukul 04.30 WIB dengan jadwal belajar yang sangat padat tersebut membuat para siswa bosan dan jenuh, sehingga menyebabkan siswa yang tidak mampu beradaptasi dengan baik akan berdampak buruk terhadap manajemen diri siswa. Masih ada siswa yang kesulitan berinteraksi dengan lingkungan barunya, baik berinteraksi dengan teman-temannya maupun dengan gurunya selama proses belajar mengajar berlangsung. Selain itu, siswa yang sering melanggar kedisiplinan yang telah diterapkan oleh Pasantren Arafah Sungai Penuh. Tuntutan akademik juga mengharuskan mereka memiliki penyesuaian diri yang baik agar tidak sampai depresi. Penyesuaian diri yang lemah pada santri seringkali menyebabkan sikap terlalu tertutup, adanya keinginan untuk keluar dari pondok (Oetomo dkk, 2017)

Pemaparan diatas secara umum menunjukkan bahwa dukungan sosial dan *self-management* adalah faktor penting yang mempengaruhi penyesuaian diri pada santri tahun pertama. Pengabaian terhadap penyesuaian diri pada santri baru dapat beresiko meningkatkan perilaku negatif dan yang tidak di harapkan. Fenomena ini merupakan suatu hal penting dan perlu di perhatikan sehingga mengetahui apakah ada Langkah-langkah lanjut untuk menyelesaikan permasalahan ini. Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, maka penulis

tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Self- Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Pada Tahun Pertama Di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh”.

## **B. Batasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang di kemukakandapat diketahui masalah-masalah penilitan ini cukup luas. Mengingat keterbatasan peniliti dalam melakukan peniltian serta untk membuat penilitian lebih terarah, maka masalah yang di kaji pada Pengaruh Dukungan Sosial Dan *Self- Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Pada Tahun Pertama Di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh.

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang di atas, penulis menarik suatu rumusan masalah yang akan di bahas dalam penilitian ini, yakni :

1. Bagaimana pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh?
2. Bagaimana pengaruh *self management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh?
3. Bagaimana pengaruh dukungan sosial dan *self- management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh?
4. Berapa besar pengaruh dukungan sosial dan *self- management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh?



## **D. Tujuan dan Mandaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Terkait dengan permasalahan yang telah di rumuskan, penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh.
2. Untuk mengetahui pengaruh *self management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama Di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh.
3. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan *self- management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh
4. Untuk mengetahui berapa besar pengaruh dukungan sosial dan *self-management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh

### **2. Manfaat Penelitian**

Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah wawasan bagi peneliti, serta merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan studi tingkat sajana di Fakultas Tarbiyah Dan Ilmu Keguruan Institut Agama Islam (IAIN) Kerinci
2. Santri yang dihasilkan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan juga wawasan dalam Pengaruh Dukungan

Sosial Dan *Self- Management* Terhadap Penyesuaian Diri Santri Pada Tahun Pertama Di Pondok Pasantren Arafah Sungai Penuh.

3. Sebagai sumber informasi dan bahan pengetahuan semua pihak yang membutuhkan.
4. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu bahan referensi dan perbandingan untuk peneliti selanjutnya.

## **E. Definisi Operasional**

### **1. Dukungan Sosial**

Pierce (dalam Kaul and Cavanaugh, 2000) mendefinisikan dukungan sosial sebagai sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu untuk menghadapi setiap permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari dalam kehidupan. Dimatteo (1991) mendefinisikan dukungan sosial sebagai dukungan atau bantuan yang berasal dari orang lain seperti teman, tetangga, teman kerja dan orang-orang lainnya.

### **2. *Self-Management***

*Self-management* didefinisikan sebagai suatu usaha dari individu untuk mengontrol perilakunya (Millis dalam Gerhardt, 2006). Lebih spesifiknya, self management meliputi penyelesaian masalah, menetapkan tujuan, mengamati waktu dan masalah lingkungan yang dapat menghambat dalam mencapai tujuan dan menggunakan reinforcement dan punishment untuk mencapai tujuan tersebut (Frayne dalam Gerhardt, 2006).

### **3. Penyesuaian Diri Santi Tahun Pertama**

Penyesuaian diri memiliki peran yang sangat urgen untuk mendapatkan keharmonisan jasmani dan rohani. Siswa yang memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan baik akan mendapatkan kepuasan terhadap diri begitu juga dengan lingkungannya.



## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial adalah Kenyamanan secara fisik dan psikologis yang diberikan oleh orang lain. Dukungan sosial yang dirasakan individu dapat diterima dari berbagai pihak, yang diberikan baik secara disadari maupun tidak disadari oleh pemberi dukungan. Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2011). Indikator dukungan sosial yaitu : dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrument, dukungan informasi, dan dukungan jaringan sosial. Dikemukakan oleh Sarifino dan Timothy (2011).

Dukungan sosial (social support) didefinisikan oleh Gottlieb (dalam, Maslihah, 2011) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau pengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Bentuk-bentuk dukungan sosial menurut Sarafino (2011) adalah sebagai berikut: (1) dukungan Penghargaan, dukungan ini dapat berupa penghargaan positif kepada orang lain, mendorong dan memberikan persetujuan atas ide-ide individu atau perasaannya, memberikan semangat, dan membandingkan orang tersebut secara positif; (2) dukungan Emosional, yaitu dukungan yang

berhubungan dengan hal yang bersifat emosional atau menjaga keadaan emosi, afeksi atau ekspresi. Dukungan ini meliputi ekspresi empati, kepedulian, dan perhatian pada individu, memberikan rasa nyaman, memiliki dan perasaan dicintai; (3) dukungan Instrumental, dukungan ini merupakan pemberian sesuatu berupa bantuan nyata (tangible aid) atau dukungan alat (instrumental aid) (4) dukungan Informasi, dukungan informasi berarti memberi solusi pada suatu masalah. Dukungan ini diberikan dengan cara menyediakan informasi, memberikan saran secara langsung, atau umpan balik tentang kondisi individu dan apa yang harus ia lakukan.

Dukungan sosial merupakan makna dari hadirnya orang lain yang dapat diandalkan untuk dimintai bantuan, dorongan, dan penerimaan apabila individu yang bersangkutan mengalami kesulitan dalam berinteraksi dengan lingkungannya (Johnson dalam Handono, 2013). Jadi, pada dasarnya dukungan sosial merupakan hubungan yang sifatnya menolong disaat individu sedang mengalami persoalan atau kesulitan, baik berupa informasi maupun bantuan nyata, sehingga membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai. Individu yang mendapatkan dukungan sosial akan mudah dalam penyesuaian diri dengan lingkungannya, karena dia akan selalu merasa tidak sendirian ketika harus menghadapi segala permasalahan yang ada.

Menurut Sarafino (2006) dukungan sosial yaitu bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong. Taylor (2003) berpendapat bahwa dukungan sosial merupakan bentuk

pemberian informasi serta merasa dirinya dicintai dan diperhatikan, terhormat dan dihargai, serta merupakan bagian dari jaringan komunikasi dan kewajiban timbal balik dari orang tua, kekasih/kerabat, teman, jaringan lingkungan sosial serta dalam lingkungan masyarakat. Aspek-aspek dukungan sosial Menurut Sarafino (dalam kumalasari & Latifah, 2012) yaitu, dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi dan dukungan penghargaan. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi dukungan sosial) yaitu, empati, norma-norma dan nilai sosial, pertukaran sosial. Dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima individu dari orang-orang dalam kehidupannya yang berada dalam lingkungan sosial tertentu sehingga individu penerima merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai. Rock (2010) mengatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu fungsi dari ikatan sosial, ikatan-ikatan sosial tersebut menggambarkan tingkat kualitas umum dari hubungan interpersonal. Dukungan sosial yang diterima dapat membuat individu merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul rasa percaya diri dan kompeten.

Jadi dari pemaparan dari para ahli diatas maka persepsi individu penerima bantuan menjadi faktor yang penting dari dukungan sosial. Sumber-sumber dukungan sosial) terbagi menjadi 3 kategori, yaitu: pertama, sumber dukungan sosial yang berasal dari individu yang selalu ada sepanjang hidupnya, yang selalu bersama dan mendukungnya. Misalnya orang tua, keluarga dekat, pasangan hidup atau teman-teman dekat. Kedua, sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sedikit berperan dalam hidupnya dan cenderung berubah sesuai dengan waktu. Sumber ini meliputi

teman kerja, tetangga, sanak keluarga dan sepergaulan. Ketiga, sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan sosial dan memiliki peran yang sangat cepat berubah. Sumber dukungan yang dimaksud meliputi supervisor, tenaga ahli atau profesional dan keluarga jauh.

Sumber utama dukungan sosial adalah orang-orang terdekat individu yang selalu hidup bersama dengan individu seperti orang tua, keluarga, pasangan hidup dan teman-teman dekat. Letak dasar hubungan sosial anak adalah hubungan orang tua dengan anak, dimana orang tua memiliki peran penting dalam keluarga sebagai orang dewasa yang memberikan rasa aman, kasih sayang, perlindungan, dan pendidikan.

Santrock (2009) menjelaskan bahwa orang tua berperan sebagai tokoh penting dengan siapa anak menjalin hubungan dan merupakan suatu system dukungan ketika anak menjajaki suatu dunia sosial yang lebih luas dan kompleks. Maka dukungan sosial orang tua yaitu segala bentuk bantuan yang diberikan oleh orang tua, yang kemudian di persepsi oleh anak secara subjektif dimana anak merasa puas dengan bantuan yang di berikan oleh orang tuanya. Dari beberapa pengertian tersebut dapat di lihat bahwa dukungan sosial merupakan suatu persepsi individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, nyaman, diberi dukungan, serta merasa diterima dalam keadaan apapun. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai sumber yakni teman sebaya, keluarga atau orang tua, kekasih maupun dari orang lain yang berada dilingkungannya, bukan hanya mendapatkan dukungan sosial tetapi individu juga dapat berperan

menjadi penyedia dukungan sehingga terciptanya hubungan timbal balik yang saling menguntungkan.

Dukungan sosial ialah, jumlah sumber dukungan yang tersedia dan tingkat kepuasan akan dukungan sosial yang diterima. Jumlah dukungan merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan. Tingkat kepuasann akan dukungan sosial yang diterima berkaitan dengan persepsi individu bahwa kebutuhannya akan terpenuhi berdasarkan kualitas dukungan yang diperoleh. Dukungan sosial ada dua yaitu, dukungan sosial artifisial dan dukungan sosial natural. Dukungan sosial artifisial merupakan dukungan sosial yang dibentuk kedalam kebutuhan primer individu. Dukungan sosial natural yakni dukungan yang diterima melalui interaksi sosial dalam kehidupan.

### **1. Faktor-faktor dukungan sosial**

Dukungan sosial dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, penerima dukungan (Recipients of support), penyedia dukungan (providers of support) dan jaringan sosial (social network) (Sarafino, 2011 Rachmaningtyas & Khoirunnisa, 2022). Ketika individu sebagai penerima dukungan (recipients of support) cenderung tidak ramah, tidak membantu orang lain, merasa tidak nyaman untuk bercerita maka kemungkinan besar mereka tidak akan memperoleh dukungan sosial. Sebaliknya jika individu terbuka, sering membantu dan memiliki sifat yang ramah maka besar kemungkinan individu tersebut menerima dukungan sosial lebih banyak.



Ketika individu sebagai penyedia dukungan (providers of support) tidak memiliki daya yang dibutuhkan penerima, sedang tertekan dengan masalahnya pribadi, atau tidak peka terhadap kebutuhan orang lain, maka kemungkinan besar mereka tidak memberikan dukungan. Sebaliknya jika individu yang peka terhadap kebutuhan orang lain, maka kemungkinan besar individu tersebut akan memberikan dukungan. Bukan hanya pemberi dan penerima dukungan tetapi dukungan sosial juga bergantung pada jaringan sosial (social network) yang dimiliki, seperti seberapa dekat, dan frekuensi kontak sosial dengan orang yang mereka kenal. Semakin banyak dan semakin dekat dengan orang lain semakin banyak puladukungan sosial yang diperoleh dan diberikan.

Dukungan sosial memiliki beberapa faktor yaitu, afeksi, penegasan, dan bantuan. afeksi meliputi ekspresi menyukai, mencintai, mengagumi serta menghormati. penegasan meliputi ekspresi persetujuan, penghargaan terhadap ketepatan, kebenaran dalam bertindak, dan pandangan. kemudian bantuan meliputi transaksi dimana bantuan dan pertolongan dapat diberikan secara langsung seperti barang, uang, informasi, nasihat dan waktu. Aspek-aspek dukungan sosial Beberapa Aspek dukungan sosial yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif dan dukungan instrumental. Dukungan sosial memiliki dua dimensi yaitu dimensi Perceived Availability of Social Support/Perasaan akan Tersedianya Dukungan Sosial dan Satisfaction with Social Support/Kepuasan terhadap Dukungan Sosial (Sarason dkk., 1990; Estiane, 2015; Rembulan & Hakiki, 2019).

Dimensi Perceived Availability of Social Support merupakan persepsi individu dengan individu lain yang berpengaruh dapat berpotensi yang positif untuk memberikan bantuan di saat kesusahan dan putus asa. Kemudian dimensi Satisfaction with Social Support berupa kepuasan individu dalam memperoleh dukungan. Enam aspek dukungan sosial yaitu, emotional attachment, social integration, reassurance of worth, reliable reliance, guidance, dan opportunity for nurturance (Dluha dkk., 2020). Emotional attachment adalah dukungan yang diberikan sehingga individu merasa memperoleh kedekatan emosional. Social integration yakni dukungan yang memungkinkan individu untuk berbagi minat dan memberikan perhatian.

Reassurance of worth merupakan dukungan yang berupa pengakuan atau penghargaan atas kemampuan individu. Reliable reliance merupakan tuntutan agar orang lain dapat menjamin dukungannya secara terus menerus kepada individu yang menerima dukungan. Guidance merupakan dukungan yang membuat individu memperoleh informasi, saran dan nasihat yang berguna untuk mengatasi segala permasalahan yang dihadapi. Opportunity for nurturance merupakan dukungan yang membuat individu memperoleh kesejahteraan.

