

Profil Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Berdasarkan Program Keahlian di SMK Negeri 2 Tasikmalaya

Raisa Putri Ramdiansyah¹, Agung Nugraha², Cucu Arumsari³

^{1,2,3}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya, Tasikmalaya, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Februari 10, 2026

Revised Februari 15, 2026

Accepted Februari 24, 2026

Kata Kunci:

Penyesuaian Diri,
Siswa SMK,
Program Keahlian,
Kelas X

Keywords:

*Self-Adjustment,
Vocational High School
Students,
Expertise Program,
Grade 10*

ABSTRAK

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan lingkungan sekolah secara adaptif, khususnya pada masa transisi remaja di jenjang Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan profil penyesuaian diri siswa kelas X berdasarkan program keahlian di SMK Negeri 2 Tasikmalaya. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif. Subjek penelitian berjumlah 287 siswa kelas X dari sembilan program keahlian. Instrumen penelitian berupa angket penyesuaian diri siswa. Analisis data dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan crosstabulation dengan pengelompokan kategori rendah, sedang, dan tinggi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori penyesuaian diri sedang (70%), diikuti kategori tinggi (20%) dan kategori rendah (10%). Pada seluruh program keahlian, mayoritas siswa berada pada kategori sedang. Program keahlian Teknik Kendaraan Ringan dan Teknik Instalasi Tenaga Listrik memiliki proporsi kategori tinggi yang relatif lebih besar, sedangkan program keahlian Teknik Pemesinan menunjukkan jumlah siswa kategori rendah paling banyak. Temuan ini menunjukkan adanya variasi penyesuaian diri siswa antar program keahlian meskipun kecenderungan umum berada pada kategori sedang. Hasil penelitian mengimplikasikan pentingnya layanan bimbingan dan konseling yang disesuaikan dengan karakteristik masing-masing program keahlian.

ABSTRACT

Self-adjustment is an individual's ability to face the demands of the school environment adaptively, especially during the transition period of adolescence at the Vocational High School (SMK) level. This study aims to describe the self-adjustment profile of grade X students based on the expertise program at SMK Negeri 2 Tasikmalaya. The study used a quantitative approach with descriptive methods. The research subjects were 287 grade X students from nine expertise programs. The research instrument was the students' self-adjustment targets. Data analysis was conducted using descriptive statistics and cross-tabulations with low, medium, and high category groups. The results showed that the majority of students were in the medium adjustment category (70%), followed by the high category (20%) and the low category (10%). In all program memberships, the majority of students were in the medium category. The Light Vehicle Engineering and Electrical Power Installation Engineering expertise programs had a relatively larger proportion of high category students, while the Mechanical Engineering expertise program showed the highest number of low category students. These findings indicate variations in student self-adjustment between expertise programs although the general trend was in the medium category. The

results of the study imply the importance of guidance and counseling services tailored to the characteristics of each expertise program..

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Raisa Putri Ramdiansyah
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya,
Tasikmalaya, Indonesia
Email: raisaramdiansyah@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Penyesuaian diri merupakan kemampuan individu dalam menghadapi tuntutan lingkungan melalui pengelolaan emosi, pola pikir, dan perilaku yang sesuai dengan norma sosial serta tuntutan akademik. Penyesuaian diri yang baik memungkinkan siswa mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dengan tuntutan lingkungan sekolah sehingga mendukung keberhasilan belajar dan kesehatan mental [1].

Dalam konteks pendidikan menengah, penyesuaian diri menjadi faktor penting yang memengaruhi keberhasilan siswa dalam mengikuti proses pembelajaran serta membangun hubungan sosial yang positif di lingkungan sekolah. Siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan baik cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih tinggi dan mampu mengatasi tekanan akademik secara adaptif [2]. Siswa Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) kelas X berada pada masa transisi dari jenjang SMP menuju lingkungan sekolah baru dengan karakteristik pembelajaran yang lebih spesifik dan menuntut kesiapan akademik serta keterampilan praktik. Perubahan lingkungan belajar tersebut menuntut siswa untuk beradaptasi secara cepat baik dalam aspek akademik maupun sosial [3].

Pembelajaran di SMK menekankan keseimbangan antara penguasaan teori dan keterampilan kerja sehingga siswa dihadapkan pada tuntutan praktik yang lebih intens dibandingkan sekolah menengah umum. Kondisi ini menjadikan penyesuaian diri sebagai aspek penting dalam menunjang kesiapan siswa menghadapi dunia kerja dan lingkungan belajar kejuruan [4]. Setiap program keahlian di SMK memiliki karakteristik pembelajaran yang berbeda, baik dari segi tuntutan kompetensi, beban praktik, maupun pola interaksi belajar. Perbedaan tersebut berpotensi memengaruhi kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik dan sosial di sekolah [5].