### **B. *Self-Management***

Self management adalah suatu proses dimana konseli mengarahkan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan satu strategi atau kombinasi strategi. Konseli harus aktif menggerakkan variable internal, eksternal untuk melakukan perubahan yang di inginkan. Walaupun konselor

yang mendorong dan melatih prosedur ini. Dalam menggunakan prosedur self management, konseli mengarahkan usaha perubahan dengan mengubah aspek-aspek lingkungannya atau dengan mengatur konsekuensi. Terdapat empat indikator yang di rumuskan oleh Gie (2000) yaitu, *self motivation* (pendorong diri), *self organization* (penyusun diri), *self control* (pengendalian diri), dan *self development* (pengembangan diri).

Menurut Sukadji sebagaimana dikutip oleh Annisa bahwa pengelolaan diri (self management) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu : menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur yang akan diterapkan, melaksanakan prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektifitas prosedur tersebut. Salah satu teknik yang diterapkan dalam pendekatan behavior adalah self management. Self management dalam terminology pendidikan, psikologi, dan bisnis adalah metode, keterampilan dan strategi yang dapat dilakukan oleh individu dalam mengarahkan secara efektif pencapaian tujuan aktifitas yang mereka lakukan, termasuk didalamnya goal setting, planning, scheduling, task tracking, self evaluation, self intervention dan self development, selain itu self management juga dikenal sebagai proses eksekusi (pengambilan keputusan). Sedangkan menurut Gantina menjelaskan tentang self management adalah proses dimana individu mengatur dirinya sendiri. Selanjutnya menurut Stewart dan Luwis mengemukakan bahwa self management menunjukkan pada kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sulit.

Dari teori diatas dapat disimpulkan bahwa self management adalah proses seorang individu melakukan perubahan tingkah laku mereka sendiri, dengan menggunakan keterampilan yang diperoleh dalam sesi konseling. Keterampilan individu tersebut untuk memotivasi diri, mengelola semua unsur yang ada dalam diri, berusaha untuk memperoleh apa yang ingin dicapai serta mengembangkan pribadinya menjadi lebih baik. Ketika individu dapat mengelola semua unsur yang terdapat dalam dirinya meliputi pikiran, perasaan dan tingkah laku maka dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah memiliki self management.

### **1. Teknik Konseling *Self Management***

Konseling merupakan suatu proses komunikasi bantuan yang amat penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana guru BK melakukan intervensi kepada peserta didik. Dengan kata lain, konseling memerlukan keterampilan (skill) pada pelaksanaannya. Gunarsa menyatakan bahwa self management meliputi pemantauan diri (self monitoring), reinforcement yang positif (self reward) dan pengasuhan terhadap rangsangan (stimulus control). Berikut akan penulis uraikan satu persatu yaitu :

- a. Pemantauan Diri (self monitoring) merupakan suatu proses peserta didik mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. Dalam pemantauan diri ini biasanya peserta didik mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi

- b. Reinforcemen yang positif (self reward) digunakan untuk membantu peserta didik mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar teknik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri parallel dengan ganjaran yang di administrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang di administrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.
- c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (self contracting), adapun beberapa langkah dalam self contracting ini yaitu Peserta didik membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku dan perasaan yang diinginkannya, Peserta didik meyakini semua yang ingin diubahnya, peserta didik bekerjasama dengan teman/keluarga dalam menjalani program Self Management. peserta didik akan menanggung resiko dengan program self management yang dikakukanya dan pada dasarnya semua yang peserta didik harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk peserta didik itu sendiri.
- d. Penguasaan terhadap rangsangan (stimulus control) teknik ini menekankan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya yang membuat terlaksananya atau dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda/atesenden dari suatu respon tertentu.

## **2. Tujuan *Self Management***

Pengaruh teori kongnitif pada masalah-masalah *self management* disebabkan oleh kesalahan konstruksi-konstruksi atau kognisi-kognisi yang lain tentang dunia atau orang-orang di sekitar atau diri kita sendiri. *Self instructional* atau menginstruksikan diri sendiri pada hakikatnya adalah bentuk restrukturisasi aspek kognitif. Urgensi dari hal tersebut terungkap bahwa pertanyaan terhadap diri sendiri sama pengaruhnya dengan pernyataan yang dibuat orang lain terhadap dirinya. Masalah-masalah yang dapat ditangani dengan teknik pengelolaan diri (*self management*) diantaranya ialah sebagai berikut :

- a. Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.
- b. Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga control dari orang lain menjadi kurang efektif. Seperti menghentikan merokok dan diet.
- c. Perilaku sasaran terbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan control diri, misalnya terlalu sering mengkritik diri sendiri.
- d. Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli. Misalnya ialah konseli yang sedang menulis skripsi.

### **3. Manfaat Teknik *Self Management***

Dalam teknik pengelolaan diri (*self management*), tanggung jawab keberhasilan konseling berada ditangan konseli. Konselor berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta

motivator bagi konseli. Dalam pelaksanaan pengelolaan diri biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan untuk mempermudah terlaksananya pengelolaan diri. Pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengatur lingkungan dapat berupa, sebagai berikut :

- a. Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan.
- b. Mengubah perilaku sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku konseli.
- c. Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.

### **C. Penyesuaian Diri**

Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak lepas dari bagian lingkungan tertentu sehingga membutuhkan orang lain untuk bertahan hidup. Individu yang sudah menjadi bagian dari lingkungan tertentu harus memenuhi harapan dan tuntutan tertentu yang sudah tercipta di lingkungan tersebut. Selain itu, individu juga memiliki kebutuhan, harapan dan tuntutan untuk dirinya sendiri yang juga harus diselaraskan dengan harapan dan tuntutan dari lingkungannya. Indikator Penyesuaian Diri, yaitu : Kematangan emosional, Kematangan intelektual, Kematangan sosial, dan Tanggung jawab. Desmita (2016)..

Apabila individu mampu menyelaraskan kedua hal tersebut, maka individu dapat dikatakan mampu menyesuaikan diri. Jadi, penyesuaian diri dapat

dikatakan sebagai cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya. Penyesuaian diri bukanlah suatu hal yang mutlak dan absolut. Penyesuaian diri memerlukan penilaian dan evaluasi sesuai dengan kapasitas individu untuk memenuhi tuntutan terhadap dirinya. Kapasitas tersebut berdasarkan pada kepribadian dan tahapan perkembangan individu.

Penyesuaian diri yang dianggap baik pada saat tahapan usia tertentu belum tentu dianggap baik pula pada tahapan usia lainnya. Remaja yang pertama kali tinggal di panti asuhan maka lingkungan panti asuhan tersebut merupakan lingkungan sosial utama yang baru mereka kenal sehingga dibutuhkan penyesuaian diri dengan lingkungan tersebut sehingga mencapai keharmonisan dalam mengadakan hubungan yang memuaskan bersama orang lain. Orang lain di sini adalah pengasuh dan temanteman sesama penghuni panti asuhan.

Pondok pasantren sendiri juga memiliki aturan-aturan dan larangan-larangan yang sudah ditetapkan sejak dahulu dan juga harus dipatuhi oleh setiap penghuni panti asuhan termasuk remaja penghuni panti asuhan (Prasetyo, E dan Ningtias, Y, 2007). Hal ini juga dapat mempengaruhi penyesuaian diri santri di pondok pasantren.

Penyesuaian diri adalah satu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi yang dialami di dalam dirinya.

Usaha tersebut memiliki tujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antar tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh



lingkungan. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik menurut Schneiders adalah ketika individu mampu mengatasi menyelesaikan konflik, frustrasi dan kesulitan-kesulitan pribadi dan sosial tanpa mengalami gangguan tingkah laku serta dengan keterbatasan yang dimilikinya belajar untuk bereaksi terhadap dirinya dan lingkungan dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien, dan memuaskan.

Penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menguasai dalam hal membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga mampu mengatasi berbagai macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi yang dialami secara efisien. Penyesuaian adalah usaha individu untuk mengikuti kemauan kelompoknya sehingga kerap kali menyampingkan kepentingan pribadi demi kepentingan kelompok agar tidak dikucilkan dan diterima oleh kelompok tersebut.

Menurut Kartono (2007) penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk mencapai harmoni dalam diri sendiri dan lingkungan, sehingga konflik seperti rasa iri, dengki, prasangka, permusuhan, depresi, kemarahan serta emosi negatif lainnya yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa diminimalisir bahkan dihilangkan.

Berdasarkan pengertian penyesuaian diri di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah usaha individu untuk menelaraskan harapan, tuntutan dan kebutuhan dirinya dengan lingkungan tertentu sehingga mencapai harmoni dalam diri sendiri dan lingkungan serta mampu menyelesaikan

kesulitan kesulitan pribadi dan sosial, frustrasi, menghindari konflik dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien dan memuaskan.

### **1. Komponen Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri memiliki dua komponen, yaitu:

- a. Penyesuaian Pribadi merupakan penerimaan terhadap dirinya sendiri dengan cara tidak membenci, lari, dongkol atau tidak percaya pada dirinya sendiri. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik ditandai dengan tidak adanya kegundahan dan keresahan jiwa yang disertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang dan ratapan terhadap nasib sendiri. Biasanya penyesuaian diri tidak terjadi secara baik dikarenakan adanya guncangan emosi yang diderita oleh individu itu sendiri, adanya pandangan atau dorongan-dorongan yang berbeda antara individu dengan sekitarnya. Misalnya, konflik antara dorongan seks dan larangan-larangan sosial dan peraturan yang berlaku, keinginan untuk berbuat curang untuk mendapatkan hasil yang baik ketika menghadapi ujian dengan ketakutan mendapatkan hukuman akibat berbuat curang ataupun keinginan untuk menyerang namun takut akan dihadapkan kepada hukuman akibat menyerang kepada orang lain. Dari contoh di atas dapat kita lihat bahwa tidak ada satu peristiwa konflik terjadi apabila individu tidak dihadapkan oleh hambatan, benturan atau tekanan. Maka penyesuaian pribadi akan berjalan dengan efektif dan baik.
- b. Penyesuaian Sosial, setiap orang hidup dalam masyarakat, di dalamnya pasti melalui proses mempengaruhi dan dipengaruhi oleh berbagai macam

anggota-anggota masyarakat seperti keluarga, tetangga ataupun teman sebaya. Maka dari itu, terbentuklah sebuah pola kebudayaan, sehingga anggota masyarakat bertingkah laku menurut aturan, hukum, adat dan nilai-nilai yang sudah ditetapkan demi terciptanya keharmonisan dalam bermasyarakat di lingkungan tertentu. Hal tersebut dalam ilmu kejiwaan sebagai proses penyesuaian sosial.

Penyesuaian sosial terjadi karena adanya interaksi antara individu dengan tempat yang ditinggali. Interaksi tersebut meliputi interaksi dengan keluarga, masyarakat sekitar, sekolah, teman-teman maupun masyarakat luas secara umum. Penyesuaian sosial bersifat pembentukan yang berasal dari interaksi antara individu satu dengan individu lainnya sehingga mulai menghasilkan bentuk sosial yang berpengaruh dalam masyarakat, mulai mendapatkan bahasa dan menyerap berbagai adat dan kebiasaan yang kuat, serta menerima kepercayaan di samping segi-segi perhatian yang dikuatkan masyarakat di lingkungan tertentu.

Penyesuaian sosial yang memungkinkan individu mencapai penyesuaian pribadi dan sosial yang baik tidak cukup jika hanya menyerap aspek dan sifat sosial yang dilakukan oleh individu, melainkan harus adanya batasan-batasan antara lain Mematuhi Akhlak Masyarakat Penyesuaian sosial bagi individu harus mencakup kepatuhannya terhadap melaksanakan akhlak yang tumbuh dari warisan rohani, agama dan sejarah yang terdapat dalam masyarakat di lingkungan tertentu. Mengingat bahwa pada lingkungan tertentu terdapat peraturan-peraturan, larangan-larangan serta perintah-perintah yang

harus patuh sehingga membentuk pola tingkah laku dalam bermasyarakat di lingkungan tersebut. Individu yang patuh terhadap bentuk kelakuan masyarakatnya akan merasa satu dengan kelompok, sehingga individu dapat menentukan berapa besar penerimaannya terhadap apa yang ada pada diri dan lingkungannya.

Mematuhi Kaidah-kaidah Pengontrol Sosial Terbentuknya sejumlah ketentuan dan peraturan yang akan mengatur hubungan individu dengan kelompok serta adanya hukuman yang sesuai dengan norma-norma dan peraturan yang diterima oleh kelompok. Individu akan diperkenalkan oleh hal-hal tersebut dan belajar untuk mematuhi sehingga dapat menjadi bagian dari pembentukan jiwa sosial pada dirinya dan menjadi pola tingkah lakunya dalam kelompok. Hal itu merupakan proses pertumbuhan kemampuan individu dalam rangka penyesuaian sosial untuk menahan dan mengendalikan diri. Karena pembentukan kejiwaan bagi individu penuh dengan emosi dan perasaan yang kadang-kadang saling bertentangan.

Apabila individu mampu mengendalikan emosi dan mengarahkannya sesuai dengan cara yang diterima oleh masyarakat, dan diterima oleh norma-norma sosial, maka penyesuaian sosial akan mengandung segi pengendalian dan pengaturan yang sehat. Terdapat empat komponen penting dalam penyesuaian diri, yakni:

- a. *Self-knowledge* dan *self-insight* adalah kemampuan individu mengenali kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight, yaitu kesadaran diri akan

kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut.

- b. *Self-objectivity* dan *self-acceptance*, yaitu apabila individu telah mengenal dirinya, ia bersikap realistis yang kemudian mengarah pada penerimaan diri.
- c. *Self-development* dan *self-control*, yaitu kendali diri berarti mengarahkan diri, regulasi pada impuls-impuls, pemikiran - pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang.
- d. *Satisfaction*, yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu merupakan suatu pengalaman dan bila keinginannya terpenuhi maka ia akan merasakan suatu kepuasan dalam dirinya.

## **2. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri**

Faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terbagi menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

### **a. Faktor internal**

1. Motif, merupakan motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi, dan motif mendominasi.
2. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dirinya sendiri baik secara aspek fisik, psikologis, sosial ataupun akademik. Individu

terutama remaja yang mampu mengenali konsep dirinya maka dalam melakukan penyesuaian diri dengan menyenangkan dibanding dengan remaja yang kurang percaya diri, pesimis dan belum mampu mengenali konsep dirinya sendiri.

3. Persepsi individu, yakni pengamatan dan penilaian terhadap suatu objek, kejadian, peristiwa dan kehidupan. Pengamatan dan penilaian baik secara proses kognitif maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu yang sedang diamatinya.
4. Sikap individu, yaitu kecenderungan individu untuk berperilaku positif atau negatif. Remaja yang cenderung perilaku positif akan lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibandingkan dengan remaja yang memiliki kecenderungan berperilaku negatif.
5. Intelegensi dan minat, intelegensi digunakan untuk modal menalar dan menganalisis sehingga dapat melakukan penyesuaian diri terhadap lingkungan sekitar. Faktor minat akan lebih efektif ketika individu terutama remaja sudah memiliki minat tertentu sehingga penyesuaian diri akan lebih menyenangkan.
6. Kepribadian, tipe kepribadian ekstrovert lebih mudah dalam melakukan penyesuaian diri dikarenakan individu lebih lentur dan dinamis dibandingkan individu yang memiliki kepribadian introvert cenderung kaku dan statis.

b. Faktor Eksternal

1. Keluarga terutama bagaimana pola asuh orangtua. Pola asuh demokratis dan terbuka memberikan peluang lebih besar terhadap remaja dalam melakukan penyesuaian diri secara efektif.
2. Kondisi sekolah yang sehat akan memberikan kesempatan yang lebih besar untuk remaja melakukan penyesuaian diri secara menyenangkan dan harmonis.
3. Kelompok sebaya penting diperhatikan karena setiap individu pasti memiliki kelompoknya sendiri. Kelompok sebaya yang memberikan dampak positif akan membantu individu dalam menyesuaikan dirinya di masyarakat sekitar berbeda apabila individu berkumpul dengan kelompok sebaya yang memberikan dampak negatif sehingga dapat menghambat penyesuaian dirinya.
4. Prasangka sosial terhadap seorang individu ataupun kelompok akan berdampak pada seorang manusia dalam melakukan penyesuaian diri. Misalnya, ketika seorang remaja dilabeli oleh masyarakat sekitarnya sebagai remaja yang nakal, sukar diatur, suka menentang orang dewasa dan lain sebagainya maka dalam melakukan penyesuaian diri remaja akan mengalami kesulitan.
5. Hukum dan norma sosial, apabila masyarakat mengajarkan dan mengamalkan hukum dan norma sosial yang berlaku dengan baik dan benar maka remaja akan berkembang menjadi individu yang mudah dalam melaksanakan penyesuaian dirinya.

Faktor yang dapat menciptakan penyesuaian diri secara sehat dan baik, antara lain (Juli Andriyani : 2016) adalah Lingkungan Keluarga yang Harmonis akan berdampak pada seseorang untuk dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik dan sehat. Remaja dekat dengan keluarganya merupakan salah satu kebutuhan pokok bagi perkembangan jiwanya. Teman Sebaya Lingkungan merupakan terdekat bagi seorang remaja. Seorang remaja cenderung lebih dekat dengan teman sebayanya dibanding dengan orangtuanya, kerap kali menceritakan rahasia-rahasia ataupun keresahan yang dialaminya kepada teman sebayanya. Maka dari itu, ketika seorang remaja menjauhi ataupun dijauhi oleh temannya hal yang sulit bagi mereka. Remaja seringkali menggunakan teman sebayanya untuk proses pengembangan jati diri.

### **3. Kriteria Keberhasilan Penyesuaian Diri**

Terdapat kriteria keberhasilan penyesuaian diri, antara lain:

- a. *Inferiority* Perasaan yang kompleks mengenai perasaan rendah diri berasal dari pertahanan diri yang terbentuk akibat perubahan dan ketidakmampuan untuk bicara atau lebih spesifik secara fisik misalnya kurang tangkas, kurang tinggi, atau kurang terampil secara akademik. Individu yang mampu mengelola perasaan rendah diri meliputi kurang dalam segi fisik maupun akademik akan terhindar dari rasa khawatir ataupun cemas sehingga mampu menyesuaikan dirinya di lingkungan tertentu.



- b. Gaya Hidup Jika individu tersebut mampu memahami tujuan hidupnya, maka individu tersebut akan mengerti arah yang akan ia ambil dan hal itu bersangkutan pada penyesuaian diri seseorang.
- c. Minat sosial merupakan potensi yang dimiliki oleh individu, tetapi setiap individu memiliki tingkat yang berbeda dalam mengaktualisasikan dirinya sendiri. Individu dengan minat sosial yang tinggi memiliki rasa kesatuan dengan orang lain yang kuat maka dari itu dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan juga tinggi.

#### **D. Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri**

Pada saat ini kita semua menerima bahwa dalam kehidupan sehari-hari seorang manusia tidak akan lepas dari hubungan satu dengan yang lainnya. Individu akan selalu mencoba menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga kepribadian individu, kecakapan-kecakapannya, ciri-ciri kegiatannya baru menjadi kepribadian individu yang sebenarnya apabila keseluruhan sistem psycho-fisik tersebut berhubungan dengan lingkungannya. Tegasnya individu memerlukan hubungan dengan lingkungannya; tanpa hubungan ini individu bukanlah individu lagi.

Seorang individu membutuhkan individu lainnya untuk bertahan hidup, maka dari itu dalam menyesuaikan dirinya dengan lingkungan individu membutuhkan dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga, teman ataupun masyarakat sekitar di lingkungan yang ia tempati.

#### **E. Pengaruh *Self-Management* Terhadap Penyesuaian Diri**

Untuk meningkatkan penyesuaian diri dapat melalui self manajemen. Self-management merupakan prosedur yang menuntut siswa untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri (Gie, 2000; Ulfa & Suarningsih, 2018). Self-management merupakan kemampuan mengarahkan diri sendiri untuk mengatur berbagai unsur, mengatur diri untuk mendapatkan hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai aspek kehidupan pribadi agar lebih baik. Beberapa faktor yang dapat dilakukan dalam meningkatkan *Self-management* seperti memperhatikan waktu mengerjakan tugas secara teratur, kondisi sosial, kondisi ekonomi, pendidikan, dan kendala lingkungan sekitar.

Kendala akan membentuk pola pikir dan segala pola pikir akan menentukan bagaimana kemampuan *Self-management* dalam belajar terbentuk. Self-management dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok menggunakan pendekatan experiential learning, bimbingan kelompok dengan role playing, dan penguasaan konten dengan teknik *self-interaction*. Berbagai upaya perlu dilakukan dalam meningkatkan *Self-management* santri di pasantren. *Self-management* berpengaruh positif kepada santri terutama dalam penyesuaian dirinya di lingkungan pondok pasantren.

#### **F. Penelitian Relevan**

Berdasarkan penelitian ini, studi penelitian yang relevan dengan judul peneliti sebagai berikut :

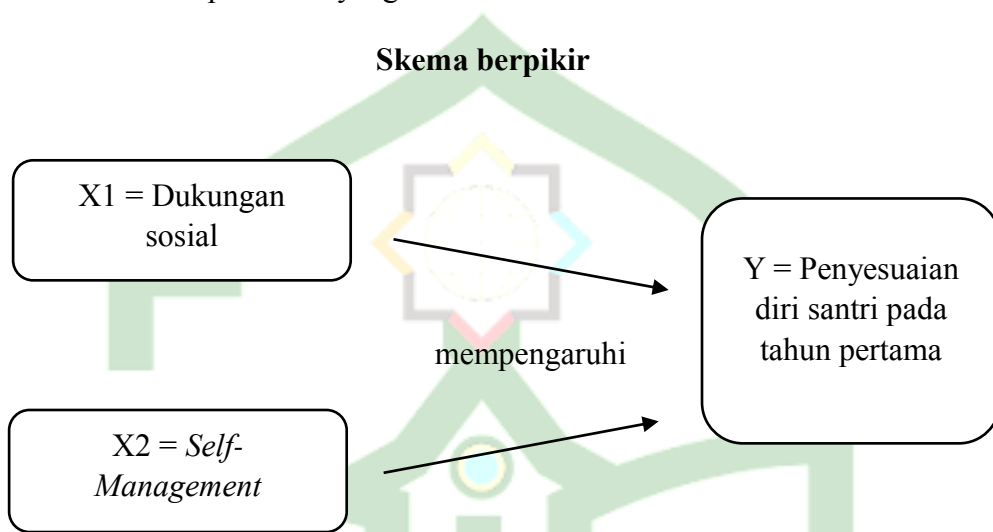
1. Penelitian dari Salwa Sa'idah dan Hermien Laksmiwati (2017), yang berjudul "Dukungan Sosial dan *Self-Efficacy* dengan penyesuaian Diri pada Santri Tingkat Pertama Di Pondok Pasantren". Penelitian ini menggunakan

penelitian kuantitatif, populasi dalam penelitian ini adalah santri pada tingkat pertama yang berjumlah 30 santri. Alat pengumpulan data yang di gunakan adalah skala angket penelitian menggunakan skala model Likert. Data yang di perolah di analisis Teknik analisis linier berganda.

2. Marimbun, Sabrida Ilyas, dan Nanda Fitra Ulva (2022), yang berjudul : “Hubungan *Self-Management* Dengan Penyesuaian Diri Siswa”. Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan jeni korelasional dalam melihat gubungan *self-management* dengan penyesuaian diri. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswwa kelad VII MTs Nurul Ulum Peureulak Kabupaten Aceh Timur yang berjumlah 123 siswa. Penentuan sampel menggunakan rumus pengumpulan data yang dilakukan dengan menggunakan angket *self-management* dan penyesuaian diri menggunakan Skala Likert. Teknik analisis data menggunakan uji regresi sederhana untuk melihat *self-management* dengan penyesuaian diri. Uji hipotesis penelitian melaksanakan uji prasyaratan yang meliputi uji normalitas dan uji linieritas.
3. Siela Maimunah (2020), yang berjudul “Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri”. Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif, yaitu penelitian yang banyak menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data serta penampilan hasilnya. Populasi dalam penelitian ini adalah santri pondok Pasantren Syaichona Cholil samarinda yang berjumlah 321 orang. Teknik pengumpulan data yaitu *purposive sampling*. Sehingga jumlah sampel yang digunakan dalam peniitian ini adalah 79 santri.

## G. Kerangka Berpikir

Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai factor yang telah diidentifikasi sebagai hal yang penting, jadi dengan demikian maka kerangka berpikir adalah sebuah pemahaman yang lainnya bagi setiap pemikiran atau suatu bentuk proses dari keseluruhan dan penelitian yang telah di lakukan.



## H. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan penelitian, dimana rumusan masalah di nyatakan dalm bentuk kalimta pertanyaang, dikatan semntara, karena jawaban yang di berikan baru didasarkan pada teori yang relavan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang di peroleh melalui pengumpulan data. Berdasarkan uraian kerangka berpikir di atas, maka hipotesis penelitian adalah sebagai berikut :

a.  $H_0 = \rho_{YX1} = 0$ . Tidak terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

$H_a = \rho_{YX1} \neq 0$ . Terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

b.  $H_0 = \rho_{YX2} = 0$ . Tidak terdapat pengaruh Self-management terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

$H_a = \rho_{YX2} \neq 0$ . Terdapat pengaruh Self-management terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

c.  $H_0 = \rho_{YX1X2} = 0$ . Tidak terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan Self-management terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

$H_a = \rho_{YX1X2} \neq 0$ . Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial dan Self-management terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama yang bertempat tinggal di pasantren arafah sungai penuh.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis Penelitian**

Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menggunakan pendekatan yang sistematis dan objektif untuk mengumpulkan, menganalisis dan menginterpretasikan data numerik. Penelitian ini bertujuan untuk menguji hipotesis, menjelajahi hubungan antara variabel dan menggeneralisasi hasil ke populasi yang lebih luas. Dalam penelitian kuantitatif, data dikumpulkan melalui penggunaan instrument pengumpulan data seperti angket, tes, pengukuran objektif atau pengamatan sistematis. Data kemudian dianalisis menggunakan metode statistik untuk mendapatkan informasi yang obyektif dan menguji hipotesis yang diajukan.

#### **B. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berdasarkan informasi statistika. Pendekatan penelitian yang menjawab permasalahan penelitian memerlukan pengukuran yang cermat terhadap variabel-variabel dari objek yang diteliti untuk menghasilkan kesimpulan yang dapat digeneralisasikan terlepas dari konteks waktu, tempat dan situasi

Penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, Teknik pengambilan sampel pada umumnya dilakukan secara random, pengumpulan data menggunakan instrumen

penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistic tujuan untk menguji hipotesis yang telah di tetapkan.

Berdasarkan pemaparan diatas, dapat di simpulkan bahwa pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan di dalam penelitian untk menguji hipotesis dengan menggunakan uji data statistic yang akurat. Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah yang di sebutkan, penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untk mengukur pengaruh dukungan sosial dan *self-management* terhadap penyesuaian diri santri pada tahun pertama di pondok pesantren arafah sungai penuh.

### C. Populasi dan sampel

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karateristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2018:130). Adapun ciri-ciri populasi yang termasuk pada penelitian ini ialah:

1. Seorang santri baru di Pondok Pesantren Arapah Sungai Penuh
2. Maksimal nyantri 1 tahun (untk santri yang jarak tempat tinggal dengan pesantren jauh)

Adapun populasi pada penelitian ini berjumlah 80 santri baru untk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 3.1 Keadaan Populasi**

No	Kelas	Jumlah siswa (Populasi)	Keterangan
1	VII A	25	Sampel Penelitian
2	VII B	15	Uji Coba
3	VIIC	16	Uji Coba
4	VII D	24	Sampel Penelitian
Total		80	

Sugiyono (2009:178) menegaskan bahwasanya sampel diwakili dalam populasi dengan beberapa kombinasi ukuran dan sifat-sifatnya. Tidaklah mungkin untuk mengevaluasi setiap anggota populasi, sehingga sampel ini diambil. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam Sugiyono, (2016: 85). Sehingga sampel dalam penelitian ini ditetapkan sebanyak 49 orang santri baru.

#### **D. Variabel penelitian**

1. Variabel bebas (independen) adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel terikat (dependen), dalam penelitian ini variabel bebasnya adalah:
  - a. Pengaruh Dukungan Sosial merupakan (X1) yang akan memberikan pengaruh terhadap variabel (Y).
  - b. Pengaruh *Self-Management* (X2) yang akan memberikan pengaruh terhadap variabel (Y).
2. Variabel terikat (dependen) adalah variabel yang dapat dipengaruhi oleh variabel bebas (independen), dalam penelitian ini variabel terikatnya adalah:
  - a. Penyesuaian diri santri pada tahun pertama (Y) akan memberikan pengaruh kepada variabel X1 dan X2

#### **E. Teknik pengumpulan data**

Data Dalam rangka memperoleh data yang berkaitan dengan penelitian ini, maka peneliti menggunakan metode atau teknik sebagai berikut:



## 1. Angket

Angket merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Dalam kuesioner ini penulis mengemukakan beberapa pertanyaan atau pernyataan yang mencerminkan pengukuran indikator dari: (X1) Dukungan Sosial, (X2) *Self-Management*, dan (Y) Penyesuaian diri santri tahun pertama.