Penelitian menunjukkan bahwa siswa SMK mengalami tantangan penyesuaian diri yang berbeda-beda sesuai dengan jurusan atau program keahlian yang diikuti. Program keahlian dengan tuntutan teknis tinggi memerlukan kesiapan mental dan emosional yang lebih besar sehingga dapat memengaruhi stabilitas penyesuaian diri siswa [6]. Faktor psikologis seperti regulasi emosi berperan penting dalam menunjang kemampuan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah. Siswa yang mampu mengelola emosi secara positif cenderung lebih mudah beradaptasi dengan tuntutan akademik dan hubungan sosial [7]. Selain regulasi emosi, konsep diri juga berpengaruh terhadap kemampuan penyesuaian diri siswa. Siswa dengan konsep diri positif lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan belajar dan mampu menyesuaikan diri secara lebih efektif dengan lingkungan sekolah [8]. Dukungan sosial dari teman sebaya dan guru menjadi faktor penting dalam membantu siswa menghadapi tekanan akademik dan sosial. Lingkungan sekolah yang memberikan dukungan emosional dan akademik dapat meningkatkan kemampuan penyesuaian diri siswa secara signifikan [9]. Iklim sekolah yang kondusif turut

berkontribusi terhadap perkembangan penyesuaian diri siswa. Lingkungan belajar yang aman, nyaman, dan suportif memungkinkan siswa mengembangkan kemampuan adaptasi secara optimal [10].

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa penyesuaian diri siswa SMK masih berada pada kategori sedang dan memerlukan intervensi pendidikan yang terencana agar siswa mampu menghadapi tuntutan akademik dan sosial secara lebih optimal [11]. Hasil penelitian lain mengungkapkan bahwa perbedaan program keahlian di SMK berkaitan dengan variasi tingkat penyesuaian diri siswa, sehingga diperlukan kajian yang lebih spesifik berdasarkan jurusan untuk memahami kebutuhan siswa secara lebih mendalam [12].

Sebagian besar penelitian sebelumnya masih mengkaji penyesuaian diri siswa secara umum tanpa mengaitkannya dengan karakteristik program keahlian di SMK. Padahal, pendekatan berbasis jurusan penting untuk merancang layanan bimbingan dan konseling yang sesuai dengan kebutuhan siswa pada masing-masing bidang keahlian [13]. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang secara khusus mendeskripsikan profil penyesuaian diri siswa kelas X SMK berdasarkan program keahlian. Pendekatan ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai variasi penyesuaian diri siswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial sekolah kejuruan [14].

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan profil penyesuaian diri siswa kelas X SMK berdasarkan program keahlian. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi guru bimbingan dan konseling serta pihak sekolah dalam merancang layanan pendampingan yang sesuai dengan karakteristik dan kebutuhan siswa pada setiap program keahlian [15].

2. METODE

2.1 Peserta

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis dan faktual profil penyesuaian diri siswa berdasarkan program keahlian. Subjek penelitian berjumlah 287 siswa kelas X SMK Negeri 2 Tasikmalaya yang berasal dari sembilan program keahlian, yaitu DPIB, PSPT, RPL, TAV, TITL, TKJ, TKR, TMT, dan TPM. Teknik pengambilan sampel menggunakan proportional sampling agar setiap program keahlian terwakili secara proporsional [16].

2.2 Instrumen

Instrumen penelitian berupa angket penyesuaian diri siswa yang disusun berdasarkan teori penyesuaian diri menurut Schneider. Instrumen ini digunakan untuk mengukur kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan sekolah pada aspek emosional, kognitif, dan sosial melalui pernyataan favorable dan unfavorable dengan skala Likert lima poin, yaitu 1 (sangat tidak sesuai) sampai 5 (sangat sesuai), di mana skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang lebih baik [17].

Instrumen penelitian telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas sebelum digunakan dalam pengumpulan data. Uji validitas dilakukan untuk memastikan bahwa setiap item mampu mengukur aspek penyesuaian diri yang dimaksud, sedangkan uji reliabilitas bertujuan untuk mengetahui konsistensi hasil pengukuran sehingga data yang diperoleh dapat dipercaya dan digunakan dalam analisis penelitian [18].

2.3 Ukuran

2.3.1 Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri diukur menggunakan Skala Penyesuaian Diri yang disusun berdasarkan tujuh aspek penyesuaian diri menurut Schneider, yaitu: (1) kemampuan mengontrol emosi yang berlebihan, (2) kemampuan meminimalisir mekanisme pertahanan diri, (3) kemampuan mengurangi rasa frustrasi, (4) pola pikir rasional dan kemampuan mengarahkan diri, (5) kemampuan untuk belajar, (6)

pemanfaatan pengalaman masa lalu, serta (7) sikap realistis dan objektif terhadap diri dan lingkungan. Skala ini terdiri dari 65 item pernyataan dengan skala Likert lima poin, dan skor total digunakan untuk menggambarkan tingkat penyesuaian diri siswa secara keseluruhan (Schneider, 1964).