Skala *likert* atau *summated rating scale* merupakan metode skala bipolar yang mengukur baik tanggapan positif ataupun negatif terhadap suatu pernyataan. Skala *likert* yang digunakan dalam penelitian ini ketika menyusun angket yang digunakan untuk pengumpulan data. Tipe jawaban yang dibuat dengan empat alternatif yaitu sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju dan akan diberikan skor saat dilakukan analisis kuantitatif. Kriteria penilaian pada skala *likert* ini sangat setuju (ss) diberi bobot 4, setuju (s) diberi bobot 3, tidak setuju (ts) diberi skor 2 dan sangat tidak setuju (sts) diberi skor 1. Skala *likert* dibuat untuk menelaah seberapa kuat subjek setuju atau tidak setuju dengan pernyataan pada skala.

## 2. Dokumentasi

Dokumentasi yaitu mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, surat kabar, majalah, prasati, notulen rapat dan sebagainya. Dalam penelitian kuantitatif teknik ini berfungsi untuk menghimpun secara selektif bahan-bahan yang dipergunakan untuk

landasan teori dan hipotesis. Teknik dokumentasi dilakukan peneliti untuk mengambil dokumen berupa identitas pesantren, visi, misi, tujuan, fasilitas, prasarana dan lain sebagainya.

## **F. Instrumen Penelitian**

### **1. Dukungan Sosial**

Dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2011). Dukungan sosial yaitu bentuk penerimaan dari seseorang atau sekelompok orang terhadap individu yang menimbulkan persepsi dalam dirinya bahwa ia disayangi, diperhatikan, dihargai dan ditolong.

Dari beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan suatu persepsi individu bahwa dirinya dicintai dan dihargai, diberi dukungan, serta merasa diterima dalam keadaan apapun. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai sumber yakni teman sebaya, keluarga atau orang tua, maupun dari orang lain yang berada dilingkungannya,

<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Indikator</b>	<b>Teknik Pengambilan Data</b>
1. Dukungan Sosial	1. Dukungan emosional. 2. Dukungan penghargaan. 3. Dukungan instrumental. 4. Dukungan informasi.	Angket

	5. Dengan jaringan sosial. Dikemukakan oleh Sarifino dan Timothy (2011).	
--	---	--

## 2. *Self-Management*

Aribowo Prijosaksono (2003:16) mengertikan *Self-Management* sebagai kemampuan seseorang untuk mengenali, mengelola dirinya dengan baik secara fisik, emosi, jiwa, pikiran, spiritual sehingga mampu mengelola dirinya dengan menciptakan realitas kehidupan sesuai dengan misi dan tujuan hidupnya. Menurut Gie (2000) *Self-Management* adalah dimana setelah seseorang menetapkan tujuan hidup bagi dirinya, maka orang tersebut harus mengatur dan mengelola diri sebaik-baiknya untuk membawanya ke arah tercapainya tujuan hidup dan itu juga segenap kegiatan dan langkah mengatur dan mengelola dirinya. Dari pendapat ahli di atas dapat disimpulkan secara singkat bahwa *Self-Management* adalah suatu proses seorang individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah dan individu tersebut harus mampu mengelola dan mengatur diri sebaik-baiknya.

Variabel Penelitian	Indikator	Teknik Pengambilan Data
2. <i>Self-Management</i>	1. <i>Self-motivation</i> (pendorong diri). 2. <i>Self organization</i> (penyusun diri).	Angket

	<p>3. <i>Self-control</i> (pengendalian diri).</p> <p>4. Dan <i>self development</i> (pengembangan diri).</p> <p>Dikemukakan oleh Gie (2000).</p>	
--	---	--

### 3. Penyesuaian diri santri

Menurut Kartono (2007) penyesuaian diri merupakan usaha individu untuk mencapai harmoni dalam diri sendiri dan lingkungan, sehingga konflik seperti rasa iri, dengki, prasangka, permusuhan, depresi, kemarahan serta emosi negatif lainnya yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa diminimalisir bahkan dihilangkan. Desmita (2016) mengemukakan penyesuaian diri merupakan konstruk psikologis yang luas dan kompleks, serta melibatkan semua reaksi individu terhadap tuntunan baik dari lingkungan maupun dari dalam diri individu itu sendiri. Dengan kata lain masalah penyesuaian diri menyangkut seluruh aspek kepribadian individu, dalam interaksinya dengan usaha untuk mencapai keharmonisan pada diri sendiri dan lingkungannya sehingga rasa bermusuhan, iri hati, dengki, prasangka depresi kemarahan sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dapat terkikis habis.

Berdasarkan pengertian penyesuaian diri di atas maka dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah usaha individu untuk menelaraskan harapan, tuntutan dan kebutuhan dirinya dengan lingkungan tertentu sehingga mencapai harmoni dalam diri sendiri dan lingkungan serta mampu menyelesaikan kesulitan pribadi dan sosial, frustrasi, menghindari konflik dengan cara yang matang, bermanfaat, efisien dan memuaskan.

<b>Variabel Penelitian</b>	<b>Indikator</b>	<b>Teknik Pengambilan Data</b>
3. Penyesuaian Diri santri	1. Kematangan emosional. 2. Kematangan intelektual. 3. Kematangan sosial. 4. Tanggung jawab.  Dikemukakan oleh desmita (2016).	Angket

## **G. Teknik Analisis Data**

### **1. Uji validitas dan Uji reliabilitas**

#### **a. Uji validitas**

Uji validitas digunakan untuk mengukur valid tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dikatakan valid jika pertanyaan pada

kuesioner mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang akan diukur oleh kuesioner tersebut.

Untuk mengukur validitas dibantu dengan korelasi *product moment*.

Kriteria instrument valid:

- 1). Jika  $r$  hitung positif dan  $r$  hitung  $> r$  tabel maka butir pertanyaan valid.
- 2). Jika  $r$  hitung negatif atau  $r$  hitung  $< r$  tabel maka butir pertanyaan tidak valid.

#### b. Uji reliabilitas

Reliabilitas sebenarnya adalah alat untuk mengukur suatu kuesioner yang merupakan indikator dari variabel satu konstruk. Suatu kuesioner dikatakan reliabel atau handal jika jawaban seorang terhadap pertanyaan adalah konsisten atau stabil dari waktu ke waktu. Untuk mengukur reliabilitas di bantu dengan *Cronbach alpha*. Kriteria instrument reliabel atau tidaknya bisa dilihat jika  $\alpha > 0,90$  maka reliabilitas sempurna, jika  $\alpha$  antara  $0,70 - 0,90$  maka reliabilitas tinggi jika  $\alpha < 0,50$  maka reliabilitas rendah, jika  $\alpha$  rendah, kemungkinan beberapa item instrumen tidak reliabel.

## 2. Uji asumsi klasik

### a. Uji normalitas

Uji normalitas adalah prosedur statistik yang digunakan untuk menguji apakah suatu sampel data berasal dari distribusi normal atau tidak. Uji normalitas bertujuan untuk menguji apakah dalam model regresi. Variabel pengganggu atau residual memiliki distribusi normal.

Seperti diketahui bahwa uji t dan f mengasumsikan bahwa uji residual mengikuti distribusi normal, menggunakan uji statistik. Dalam melakukan uji normalitas dibantu dengan program SPSS versi 25 for windows. Uji normalitas yang dipergunakan dalam penelitian adalah uji one sample kolmogrov-smirnov dengan menggunakan taraf signifikansi 0,05. Data dinyatakan berdistribusi normal jika signifikansi lebih besar dari 5% atau 0,05. Dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas, menggunakan pedoman sebagai berikut :

- 1) Nilai signifikan atau nilai probabilitas  $< 0,05$  maka distribusi adalah tidak normal.
- 2) Nilai signifikan atau nilai probabilitas  $> 0,05$  maka distribusi data adalah normal

b. Uji Multikolonieritas

Uji Multikolonieritas bertujuan untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya korelasi antar variabel bebas (independen).

- 1) Jika nilai VIF (*Variance Inflation Factor*) lebih kecil dari 10,00 maka artinya tidak terjadi multikolinieritas terhadap data yang diuji.
- 2) Sebaliknya jika nilai VIF lebih besar dari 10,00 maka artinya terjadi multikolinieritas terhadap data yang diuji.

Perhitungan uji multikolinieritas dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS versi 26 for Windows.

c. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk menguji apakah keterkaitan antara dua variable yang bersifat linier. Dalam melakukan uji normalitas dibantu dengan program SPSS versi 26 for Windows. Dasar pengambilan keputusan uji linearitas, menggunakan pedoman yaitu :

- 1) Jika nilai *Deviation from Linearity Sig*  $> 0,05$  maka ada hubungan yang linear secara signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent.
- 2) Jika nilai *Deviation from Linearity Sig*  $< 0,05$  maka tidak ada hubungan yang linier secara signifikan antara variabel independent dengan variabel dependent.

d. Uji Autokorelasi

Uji autokorelasi bertujuan menguji apakah dalam model regresi linear ada korelasi antara kesalahan pengganggu pada periode  $t$  dengan kesalahan pengganggu  $t-1$  (sebelumnya). Uji autokorelasi ini menggunakan *uji durbin-Watson* (DW test). Perhitungan dibantu dengan program SPSS versi 26 for Windows. Dasar pengambilan keputusan uji auto korelasi durbin-Watson yaitu :

- 1) Jika  $d$  ( durbin Watson ) lebih kecil dari  $dL$  atau lebih besar dari  $(4-dL)$  maka terdapat autokorelasi.
- 2) Jika  $d$  ( durbin Watson ) terletak antara  $dU$  dan  $(d-dU)$ , maka tidak ada autokorelasi.



3) Jika  $d$  (durbin Watson) terletak antara  $dL$  dan  $dU$  antara ( $4-dU$ ) dan ( $4-dL$ ) maka tidak menghasilkan kesimpulan yang pasti

e. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas bertujuan untuk menguji apakah model regresi terjadi ketidaksamaan *variance* (variasi) dari nilai residual satu pengamatan ke pengamatan yang lain. Uji heteroskedastisitas ini menggunakan uji *Glejser* dibantu dengan SPSS versi 26 for windows. Dasar pengambilan keputusan uji heteroskedastisitas (Glejser) yaitu :

- 1) Jika nilai signifikansi (Sig) lebih besar dari 0,05, maka kesimpulannya adalah tidak terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi.
- 2) Sebaliknya, jika nilai signifikansi (Sig) lebih kecil dari 0,05, maka kesimpulannya adalah terjadi gejala heteroskedastisitas dalam model regresi.

### 3. Pengujian hipotesis

Pengujian hipotesis dilakukan dengan menggunakan uji statistik yang didukung dengan sebagai berikut:

- a. Uji regresi linear sederhana untuk teknik analisis data yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah pertama dan kedua adalah menggunakan regresi linier sederhana. Tetapi penelitian ini uji regresi linier sederhana dibantu dengan SPSS versi 26 for windows.
- b. Uji regresi linier berganda, teknik analisis dalam penelitian ini digunakan untuk menjawab rumusan masalah ketiga yang telah

diutarakan oleh peneliti, maka untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh variabel X1 dan X2 terhadap Y digunakan teknik analisis regresi linier berganda. Analisis regresi digunakan untuk memprediksi sejauh mana perubahan variabel terikat yang diakibatkan oleh perubahan variabel bebasnya. Perhitungan analisis regresi linier berganda menggunakan bantuan program SPSS versi 26 for windows.

#### 4. Uji T

Uji T bertujuan untuk mengetahui keterandaian serta kemaknaan dari koefisien regresi, sehingga dapat diketahui apakah pengaruh variabel dukungan sosial (X1) dan *Self-Management* (X2) terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama (Y) signifikan atau tidak. Kriteria pengujian yang digunakan yaitu:

- a. Apabila  $t$  hitung lebih kecil tabel maka  $H_0$  diterima, artinya masing-masing variabel Dukungan Sosial dan *Self-Management* tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama.
- b. Apabila  $t$  hitung lebih besar dari tabel maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya masing-masing variabel Dukungan Sosial dan *Self-Management* terdapat pengaruh positif yang signifikan terhadap Penyesuaian diri santri tahun pertama.

#### 5. Uji F

Uji F dilakukan untuk menguji pengaruh secara bersama-sama dukungan sosial (X1) dan *Self-Management* (X2) terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama (Y). Kriteria pengujian digunakan yaitu:

- a. Apabila  $F$  hitung lebih kecil dari  $F$  tabel maka keputusannya menerima  $H_0$  artinya masing-masing variabel dukungan sosial dan *Self-Management* tidak berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama.
- b. Apabila  $F$  hitung lebih besar dari  $F$  tabel maka keputusannya menolak  $H_0$  dan menerima  $H_a$  artinya masing-masing variabel dukungan sosial dan *Self-Management* berpengaruh signifikan terhadap penyesuaian diri santri tahun pertama..



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

##### 1. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh

Pengujian hipotesis 1 yaitu menguji apakah ada pengaruh signifikan antara kinerja dukungan sosial (X1) penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Adapun hasil analisis regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 25 dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4.5: Hasil Analisis Uji t Pengaruh Dukungan Sosial (X1) terhadap Penyesuaian Diri (Y)**

Model	T	Sig
Dukungan Sosial		
Dukungan Sosial		
<i>Self-Management</i>		

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients			
	B	Std. Error	t	Sig.
1 (Constant)	41.054	10.405	3.946	.000
Dukungan Sosial	.630	.165	3.829	.000
Self-Management	-.244	.076	-3.195	.003

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

Dari hasil analisis regresi linear berganda pada output SPSS versi 25 di atas diketahui bahwa nilai sig untuk pengaruh dukungan sosial (X1) penyesuaian diri (Y) adalah  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah.

## 2. Pengaruh *Self Manajemen* terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh

Pengujian hipotesis 2 yaitu menguji apakah ada pengaruh signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Adapun hasil analisis regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 25 dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4.6: Hasil analisis Uji t Pengaruh *self-management* (X2) terhadap Penyesuaian Diri (Y)**

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model		Unstandardized Coefficients			
		B	Std. Error	t	Sig.
1	(Constant)	41.054	10.405	3.946	.000
	Dukungan Sosial	.630	.165	3.829	.000
	Self-Management	-.244	.076	-3.195	.003

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

Dari hasil analisis regresi linear berganda pada output SPSS versi 25 diatas dikrtahui bahwa nilai sig untuk pengaruh *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,003 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah.

### 3. Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self Manajemen* terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh

Pengujian hipotesis 3 yaitu menguji apakah terdapat pengaruh signifikan dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh. Adapun hasil analisis regresi linear berganda dengan bantuan SPSS versi 25 dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 4.7 Hasil Analisis Uji F Pengaruh Signifikan Dukungan Sosial (X1) dan Self-Management (X2) Secara Simultan terhadap Penyesuaian Diri (Y)**

ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1501.528	2	750.764	31.144	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1108.880	46	24.106		
	Total	2610.408	48			

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

b. Predictors: (Constant), Self-Management, Dukungan Sosial

Dari hasil analisis regresi linear berganda pada output SPSS versi 25 diatas dikrtahui bahwa nilai sig untuk pengaruh dukungan sosial

(X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,000 < 0,05$  dan nilai  $f_{hitung} 31.144 > f_{tabel} 3,20$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H3 diterima yang berarti terdapat pengaruh antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh.

Uji determinasi bertujuan untuk menilai kualitas konstruksi model persamaan regresi. Secara khusus, uji determinasi ini mengukur sejauh mana penentuan model didasarkan pada seberapa baik setiap variabel bebas berkontribusi untuk menjelaskan variabel terikat. Koefisien determinasi atau  $R^2$  memiliki nilai antara 0 (nol) dan 1 (satu). Jika nilai  $R^2$  hampir mendekati 0 maka bisa dikatakan bahwasanya kemampuan variabel bebas dalam menjelaskan variabel terikat semakin lemah. Terkait hasil uji determinasi ( $R^2$ ) bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.8 Hasil Uji Determinasi ( $R^2$ )**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	0,758	0,575	0,557	4,910

Merujuk pada tabel 4.15 yang ada di atas, bisa dipahami bahwasanya nilai *Adjusted R Square* (koefisien determinasi) sebesar 0,557 bisa disimpulkan bahwasanya perubahan penyesuaian diri pada santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh bisa berpengaruh sebesar 55,7% oleh perubahan dari dukungan sosial dan *self-management*.

## B. Uji Validitas dan Reliabilitas

## 1. Uji Validitas

Uji validitas digunakan untuk mengukur valid atau tidaknya suatu kuesioner. Suatu kuesioner dinyatakan valid jika suatu pertanyaan atau pernyataan pada kuesioner tersebut mampu untuk mengungkapkan sesuatu yang diukur oleh kuesioner tersebut (Ghozali, 2006: 45). Uji validitas dilakukan dengan membandingkan antara  $r_{hitung} > r_{tabel}$ . Nilai dari  $r_{hitung}$  dapat dilihat dalam *Corrected Item Total Correlation* pada output program SPSS. Sedangkan nilai dari  $r_{tabel}$  didapat dari tabel distribusi  $r_{tabel}$  dengan taraf signifikan 0,05% , nilai N pada penelitian yakni 49 sehingga diperoleh  $r_{tabel}$  sebesar 0,281. Kemudian untuk pengambilan keputusan jika  $r_{hitung} > r_{tabel}$  maka butir atau variabel yang diteliti adalah valid. Hasil uji validitas selengkapnya adalah sebagai berikut:

### a. Uji Validitas Dukungan Sosial

Ada 18 item pernyataan pada skala dukungan sosial. Namun setelah uji validitas, 3 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan  $r_{hitung}$  besar dari ( $>$ )  $r_{tabel}$  sebesar 0.2816. Berikut ini merupakan blue print skala dukungan sosial setelah dilakukan uji validitas:

**Tabel 4.5 Hasil Uji Validitas Dukungan Sosial**

No	Sub Variabel/ Aspek	Valid		Gugur		Jumlah item valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Dukungan emosional	1, 2, 3	4, 5			5
2.	Dukungan Instrumental	6, 7, 8, 10			9	4
3.	Dukungan informasional	11, 12, 13	14			4



4.	Dukungan kebersamaan	15, 16			17, 18	2
Total jumlah item yang valid						15

**Table 4.6 Validitas Dukungan Sosial**

NO ITEM	r <sub>table</sub>	r <sub>hitung</sub>	V/TV
1	0.281	0,784	Valid
2	0.281	0,567	Valid
3	0.281	0,724	Valid
4	0.281	0,703	Valid
5	0.281	0,555	Valid
6	0.281	0,580	Valid
7	0.281	0,506	Valid
8	0.281	0,766	Valid
9	0.281	-0,077	Tidak valid
10	0.281	0,850	Valid
11	0.281	0,561	Valid
12	0.281	0,887	Valid
13	0.281	0,765	Valid
14	0.281	0,538	Valid
15	0.281	0,777	Valid
16	0.281	0,874	Valid
17	0.281	-0,004	Tidak valid
18	0.281	-0,003	Tidak valid

**b. Uji Validitas *Self-Management***

Ada 23 item pernyataan pada skala *self-management*. Namun setelah dilakukan uji validitas, 3 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan r-hitung dari (>) r-tabel sebesar 0.281. Berikut ini yakni blue print skala *self-management* setelah dilakukan uji validitas:

**Tabel 4.7 Hasil Uji Validitas *Self-Management***

No	Sub Variabel/ Aspek	Valid		Gugur		Jumlah itemvalid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	
1.	Self-motivation	1, 2, 3, 5	4			5
2.	Self organization	8	9, 10	6, 7		3
3.	Self-Control	11, 12, 13, 15, 16	17, 18, 19	14		8

4.	Self Development	20, 21	22, 23			4
Total Jumlah item yang valid						20

**Table 4.8 Validitas *Self-Management***

NO ITEM	r <sub>table</sub>	r <sub>hitung</sub>	V/TV
1	0.281	0,679	Valid
2	0.281	0,513	Valid
3	0.281	0,466	Valid
4	0.281	0,786	Valid
5	0.281	0,858	Valid
6	0.281	0,22	Tidak Valid
7	0.281	-0,00	Tidak Valid
8	0.281	0,978	Valid
9	0.281	0,501	Valid
10	0.281	0,781	Valid
11	0.281	0,615	Valid
12	0.281	0,854	Valid
13	0.281	0,682	Valid
14	0.281	0,154	Tidak Valid
15	0.281	0,842	Valid
16	0.281	0,883	Valid
17	0.281	0,625	Valid
18	0.281	0,624	Valid
19	0.281	0,638	Valid
20	0.281	0,881	Valid
21	0.281	0,741	Valid
22	0.281	0,687	Valid
23	0.281	0,759	Valid

**c. Uji Validitas Penyesuaian Diri**

Ada 25 item pernyataan pada skala penyesuaian diri. Namun setelah uji validitas, 6 pernyataan dianggap tidak valid dikarenakan jumlah r-hitung dari (>) r-tabel sebesar 0.281. Berikut ini merupakan blue print skala penyesuaian diri setelah dilakukan uji validitas :

**Tabel 4.9 Hasil Uji Validitas Penyesuaian Diri**

No	Sub Variabel/ Aspek	Valid		Gugur		Jumlah item valid
		Fav	Unfav	Fav	Unfav	

1.	Persepsi yang akurat terhadap kenyataan	3, 4			1, 2	2
2.	Kemampuan untuk mengatasi Stres	5, 6, 7	9, 10		8	5
3.	Konsep Diri	11, 13	12, 15	14		4
4.	Kemampuan untuk mengungkapkan perasaan	16	18	17	19	2
5.	Hubungan interpersonal yang baik	20, 21, 22	23, 24, 25			6
Total jumlah item yang valid						19

**Tabel 5.0 Validitas Penyesuaian Diri**

NO ITEM	$r_{table}$	$r_{hitung}$	V/TV
1	0,281	0,222	Tidak Valid
2	0,281	-0,022	Tidak Valid
3	0,281	0,584	Valid
4	0,281	0,559	Valid
5	0,281	0,726	Valid
6	0,281	0,781	Valid
7	0,281	0,662	Valid
8	0,281	0,001	Tidak Valid
9	0,281	0,405	Valid
10	0,281	0,819	Valid
11	0,281	0,647	Valid
12	0,281	0,556	Valid
13	0,281	0,718	Valid
14	0,281	0,243	Tidak Valid
15	0,281	0,677	Valid
16	0,281	0,551	Valid
17	0,281	0,083	Tidak Valid
18	0,281	0,601	Valid
19	0,281	0,015	Tidak Valid
20	0,281	0,609	Valid
21	0,281	0,781	Valid
22	0,281	0,572	Valid
23	0,281	0,714	Valid
24	0,281	0,458	Valid
25	0,281	0,640	Valid

## 2. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas bertujuan untuk melihat tingkat konsistensi instrumen yang dipakai oleh peneliti, memastikan bahwasanya instrumen tetap bisa diandalkan untuk mengukur variabel penelitian bahkan ketika diberikan berulang kali menggunakan angket yang sama. Uji reliabilitas untuk menentukan apakah sesuatu bisa dipercaya atau suatu kondisi bisa dipercaya. Adapun kriteria pengujian sebagai berikut:

- a. Apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih besar ( $>$ ) 0,70 maka instrumen atau kuisinoner bisa dianggap reliabel.
- b. Apabila nilai *Cronbach's Alpha* lebih kecil ( $<$ ) 0,70 maka instrumen atau kuisinoner bisa dianggap tidak reliabel.

**Tabel 4.8 Hasil Uji Reliabilitas**

Variabel	Cronbach Alpha	Keterangan
Dukungan Sosial	0,790	Reliabel
<i>Self-Management</i>	0,799	Reliabel
Penyesuaian Diri	0,815	Reliabel

Jika melihat hasil uji reliabilitas pada tabel diatas, bisa disimpulkan bahwasanya keseluruhan item dinyatakan reliabel atau bisa diandalkan dengan nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0,790. ( $>$ 0,70) pada varibel dukungan sosial, 0,799. ( $>$ 0,70) pada variabel *self-management*, dan 0,815. ( $>$ 0,70) pada variabel penyesuaian diri.

## C. Uji Asumsi Klasik

### 1. Uji Normalitas

Mencari tahu apakah variabel independen dan dependen model regresi mengikuti distribusi normal yakni inti dari uji normalitas. Tidak adanya outlier yang signifikan, baik ke kiri maupun ke kanan, menunjukkan bahwasanya data dalam model regresi mengikuti distribusi yang berdistribusi normal atau hampir berdistribusi normal. Untuk memastikan data normal, program aplikasi SPSS menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov yang memerlukan tingkat signifikansi (sig) sebesar 0,05. Ketika menentukan hasil uji Kolmogorov-Smirnov, nilai signifikansi yang lebih besar dari 0,05 berarti data mengikuti distribusi normal, sedangkan nilai yang lebih kecil dari 0,05 berarti sebaliknya. Berikut ini merupakan hasil dari uji normalitas:

**Tabel 4.9 Hasil Uji Normalitas**

Variabel	Signifikansi	Keterangan
Penyesuaian diri, Dukungan Sosial, dan Stres Akademik	0,038	Normal

Sumber: Diolah dari SPSS

Nilai signifikansi 0,038 pada hasil uji normalitas menunjukkan bahwasanya nilainya lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hal tersebut, bisa dipahami dari tabel di atas bahwasanya dukungan sosial, *self-management*, dan penyesuaian diri berdistribusi normal sesuai dengan pedoman uji normalitas.

## 2. Uji Multikolinieritas

Tujuan pengujian multikolinieritas yakni untuk menguji apakah model regresi ditemukan adanya hubungan antara variabel bebas. Model

regresi yang baik yakni model dimana diantara variabel bebas tidak berkorelasi. Nilai toleransi dan *Variance Inflation Factor* (VIF) berfungsi sebagai dasar untuk keputusan yang dibuat dalam pengujian multikolonieritas. Jika nilai VIF kurang ( $<$ ) dari 10, multikolonialitas tidak ada dan jika nilai VIF lebih besar dari ( $>$ ) dari 10, terdapat multikolinieritas. Terkait hasil uji multikolonieritas bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.10 Hasil Uji Multikolonieritas**

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
Penyesuaian Diri	0,636	1,572
Dukungan Sosial	0,636	1,572

*Sumber:* Diolah dari SPSS

Apabila melihat pada tabel di atas bahwasanya tidak ada multikolonieritas antara variabel independen (bebas) penyesuaian diri dan dukungan sosial. Hasil uji multikolonieritas menunjukkan nilai VIF sebesar 2,045, yang menunjukkan bahwasanya nilai tersebut kurang dari  $< 10$ .

### 3. Uji Heteroskedastisitas

Uji heteroskedastisitas yakni untuk menentukan apakah ada ketidaksetaraan *variance* antara residual dari satu pengamatan kepengamatan yang lain dalam model regresi. Tujuan dari tes glejser yakni untuk memajukan nilai *absolute* menggunakan nilai variabel independen. Dengan memanfaatkan uji glejser ini, pengujian

heteroskedastisitas dilakukan dengan regresi variabel independen ke nilai residual *absolute*, atau Abs\_RES. Keputusan mengenai tes glejser ini didasarkan pada hal-hal berikut:

- 1) Model regresi dianggap bebas heteroskedastisitas apabila nilai signifikansi (Sig) lebih besar (>) dari 0,05.
- 2) Adanya gejala heteroskedastisitas disimpulkan jika apabila nilai signifikansi (Sig) lebih kecil (<) dari 0,05.

Terkait hasil uji heteroskedastisitas bisa dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 4.11 Hasil Uji Heteroskedastisitas**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	1.662	6.572		.253	0.802
Penyesuaian Diri	-.044	.104	-.073	-.419	0.677
Dukungan Sosial	.084	.048	.302	1.746	0.087

Apabila melihat pada tabel 4.11 di atas diketahui bahwasanya hasil uji heteroskedastisitas pada X1 dan X2 menunjukkan nilai signifikansi masing-masing 0,677 dan 0,087. Hal ini bahwasanya nilai tersebut lebih besar dari 0,05 dan menunjukkan bahwasanya baik variabel dukungan sosial maupun variabel *self-management* tidak menunjukkan gejala heteroskedastisitas.