2.3.2 Prosedur

Pengumpulan data dilakukan setelah peneliti memperoleh izin penelitian dari pihak sekolah. Peneliti berkoordinasi dengan guru bimbingan dan konseling (BK) SMK Negeri 2 Tasikmalaya untuk membantu proses pendistribusian instrumen kepada siswa kelas X pada masing-masing program keahlian. Instrumen penelitian berupa angket penyesuaian diri disebarakan dalam bentuk tautan (link) secara daring kepada siswa melalui guru BK. Sebelum pengisian angket, siswa diberikan penjelasan mengenai tujuan penelitian, kerahasiaan data, serta tata cara pengisian instrumen. Guru BK membantu memastikan bahwa seluruh siswa yang menjadi responden menerima tautan angket dan mengisinya sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Selama proses pengisian angket, peneliti melakukan pemantauan secara tidak langsung melalui koordinasi dengan guru BK untuk memastikan data terkumpul secara lengkap dan sesuai prosedur penelitian.

- a. Data yang telah terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya sebelum dilakukan pengolahan dan analisis lebih lanjut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil analisis statistik deskriptif menunjukkan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa kelas X di SMK Negeri 2 Tasikmalaya sebagian besar berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada tahap adaptasi yang cukup stabil. Dari 287 siswa, sebanyak 201 siswa (70%) berada pada kategori sedang, 57 siswa (20%) berada pada kategori tinggi, dan 29 siswa (10%) berada pada kategori rendah.

Temuan ini menunjukkan bahwa secara umum siswa telah mampu menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sekolah, meskipun masih terdapat sebagian siswa yang mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian diri.

Tabel 1. Profil Penyesuaian Diri Siswa Kelas X SMK Negeri 2 Tasikmalaya

Skor Range	Kategori	Frekuensi	Persentase
237-272	Tinggi	57	20%
201-236	Sedang	201	70%
165-200	Rendah	29	10%
Total		287	100%

Selanjutnya, analisis berdasarkan program keahlian menunjukkan bahwa mayoritas siswa pada seluruh program keahlian berada pada kategori sedang. Program keahlian Teknik Kendaraan Ringan (TKR) dan Teknik Instalasi Tenaga Listrik (TITL) memiliki proporsi kategori tinggi lebih besar dibandingkan jurusan lainnya, sedangkan program keahlian Teknik Pemesinan (TPM) menunjukkan jumlah siswa kategori rendah paling banyak.

Tabel 2. Profil Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Program Keahlian

Program keahlian	Rendah	Sedang	Tinggi	Total
DPIB	1	33	10	44
PSPT	4	15	4	23
RPL	1	10	1	12
TAV	2	20	2	24
TITL	4	41	13	58
TKJ	4	13	6	23
TKR	2	26	17	45
TMT	1	8	1	10
TPM	10	35	3	48
Total	29	201	57	287

Analisis penyesuaian diri berdasarkan program keahlian menunjukkan bahwa mayoritas siswa kelas X di SMK Negeri 2 Tasikmalaya berada pada kategori sedang di seluruh jurusan. Sebagian besar siswa pada masing-masing program keahlian menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang sedang, dengan proporsi tertinggi terdapat pada program keahlian DPIB, TAV, TITL, TKJ, dan TPM. Program keahlian TKR dan TITL memiliki jumlah siswa dengan kategori tinggi yang relatif lebih besar dibandingkan jurusan lainnya, sedangkan program keahlian TPM menunjukkan jumlah siswa dengan kategori rendah paling tinggi.

Temuan ini menunjukkan bahwa siswa umumnya telah memiliki kemampuan dasar dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan akademik dan praktik kejuruan, serta dalam berinteraksi dengan lingkungan sekolah. Namun, dominasi kategori sedang pada seluruh program keahlian mengindikasikan bahwa kemampuan penyesuaian diri siswa belum berkembang secara optimal. Kondisi ini menegaskan perlunya intervensi bimbingan dan konseling berbasis sekolah yang disesuaikan dengan karakteristik masing-masing program keahlian guna memperkuat kemampuan adaptasi siswa dalam konteks akademik dan sosial.

3.1 Diskusi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori penyesuaian diri sedang, yang mengindikasikan bahwa siswa telah memiliki kemampuan adaptasi dasar namun belum berkembang secara optimal. Penyesuaian diri merupakan proses individu dalam mencapai keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan tuntutan lingkungan, sehingga kategori sedang mencerminkan bahwa keseimbangan tersebut masih berada pada tahap perkembangan (Schneider, 1964).