#### **D. Pembahasan**

Berdasarkan penelitian pada santri tahun pertama Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh dengan menggunakan kuesioner dan analisis menggunakan SPSS versi 25. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan

jawaban atas setiap rumusan masalah yang ditetapkan oleh peneliti. Oleh karena itu, pembahasan berikut akan memperjelas ada tidaknya pengaruh dukungan sosial dan *self-management* terhadap penyesuaian diri pada santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh.

### **1. Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh**

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang telah dipaparkan pada bab 4, diketahui bahwasanya hasil uji parsial (t) pada variabel (X1) dukungan sosial dengan menggunakan tingkat signifikansi  $0,000 < 0,05$  dan nilai sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Dalam penelitian ini, variabel dukungan sosial memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sasmita dan Rustika (2015) yang menyatakan bahwa dukungan sosial teman sebaya secara signifikan mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa kedokteran pada tahun pertama.

Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Hasan dan Handayani (2014) yang membuktikan bahwa dukungan sosial berpengaruh terhadap penyesuaian diri. Hal ini dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial dirasa memiliki efek yang positif terhadap pelajar yang memiliki kebutuhan untuk selalu didukung, sehingga dapat meningkatkan penyesuaian diri bagi pelajar yang memiliki tingkat stress yang tinggi. Begitu pula dengan santri yang baru memasuki pesantren, banyak situasi dan kondisi baru di



dalam lingkungan pesantren yang sebelumnya tidak pernah dialami oleh santri sehingga hal tersebut menjadi stressor bagi mereka. Sarafino & Smith menggambarkan dukungan sosial sebagai ketersediaan rasa nyaman, kepedulian, penghargaan, serta dukungan dari satu individu atau kelompok ke individu maupun kelompok lainnya (Maslahatun Nisai', 2021:139).

Beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang meliputi jenis dukungan yang ditawarkan, masalah yang dihadapi, serta berapa lama dalam memberikan dukungan. Memberikan dukungan kepada individu bisa memiliki makna yang berarti untuk hari-hari individu tersebut. Bentuk bantuan yang diterima seseorang sangat berarti jika dukungan tersebut membantu dan diperlakukan dalam keadaan yang sulit. Penerimaan dukungan bisa dipengaruhi oleh peran sosial, kebiasaan, dan kepribadian. Selain itu, harus ada kesesuaian antara jenis dukungan dan masalah yang dihadapi orang tersebut. Bantuan yang ditawarkan akan bisa diterima semaksimal mungkin, tetapi apabila tidak bisa diterima semaksimal mungkin itu akan tergantung pada berapa lama bantuan yang diberikan.

Dukungan sosial memiliki beberapa manfaat untuk individu yang menerimanya. Tujuan mendasar dari dukungan sosial ada empat: dukungan sosial membantu individu merasa lebih baik dan mempertahankan hubungan positif dengan orang lain. Orang lain bisa memberikan berbagai informasi ketika terjadi sesuatu yang

membingungkan, dimana hal tersebut bisa membantu orang individu dalam memahami dan menangani masalah. Individu diberikan dukungan secara langsung dalam bentuk barang maupun tindakan jasa, menghabiskan waktu dengan individu, diberikan bantuan ketika situasi yang mereka anggap sulit, dan membuat individu merasa lebih baik secara keseluruhan.

Hal ini membuktikan bahwasanya dukungan sosial sangat bermanfaat bagi orang-orang yang menerimanya. Salah satu manfaat ini yakni bahwasanya mereka yang menerima dukungan sosial akan merasa lebih baik ketika mereka berada dalam keadaan sulit. Bantuan tersebut akan membantu individu untuk menangani masalahnya. Salah satu permasalahan yang biasanya santri rasakan saat kewajibannya untuk tetap menempuh pendidikan di pesantren walaupun harus jauh dengan orangtua, keharusan untuk mentaati berbagai peraturan yang ditetapkan oleh pesantren, keharusan dalam menyelesaikan tugas-tugas formal maupun non formal dimana santri harus dihadapkan dengan keadaan yang berbeda dengan keadaan yang mereka temui sebelum tinggal di pesantren (Erfin Hidayat dan Ira Darmawanti, 2022:20).

## **2. Pengaruh *Self Manajemen* terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh**

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis yang telah dipaparkan pada bab 4, diketahui bahwasanya hasil uji parsial (t) pada variabel (X2) *self-management* dengan menggunakan tingkat signifikansi  $0,003 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_2$  diterima yang berarti terdapat

pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah. Dalam penelitian ini, variabel *self-management* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri. Oleh karena itu. Untuk meningkatkan penyesuaian diri dapat melalui self manajemen. *Self-management* merupakan prosedur yang menuntut siswa untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri (Gie, 2000; Ulfa & Suarningsih, 2018). *Self-management* merupakan kemampuan mengarahkan diri sendiri untuk mengatur berbagai unsur, mengatur diri untuk mendapatkan hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai aspek kehidupan pribadi agar lebih baik (Asbari et al., 2020).

Beberapa faktor yang dapat dilakukan dalam meningkatkan *self manajemen* seperti memperhatikan waktu mengerjakan tugas secara teratur, kondisi sosial, kondisi ekonomi, pendidikan, dan kendala lingkungan sekitar. Kendala akan membentuk pola pikir dan segala pola pikir akan menentukan bagaimana kemampuan *self management* dalam belajar terbentuk (Jawwad, 2007). *Self manajemen* dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok menggunakan pendekatan *experiential learning* (Septiani, 2020), bimbingan kelompok dengan *role playing* (Sulusyawati, Syamsuddin, & Purnamasari, 2019), dan penguasaan konten dengan teknik *self-interaction* (Daru, 2015). Berbagai upaya perlu dilakukan dalam meningkatkan self manajemen siswa di sekolah karena

*self manajemen* berpengaruh positif kepada siswa terutama dalam penyesuaian dirinyadi lingkungan sekolah.

### **3. Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self Manajemen* terhadap Penyesuaian Diri Pada Santri Tahun Pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh**

Dari hasil hasil analisis regresi linear berganda pada output SPSS versi 25 diatas diketahui terdapat pengaruh antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh, sebesar 55,7% penyesuaian diri santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh di pengaruhi oleh perubahan dari dukungan sosial dan *self-management*.

Menurut Hurlock (1980, h.213) salah satu tugas perkembangan santri baru yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi, santri baru harus membuat banyak penyesuaian baru. Bagi santri baru yang tinggal di pesantren merupakan lingkungan sosial yang utama dalam mengadakan penyesuaian diri. Penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan oleh santri baru untuk mempetemukan tuntutan diri sendiri dengan lingkungan yang melibatkan respon mental dan tingkah laku, sehingga tercapai hubungan yang selaras dan harmonis antara diri dengan lingkungannya (Schneiders dalam Pramadi, 1996, h.334).

Untuk mencapai penyesuaian diri yang maksimal, santri baru di pesantren juga memerlukan dukungan sosial dari orang- orang terdekat

dilingkungannya yaitu dari ustaz dan ustadzah dan teman-teman sesama penghuni pondok pesantren.

Menurut House dalam Smet (1994, h.136) dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisikan pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Masing-masing dukungan tersebut memiliki manfaat bagi si penerima nantinya. Sehingga dapat membantu remaja dalam mengatasi masalahnya yaitu mengurangi stress, kecemasan atau berbagai tekanan lainnya. Apabila remaja di panti asuhan mendapat cukup banyak dukungan sosial dari lingkungannya baik dari pengasuh maupun teman-teman di panti asuhan dalam bentuk apapun akan membuatnya mampu mengembangkan kepribadian yang sehat dan memiliki pandangan positif, sehingga dirinya memiliki kemampuan untuk mengadakan penyesuaian diri secara harmonis, baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan.

Selain dukungan sosial, *self-management* juga memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri siswa. Oleh karena itu. Untuk meningkatkan penyesuaian diri dapat melalui dukungan sosial *self manajemen*. Self-management merupakan prosedur yang menuntut siswa untuk mengarahkan tingkah lakunya sendiri (Gie, 2000; Ulfa & Suarningsih, 2018). Self-management merupakan kemampuan mengarahkan diri sendiri untuk mengatur berbagai unsur, mengatur diri

untuk mendapatkan hal-hal yang baik, dan mengembangkan berbagai aspek kehidupan pribadi agar lebih baik (Asbari et al., 2020).

*Self manajemen* dapat ditingkatkan melalui bimbingan kelompok menggunakan pendekatan experiential learning (Septiani, 2020), bimbingan kelompok dengan role playing (Sulusyawati, Syamsuddin, & Purnamasari, 2019), dan penguasaan konten dengan teknik *self-interaction* (Daru, 2015). Berbagai upaya perlu dilakukan dalam meningkatkan *self manajemen* siswa di sekolah karena *self manajemen* berpengaruh positif kepada siswa terutama dalam penyesuaian dirinya di lingkungan sekolah yang baru.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa perubahan penyesuaian diri pada santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh bisa berpengaruh sebesar 55,7% oleh perubahan dari dukungan sosial dan *self-management*. Maka oleh sebab itu dukungan sosial dari teman, orang tua, dan pengurus pondok pesantren Arafah Sungai Penuh serta *self-management* dari diri santri sangat diperlukan bagi santri baru untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan pondok pesantren Arafah Sungai Penuh.



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

## BAB V

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Didapatkan dua kesimpulan yang bisa ditarik dari hasil analisis data mengenai pengaruh dukungan sosial dan *self-management* terhadap penyesuaian diri pada santri tahun pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh:

1. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) terhadap penyesuaian diri (Y) pada santri tahun pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh dengan nilai signifikansi untuk pengaruh dukungan sosial (X1) terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah
2. Terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) pada santri tahun pertama Di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh dengan nilai signifikansi untuk pengaruh *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) adalah  $0,003 < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa H2 diterima yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara *self-management* (X2) terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) adalah



$0,000 < 0,05$  dan nilai  $f_{hitung} 31.144 > f_{tabel} 3,20$  sehingga dapat disimpulkan bahwa  $H_3$  diterima yang berarti terdapat pengaruh antara dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) santri tahun pertama di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh. Besar pengaruh dukungan sosial (X1) dan *self-management* (X2) secara simultan terhadap penyesuaian diri (Y) adalah sebesar 55,7%. Artinya sebesar 55,7%, penyesuaian diri santri tahun pertama Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh di pengaruhi oleh perubahan dari dukungan sosial dan *self-management*.

## **B. Saran**

### 1. Bagi santri pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh.

Dengan adanya penelitian ini maka di saran santri Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh untuk meningkatkan rasa peduli, empati dan saling memberikan dukungan sosial dan perhatian terhadap sesama santri. Santri baru harus mempunyai *Self-Management* yang bagus serta mampu mengelola waktu yang di miliki dengan lebih baik dan dapat meningkatkan penyesuaian diri pada santri.

### 2. Bagi Pembaca

Pembaca dapat mengetahui Pengaruh Dukungan Sosial dan *Self-management* terhadap Penyesuaian Diri Santri di Pondok Pesantren Arafah Sungai Penuh.



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, S. (2018). Pengaruh dukungan sosial teman sebaya dan Self-efficacy terhadap penyesuaian diri Santri Baru. Repository.Uinjkt.Ac.Id. [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/65488%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/65488/1/Salma Afifah - FPSI.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/65488%0Ahttps://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/65488/1/Salma%20Afifah%20-FPSI.pdf)
- Aisyah, S. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri remaja bertempat tinggal di Panti Asuhan Akhlaqul Karimah Malang. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang. <http://etheses.uin-malang.ac.id/id/eprint/32175>
- Alnadi, A., & Sari, C. A. K. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Sumatera Di Uin Sayyid Ali Rahmatullah. *Proyeksi*, 16(2), 153. <https://doi.org/10.30659/jp.16.2.153-165>
- Aulia, A. (2019). Pengaruh dukungan sosial dan penyesuaian diri terhadap kepuasan hidup remaja yang mempunyai orang tua tiri. Repository.Uinjkt.Ac.Id. <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/51375>
- Ekanita, A., & Putri, D. R. (2019). Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas VII Madrasah Tsanawiyah (MTS) Pondok Pesantren di Sukoharjo. *Psikologika Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 24(2), 149–154. <https://doi.org/10.20885/psikologi.vol24.iss2.art5>
- Estiane, U. (2015). Pengaruh Dukungan Sosial Sahabat Terhadap Penyesuaian

Sosial Mahasiswa Baru di Lingkungan Perguruan Tinggi. *Jurnal Psikologi Klinis Dan Kesehatan Mental*, 4(1), 29–40.

Faza, U. N., & Rohmatun. (2022). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Problem Focused Coping Dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tahfidzul Qur ' An Pondok Relationship Between Social Support And Problem Focused Coping With Personal Adjustment Among Santri Tahfidzul Qur ' An Of Universitas. 5(2), 62–70.

Gie, T. L (2000). Cara belajar yang baik bagi mahasiswa. edisi kedua. \ Yogyakarta : Gadjah Mada University Press.

Imran, A. N. (2020). Penerapan Teknik Self Management Untuk Mengurangi Kecanduan Media Sosial Pada Siswa Di Sma Negeri 1 Sinjai. *Jurnal Universitas Negeri Makasar*, 1–16. <http://eprints.unm.ac.id/19360/1/JurnalNurAzizahImran.Pdf>

Indrayana, R., & Nursalim, M. (2018). Penerapan Strategi Self Management Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Di Sekolah Pada Siswa Kelas X MIA 3 SMA Negeri 1 Ngadirojo Kabupaten Pacitan. Doctoral Dissertation, State University of Surabaya, 58–64.

Islamiati, L. (2021). Implementasi teknik self management untuk menguatkan efikasi diri santri kelas VIII MTs An-Najah Desa Sesela Kecamatan Gunungsari Kabupaten Lombok Barat. <http://etheses.uinmataram.ac.id/id/eprint/1995%0Ahttp://etheses.uinmataram.ac.id/1995/1/LinaIslamiati170303020.pdf>

- Kusrini, W., & Prihartanti, N. (2014). Hubungan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan prestasi bahasa Inggris siswa kelas VII SMP Negeri 6 Boyolali. *Jurnal Penelitian Humaniora*, 15(2), 131–140.
- Maimunah, S. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 275.
- Mega, A. (2013). Hubungan Antara Dukungan Sosial dari Orang Tua dengan Penyesuaian Diri Santri Pondok Pesantren ANNUR 2 Al Murtadlo Malang. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 10(2), 34–41. <https://doi.org/10.18860/psi.v10i2.6369>
- Monazah, S. (2020). Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Yang Tinggal Di Panti Asuhan Kota Medan. *Fakultas Psikologi UIN Suska Riau*, 3(3), 1–101.
- Desmita. 2016. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung : Rosda.
- Sa'idah, S., & Laksmiwati, H. (2017). Dukungan Sosial dan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Pada Santri Tingkat Pertama di Pondok Pesantren. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 7(2), 116. <https://doi.org/10.26740/jppt.v7n2.p116-122>
- Sarafino, E. P., Timothy W. Smith. 2011. *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*, 7th edition. Amerika Serikat: John Wiley & Sons, Inc.
- Septiani, lutfi wahyu. (2015). Upaya Meningkatkan Self Management Melalui Layanan Bimbingan Kelompok Dengan Menggunakan

Pendekatan Experiential Learning Di Desa Mangunsari Kecamatan Tegowanu Kabupaten Grobogan. Repository IAIN Kudus, 3(4), 103–111. <http://repository.iainkudus.ac.id/3938/5/5>. BAB II.pdf

Yunita, W., & Sholihah, A. (2021). Peran Hubungan Teman Sebaya Dan Kontrol Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 11 Kota Bengkulu. *Consilia : Jurnal Ilmiah Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 94–107. <https://doi.org/10.33369/consilia.4.1.94->



Lampiran 1: Angket Uji Coba

**Variabel Dukungan Sosial**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				
9	Teman saya mendapatkan kiriman makanan dari orangtuanya, teman saya enggan membagikannya kepada saya				
10	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
11	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
12	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
13	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
14	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
15	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
16	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				
17	Ketika ada tugas kelompok, teman saya enggan				

	mengajak saya untuk menjadi anggota kelompoknya				
18	Teman saya enggan mengajak saya untuk belajar bersama				

**Angket Variabel *Self-Management***

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya suka membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
7	Saya menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
8	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
9	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
10	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
11	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
12	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
13	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					
14	Saya bisa memotivasi diri saya agar tidak bermain setiap saat					
15	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
16	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
17	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
18	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					



20	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
21	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
22	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
23	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren demi kebaikan saya				
2	Saya tidak akan mendapatkan hukuman, jikasaya mematuhi peraturan di pondok pesantren				
3	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayangkepada saya				
4	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
5	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
6	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
7	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
8	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena kegiatannya padat dan peraturan yang ketat				
9	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
10	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
11	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
12	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
13	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				

14	Saya adalah santri yang berperilaku sopan kepada kyai, guru, maupun teman-teman				
15	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
16	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
17	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
18	Saya menghindari untuk berbicara pada orang yang mempunyai masalah dengan saya, karena saya marah				
19	Saya marah dan memukul, ketika teman meminjam barang saya tanpa izin				
20	Saya akan meluangkan waktu apabila adatekan yang ingin menceritakan masalahnya				
21	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
22	Saya ikut berbaur dengan teman-teman dipondok pesantren				
23	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
24	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
25	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

Lampiran 2: Angket Penelitian

### Variabel Dukungan Sosial

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				
9	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
10	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
11	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
12	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
13	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
14	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
15	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				

**Angket Variabel *Self-Management***

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
7	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
8	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
9	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
10	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
11	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					
12	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
13	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
14	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
15	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					
16	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					
17	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
18	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
20	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayang kepada saya				
2	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
3	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
4	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
5	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
6	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
7	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
8	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
9	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
10	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				
11	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
12	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
13	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
14	Saya akan meluangkan waktu apabila adatekanan yang ingin menceritakan masalahnya				

15	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
16	Saya ikut berbaur dengan teman-teman dipondok pesantren				
17	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
18	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
19	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				

Lampiran 1: Angket Uji Coba

**Variabel Dukungan Sosial**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				
9	Teman saya mendapatkan kiriman makanan dari orangtuanya, teman saya enggan membagikannya kepada saya				
10	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
11	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				

12	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
13	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
14	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
15	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
16	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				
17	Ketika ada tugas kelompok, teman saya enggan mengajak saya untuk menjadi anggota kelompoknya				
18	Teman saya enggan mengajak saya untuk belajar bersama				

**Angket Variabel Self-Management**

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya suka membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
7	Saya menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
8	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
9	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
10	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
11	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
12	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
13	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					



14	Saya bisa memotivasi diri saya agar tidak bermain setiap saat					
15	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
16	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
17	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
18	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					
20	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
21	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
22	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
23	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren demi kebaikan saya				
2	Saya tidak akan mendapatkan hukuman, jikasaya mematuhi peraturan di pondok pesantren				
3	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayangkepada saya				
4	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
5	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
6	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
7	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
8	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena kegiatannya padat dan peraturan yang ketat				

9	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
10	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
11	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
12	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
13	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				
14	Saya adalah santri yang berperilaku sopan kepada kyai, guru, maupun teman-teman				
15	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
16	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
17	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
18	Saya menghindari untuk berbicara pada orang yang mempunyai masalah dengan saya, karena saya marah				
19	Saya marah dan memukul, ketika teman meminjam barang saya tanpa izin				
20	Saya akan meluangkan waktu apabila adatekan yang ingin menceritakan masalahnya				
21	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
22	Saya ikut berbaur dengan teman-teman dipondok pesantren				
23	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
24	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
25	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
**K E R I N C I**

Lampiran 2: Angket Penelitian

**Variabel Dukungan Sosial**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				
9	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
10	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
11	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
12	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				

13	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
14	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
15	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				

### Angket Variabel *Self-Management*

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
7	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
8	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
9	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
10	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
11	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					
12	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
13	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
14	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
15	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					

16	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					
17	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
18	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
20	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayang kepada saya				
2	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
3	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
4	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
5	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
6	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
7	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
8	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
9	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
10	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				

11	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
12	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
13	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
14	Saya akan meluangkan waktu apabila adatekan yang ingin menceritakan masalahnya				
15	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
16	Saya ikut berbaur dengan teman-teman dipondok pesantren				
17	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
18	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
19	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				

Lampiran 1: Angket Uji Coba

**Variabel Dukungan Sosial**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan				

	juara kelas				
9	Teman saya mendapatkan kiriman makanan dari orangtuanya, teman saya enggan membagikannya kepada saya				
10	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
11	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
12	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
13	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
14	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
15	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
16	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				
17	Ketika ada tugas kelompok, teman saya enggan mengajak saya untuk menjadi anggota kelompoknya				
18	Teman saya enggan mengajak saya untuk belajar bersama				

**Angket Variabel Self-Management**

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya suka membuat jadwal kegiatan sehari-hari					



7	Saya menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
8	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
9	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
10	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					
11	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
12	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
13	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					
14	Saya bisa memotivasi diri saya agar tidak bermain setiap saat					
15	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
16	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
17	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
18	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					
20	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
21	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
22	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
23	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren demi kebaikan saya				
2	Saya tidak akan mendapatkan hukuman, jikasaya mematuhi peraturan di pondok pesantren				
3	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayang kepada saya				

4	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
5	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
6	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				
7	Saya betah tinggal di pondok pesantren karena mempunyai banyak teman				
8	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena kegiatannya padat dan peraturan yang ketat				
9	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren karena banyak kegiatan yang membuat saya kelelahan				
10	Saya tidak betah tinggal di pondok pesantren, karena tekanan teman sekamar				
11	Saya adalah santri yang patuh terhadap peraturan				
12	Saya merasa tidak cocok menjadi santri, sehingga saya sering bolos dalam mengikuti pengajian kitab				
13	Saya adalah santri yang bertanggung jawab				
14	Saya adalah santri yang berperilaku sopan kepada kyai, guru, maupun teman-teman				
15	Saya berbohong kepada pengurus agar tidak diberi hukuman ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
16	Saya marah, ketika teman saya meminjam barang saya tanpa izin				
17	Saya sedih ketika melakukan kesalahan kepada teman saya				
18	Saya menghindari untuk berbicara pada orang yang mempunyai masalah dengan saya, karena saya marah				
19	Saya marah dan memukul, ketika teman meminjam barang saya tanpa izin				
20	Saya akan meluangkan waktu apabila adatekan yang ingin menceritakan masalahnya				
21	Saya menyapa terlebih dahulu jika berpapasan dengan orang disekitar pondok				
22	Saya ikut berbaur dengan teman-teman dipondok pesantren				

23	Saya tidak peduli dengan teman di pondok				
24	Saya masih malu-malu untuk menyapa terlebih dahulu dengan orang-orang sekitar pondok				
25	Saya lebih memilih menyendiri daripada berkumpul dengan teman-teman				



INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI  
K E R I N C I

Lampiran 2: Angket Penelitian

**Variabel Dukungan Sosial**

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Perhatian orangtua kepada saya, membuat saya bersemangat menjadi santri				
2	Teman saya memberikan dukungan atau semangat, ketika saya mempunyai masalah				
3	Ketika mendapatkan juara kelas, teman-teman memberikan pujian kepada saya				
4	Teman saya bersikap biasa saja, ketika melihat saya bersedih karena merindukan suasana rumah				
5	Orangtua saya sibuk, sehingga tidak ada waktu menelpon untuk menanyakan kabar saya di pondokpesantren				
6	Bila uang kiriman saya habis, teman saya bersedia meminjamkan uangnya				
7	Teman-teman bersedia merawat dan menjaga saya, ketika saya sakit				
8	Orangtua saya memberikan hadiah kepada saya sebagai penghargaan, ketika saya mendapatkan juara kelas				

9	Bila saya mengalami kesulitan dalam memahami pelajaran, teman saya bersedia membantu menjelaskan kembali pelajaran tersebut				
10	Teman saya menasehati tentang hukuman, ketika saya melanggar peraturan di pondok pesantren				
11	Orangtua saya memberikan saran agar meminta maaf kepada teman, ketika saya mempunyai masalah dengan teman saya				
12	Teman saya memberitahu keuntungan menjadi santri, ketika saya merasa tidak betah di pondok pesantren karena banyaknya kegiatan				
13	Teman saya tidak memberikan informasi terkait peraturan di pondok pesantren				
14	teman saya mengajak saya untuk mengerjakannya bersama sama				
15	Teman-teman mengajak saya untuk pergi sekolah bersama-sama				

**Angket Variabel Self-Management**

No	Pernyataan	PILIHAN				
		SS	S	TS	STS	SS
1	Saya tidak bersungguh-sungguh dengan apa yang ingin saya capai					
2	Saya suka menunda-nunda tujuan					
3	Saya bisa menyelesaikan aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
4	Saya mendahulukan tugas yang memiliki tenggat waktu					
5	Saya tidak bisa menyelesaikan Aktivitas yang mendesak secepat mungkin					
6	Saya dapat mengatur dan mendahului kegiatan yang paling penting					
7	Saya tidak membuat jadwal kegiatan sehari-hari					
8	Saya tidak menjadwalkan kegiatan yang semestinya dilakukan					

9	Saya mengabaikan kegiatan yang paling penting					
10	Saya dapat melawan rasa malas pada diri saya					
11	Saya bisa menolak jika diajak bermain dengan teman saat saya sedang mengerjakan tugas					
12	Saya sangat malas melakukan kegiatan					
13	Saya mengutamakan bermain daripada mengerjakan hal yang lebih penting					
14	Saya tidak bisa memotivasi diri saya sendiri agar tidak setiap saat bermain					
15	Saya percaya dengan kemampuan orang lain					
16	Saya bisa menerima pendapat dan kritik dari orang lain					
17	Saya mempunyai rasa tanggung jawab yang tinggi					
18	Saya tidak mudah percaya dengan kemampuan orang lain					
19	Saya tidak bisa menerima pendapat dan kritik orang lain					
20	Saya tidak memiliki rasa tanggung jawab jika diberi amanah					

### Angket Variabel Penyesuaian Diri

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya menganggap orangtua memasukkan saya ke pondok pesantren karena tidak sayang kepada saya				
2	Saya menganggap tidak perlu ada hukuman ketika melanggar peraturan di pondok pesantren				
3	Saya tetap bertahan di pondok pesantren meskipun tidak dibolehkan membawa HP				
4	Saya mampu mengatur waktu untuk belajar meskipun kegiatan di pondok pesantren padat				



4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	4	3	3	5
5	4	3	2	1	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
6	3	3	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	3	3	3	4
7	4	4	4	4	2	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	5
8	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	1	4	4	4	5
9	4	4	4	4	2	1	1	4	4	4	4	4	4	4	4	5
10	4	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	2	4	2	4	5
11	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	5
12	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	3	4
13	4	3	3	4	2	3	3	1	3	1	3	1	4	3	3	4
14	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	2	3	3	3	4
15	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	5
16	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4
17	4	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	4	4
18	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4
19	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4
20	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	5
21	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4
22	4	3	4	1	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	4	4
23	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	5
24	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4
25	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4
26	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	4	4
27	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4	3	3	4	4	4	5
28	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	5
29	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	5
30	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
31	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
32	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
33	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	5
34	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	5
35	4	3	4	3	1	4	3	1	2	4	4	3	4	4	4	4
36	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	3	4	4
37	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	2	3
38	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4
39	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4
40	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3
41	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3
42	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4
43	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	1	4
44	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	4
45	3	3	2	3	4	4	4	3	1	3	3	3	2	3	1	4
46	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4
47	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3
48	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	2	5
49	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4



### Tabulasi Data Variabel *Self-Management*

No	PERTANYAAN/PERNYATAAN (NOMOR ITEM)																				T
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	
2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	4	4	
3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	
4	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2	
5	1	4	4	2	2	2	1	2	4	3	2	2	3	3	2	1	3	3	1	1	
6	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	3	
7	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
8	1	4	4	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1	
9	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
10	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1	
11	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	
12	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	2	
13	3	3	3	2	1	3	4	4	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4	
14	3	3	3	1	3	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	3	2	2	
15	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2	
16	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3	
17	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	4	2	4	
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	
19	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2	
20	3	3	2	3	3	4	3	4	1	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3	
21	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3	
22	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	
23	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	1	2	
24	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	1	4	4	2	2	
25	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	
26	3	4	1	1	3	3	2	2	3	1	4	1	3	1	2	3	3	4	3	3	
27	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3	
28	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2	
29	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	
30	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	
31	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2	
33	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	1	2	3	2	3	2	2	
34	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2	
35	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3	
36	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4
37	3	3	3	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3	
38	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	
39	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	3	1	3	3	3	
40	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	3	
41	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	

42	3	2	3	2	2	3	1	1	3	4	3	3	2	2	4	2	3	4	2	3
43	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3
44	3	2	3	1	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	2	3	4	3	3
45	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	1	2	3	3	3	3
46	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3
47	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3
48	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
49	3	3	2	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4

### Tabulasi Data Variabel Penyesuaian Diri

NO	PERNYATAAN/PERTANYAAN (NOMOR ITEM)																		
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	X.17	X.18	X.19
1	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	1	1	4	3	4
2	4	4	4	3	4	1	2	4	4	4	1	2	1	3	4	1	4	3	4
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	2	4
5	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	1	3	3	4	2	2	2
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3
7	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4
8	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	3	1	3
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
10	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	2
11	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4
12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	3	4
13	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4
14	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
15	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4
16	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
17	4	3	4	3	3	1	1	2	1	4	4	3	2	3	2	4	2	1	1
18	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	4
19	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4
20	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	4	2	3
21	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	1	1	4	4	3	3	4	3	3
22	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	2	4	3	4
23	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	3	2
24	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	1	3	4	4	3	3
25	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
26	4	4	3	2	4	3	1	1	4	4	4	1	4	3	3	1	3	2	3
27	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	2	4	3	1	4	3	4



20	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	5
21	4	3	3	2	3	1	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4
22	4	3	4	1	3	3	4	4	3	3	4	1	3	3	4	4
23	4	4	4	1	3	3	3	4	3	3	4	4	3	4	4	5
24	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4
25	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4
26	4	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	1	3	4	4
27	4	3	4	3	4	4	3	4	2	4		3	4	4	4	5
28	4	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	5
29	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	5
30	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
31	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
32	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	5
33	4	4	4	2	2	4	4	4	4	4	4	2	3	4	4	5
34	4	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	4	5
35	4	3	4	3	1	4	3	1	2	4	4	3	4	4	4	4
36	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	4	2	2	3	4	4
37	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3
38	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	3	2	2	3	2	4
39	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	4
40	3	2	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	2	3
41	2	2	2	2	2	3	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3
42	4	3	3	3	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4
43	4	3	3	4	4	4	4	3	3	2	4	3	3	4	1	4
44	4	3	3	3	4	4	4	2	3	3	4	3	3	3	2	4
45	3	3	2	3	4	4	4	3	1	3	3	3	2	3	1	4
46	3	3	2	4	3	3	4	2	3	3	4	3	3	4	3	4
47	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3
48	4	4	3	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	4	3	5
49	3	3	3	4	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	4


  
**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI**  
**K E R I N C I**

**Tabulasi Data Variabel *Self-Management***

No	PERTANYAAN/PERNYATAAN (NOMOR ITEM)																				T
	Y.1	Y.2	Y.3	Y.4	Y.5	Y.6	Y.7	Y.8	Y.9	Y.10	Y.11	Y.12	Y.13	Y.14	Y.15	Y.16	Y.17	Y.18	Y.19	Y.20	
1	2	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	4	

2	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	3	4	4
3	3	2	3	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
4	2	3	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	2	2	2
5	1	4	4	2	2	2	1	2	4	3	2	2	3	3	2	1	3	3	1	1
6	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	3
7	1	1	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
8	1	4	4	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	1	1	1	2	2	1	1
9	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
10	2	3	1	1	2	3	2	2	1	2	1	1	1	2	2	2	2	3	2	1
11	2	3	1	1	2	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2
12	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	3	2	2
13	3	3	3	2	1	3	4	4	1	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	4
14	3	3	3	1	3	2	2	2	1	2	1	3	2	1	1	1	2	3	2	2
15	3	2	3	2	3	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	1	2	2	2	2
16	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	3	3
17	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	4	2	4
18	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2
19	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	2	3	1	1	2	2	2	2
20	3	3	2	3	3	4	3	4	1	1	1	1	1	3	2	2	3	3	3	3
21	4	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	1	2	3	2	3	3	3	3
22	2	2	3	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2
23	1	2	2	1	3	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	3	1	2
24	3	4	3	3	3	3	3	2	2	3	3	1	1	1	3	1	4	4	2	2
25	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2
26	3	4	1	1	3	3	2	2	3	1	4	1	3	1	2	3	3	4	3	3
27	3	1	1	1	1	1	1	3	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3
28	2	2	3	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	2	3	2	2
29	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
30	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
31	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
32	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1	1	2	2	2	2	2	3	3	2
33	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	4	1	2	3	2	3	2	2
34	2	2	3	2	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	3	2	3	2	2	2
35	3	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	2	1	2	2	4	4	3
36	3	3	3	2	1	3	3	3	1	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	4
37	3	3	3	2	4	4	4	3	3	2	2	3	3	2	2	2	4	3	3	3
38	3	3	3	3	4	4	4	4	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3
39	3	3	3	3	4	4	4	4	2	2	2	3	3	3	1	3	3	3	3	3
40	4	4	4	3	3	4	4	3	3	2	2	3	4	4	2	2	3	3	3	3
41	3	3	4	2	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3
42	3	2	3	2	2	3	1	1	3	4	3	3	2	2	4	2	3	4	2	3
43	3	3	1	1	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3
44	3	2	3	1	4	3	3	3	2	2	2	4	4	3	2	2	3	4	3	3
45	3	3	2	2	4	4	4	4	2	2	2	3	4	3	1	2	3	3	3	3
46	3	2	4	3	4	4	4	4	3	2	2	2	4	3	2	3	4	3	3	3
47	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	2	1	2	3	3	3
48	2	4	4	2	4	4	4	4	2	2	2	4	3	3	2	2	2	2	2	2
49	3	3	2	3	4	4	4	4	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	4

### Tabulasi Data Variabel Penyesuaian Diri

NO	PERNYATAAN/PERTANYAAN (NOMOR ITEM)																		
	X.1	X.2	X.3	X.4	X.5	X.6	X.7	X.8	X.9	X.10	X.11	X.12	X.13	X.14	X.15	X.16	X.17	X.18	X.19
1	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	4	3	1	1	4	3	4
2	4	4	4	3	4	1	2	4	4	4	1	2	1	3	4	1	4	3	4
3	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2
4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	3	4	2	4
5	4	4	4	3	3	4	2	3	4	3	3	3	1	3	3	4	2	2	2
6	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	3	3
7	4	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4
8	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	1	3	4	4	3	3	1	3
9	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4
10	4	4	4	3	3	4	2	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	2	2
11	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4
12	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	2	4	3	4	4	3	4
13	4	4	4	3	3	3	2	4	4	3	4	3	1	4	4	4	4	4	4
14	4	4	3	4	4	2	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4
15	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4
16	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
17	4	3	4	3	3	1	1	2	1	4	4	3	2	3	2	4	2	1	1
18	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	2	4
19	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	4
20	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	4	3	3	4	2	3
21	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	1	1	4	4	3	3	4	3	3
22	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	2	2	3	4	2	4	3	4
23	4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	3	2
24	4	4	3	3	4	3	3	2	3	2	3	4	3	1	3	4	4	3	3
25	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3
26	4	4	3	2	4	3	1	1	4	4	4	1	4	3	3	1	3	2	3
27	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	1	2	4	3	1	4	3	4
28	4	3	4	4	4	3	3	4	4	4	4	2	3	2	4	3	4	3	3
29	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4
30	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	1	3	4	3	3	4	3	4

31	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	4
32	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	1	3	4	3	3	4	3	4	4
33	3	3	4	4	4	3	3	4	3	4	2	4	2	4	4	4	2	2	2	2
34	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	4	2	3	2	4	1	4	3	3	3
35	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	1	1	3	4	1	4	3	4	4
36	4	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	4
37	3	2	3	3	4	1	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	1	2	4
38	4	2	3	2	3	1	2	2	4	3	3	4	1	3	2	2	3	2	2	4
39	4	3	3	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	5
40	3	2	2	2	3	1	3	3	2	2	2	4	1	3	3	3	3	3	2	4
41	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	3	3	3	2	3	5
42	3	2	4	2	4	3	2	2	2	2	2	3	2	3	4	3	4	3	3	5
43	4	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	4	1	3	3	4	3	1	4	5
44	4	4	3	3	3	1	3	2	3	3	4	4	1	3	2	2	3	1	2	5
45	4	3	3	3	4	1	3	3	3	4	3	4	1	2	3	3	3	1	3	5
46	3	3	3	1	3	1	3	3	3	3	3	4	1	3	2	3	3	1	3	4
47	3	2	2	1	3	1	3	3	3	2	3	4	1	2	2	2	2	2	1	4
48	4	4	4	3	3	1	3	2	3	3	3	4	1	3	2	3	4	3	3	5
49	4	3	3	2	3	1	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	1	3	5

Lampiran 5: Uji Reliabilitas

Uji Reliabilitas Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.790	15

Uji Reliabilitas Self-Management

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.799	20

Uji Reliabilitas Penyesuaian diri

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.815	19

Lampiran 6 : Asumsi Klasik

### Uji Normalitas

#### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		49
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	.0000000
	Std. Deviation	4.80642018
Most Extreme Differences	Absolute	.130
	Positive	.130
	Negative	-.050
Test Statistic		.130
Asymp. Sig. (2-tailed)		.038 <sup>c</sup>

a. Test distribution is Normal.



b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

### Uji Multikolonieritas

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	41.054	10.405		3.946	.000		
	Dukungan Sosial	.630	.165	.461	3.829	.000	.636	1.572
	Self-Management	-.244	.076	-.385	-3.195	.003	.636	1.572

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri



### Uji Heteroskedastisitas

#### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	1.662	6.572		.253	.802
	Dukungan Sosial	-.044	.104	-.073	-.419	.677
	Self-Management	.084	.048	.302	1.746	.087

a. Dependent Variable: Abs

## Lampiran 7 : Uji Hipotesis

### Uji Hipotesis 1 (Uji t)

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	41.054	10.405		3.946	.000		
	Dukungan Sosial	.630	.165	.461	3.829	.000	.636	1.572
	Self-Management	-.244	.076	-.385	-3.195	.003	.636	1.572

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

### Uji Hipotesis 2 (Uji t)

### Coefficients<sup>a</sup>

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistics	
		B	Std. Error	Beta			Tolerance	VIF
1	(Constant)	41.054	10.405		3.946	.000		
	Dukungan Sosial	.630	.165	.461	3.829	.000	.636	1.572
	Self-Management	-.244	.076	-.385	-3.195	.003	.636	1.572

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

# K E R I N C I

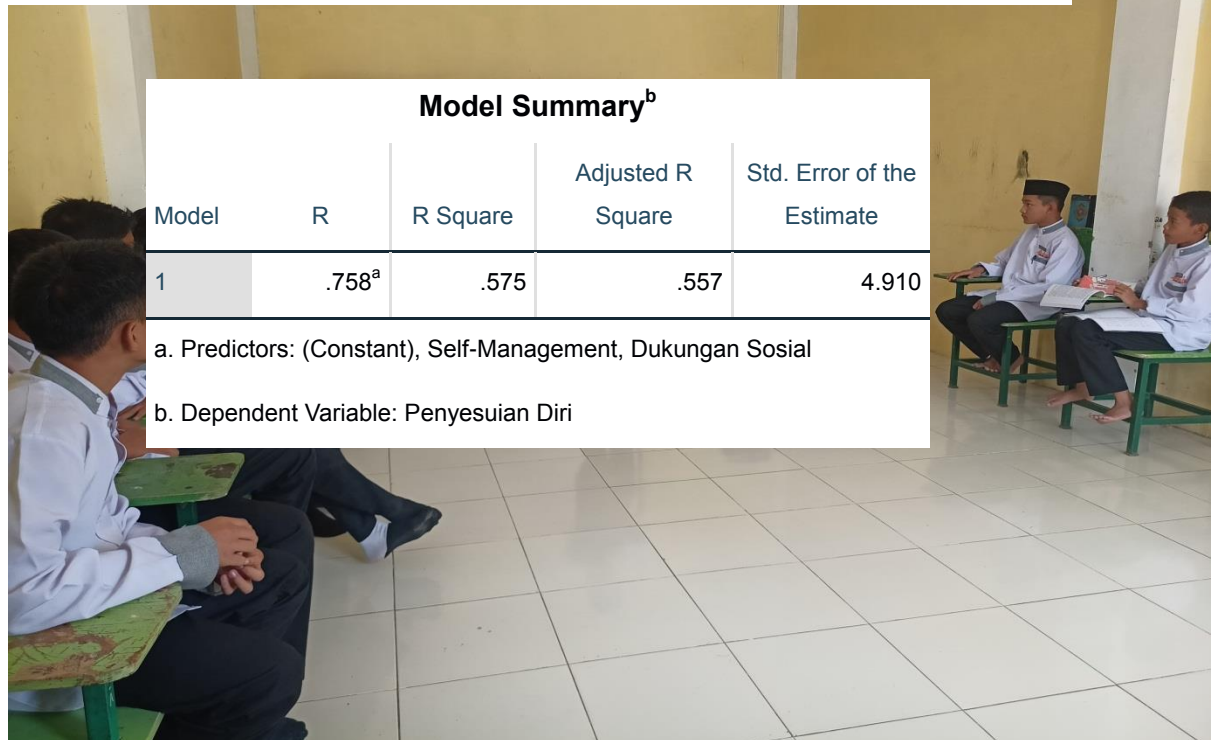
### Uji Hipotesis 3 (Uji F)

### ANOVA<sup>a</sup>

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1501.528	2	750.764	31.144	.000 <sup>b</sup>
	Residual	1108.880	46	24.106		
	Total	2610.408	48			

a. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

b. Predictors: (Constant), Self-Management, Dukungan Sosial



Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.758 <sup>a</sup>	.575	.557	4.910

a. Predictors: (Constant), Self-Management, Dukungan Sosial

b. Dependent Variable: Penyesuaian Diri

## BIOGRAFI PENULIS

### Data Diri :

Nama : Mahesa Nababil  
Tempat/Tanggal lahir : Jujun, 27 Desember 2002  
Alamat : Jujun  
Email : [mahesa.nababil@gmail.com](mailto:mahesa.nababil@gmail.com)  
No.Hp/WA : 081369490859  
Agama : Islam  
Jurusan/Fakultas : MPI/FTIK  
Asli Perguruan Tinggi : IAIN Kerinci

### Riwayat Pendidikan :

1. SD N 54/III Koto Agung. Tahun 2008-2014.
2. SMP N 6 Kerinci. Tahun 2014-2017.
3. SMK N Kerinci. Tahun 2017-2020

OKUMNTASI