Variasi penyesuaian diri antar program keahlian dapat dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik pembelajaran dan tuntutan kompetensi pada masing-masing jurusan. Program keahlian dengan beban praktik tinggi dan tuntutan teknis yang kompleks menuntut kesiapan fisik dan mental yang lebih besar, sehingga memengaruhi kemampuan siswa dalam beradaptasi secara akademik maupun sosial di lingkungan sekolah (Sukmadinata, 2017).

Temuan penelitian ini memperkuat pandangan bahwa keberhasilan penyesuaian diri dipengaruhi oleh kesesuaian antara kemampuan individu dan tuntutan lingkungan tempat individu berada. Siswa yang berada pada program keahlian yang sesuai dengan minat dan kemampuannya cenderung menunjukkan kemampuan penyesuaian diri yang lebih baik dibandingkan siswa yang mengalami ketidaksesuaian antara pilihan jurusan dan kesiapan dirinya (Schneider, 1964).

Dominasi kategori penyesuaian diri sedang pada seluruh program keahlian menunjukkan perlunya penguatan layanan bimbingan dan konseling di SMK yang berorientasi pada pengembangan

kemampuan adaptasi siswa, khususnya dalam aspek pengelolaan emosi, berpikir rasional, serta kesiapan menghadapi tuntutan akademik dan sosial di sekolah kejuruan [19].

3.2 Implikasi

Hasil penelitian ini mengindikasikan perlunya layanan bimbingan dan konseling yang bersifat preventif dan perkembangan untuk membantu siswa mencapai penyesuaian diri yang lebih optimal. Layanan bimbingan klasikal dapat difokuskan pada pengembangan keterampilan regulasi emosi, berpikir rasional, serta pemahaman terhadap tuntutan akademik sesuai dengan karakteristik program keahlian yang diikuti siswa [19].

Selain itu, layanan bimbingan kelompok dapat dimanfaatkan sebagai sarana berbagi pengalaman dan strategi adaptasi antarsiswa dalam menghadapi tuntutan akademik dan sosial. Bagi siswa yang berada pada kategori penyesuaian diri rendah, diperlukan layanan konseling individual agar siswa mampu memahami permasalahan diri serta mengembangkan strategi penyesuaian diri yang lebih efektif dan berkelanjutan [19].

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa mayoritas siswa kelas X SMK Negeri 2 Tasikmalaya berada pada kategori penyesuaian diri sedang pada seluruh program keahlian. Temuan ini menunjukkan bahwa siswa telah memiliki kemampuan dasar dalam menyesuaikan diri terhadap tuntutan lingkungan sekolah, namun kemampuan tersebut belum berkembang secara optimal.

Terdapat variasi tingkat penyesuaian diri antar program keahlian yang dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik pembelajaran dan tuntutan kompetensi masing-masing jurusan. Program keahlian Teknik Kendaraan Ringan dan Teknik Instalasi Tenaga Listrik memiliki proporsi kategori tinggi lebih besar, sedangkan program keahlian Teknik Pemesinan menunjukkan proporsi kategori rendah paling tinggi.

Hasil penelitian ini menegaskan perlunya layanan bimbingan dan konseling yang disesuaikan dengan karakteristik program keahlian untuk membantu siswa meningkatkan kemampuan penyesuaian diri, khususnya dalam aspek pengelolaan emosi, kesiapan akademik, dan adaptasi sosial di lingkungan SMK.

REFERENSI

- [1] Desmita. (2016). *Psikologi perkembangan peserta didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- [2] Ali, M., & Asrori, M. (2018). *Psikologi remaja: Perkembangan peserta didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- [3] Sukmadinata, N. S. (2017). *Landasan psikologi proses pendidikan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- [4] Rahmawati, L., & Widodo, A. (2022). Tantangan adaptasi siswa dalam pembelajaran kejuruan di sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 12(2), 145–154.
- [5] Sari, M., & Lestari, S. (2020). Regulasi emosi dan penyesuaian diri siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 5(1), 33–42.
- [6] Fitria, R., & Dahlan, S. (2018). Penyesuaian diri siswa sekolah menengah kejuruan terhadap tuntutan akademik. *Jurnal Ilmiah Bimbingan dan Konseling*, 3(1), 23–31.
- [7] Sari, R., & Maulana, A. (2021). Perbedaan penyesuaian diri siswa SMK berdasarkan program keahlian. *Jurnal Bimbingan Konseling Nusantara*, 6(2), 98–107.
- [8] Kurniawati, D., & Hidayati, F. (2020). Hubungan konsep diri dengan penyesuaian diri siswa SMK. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 6(2), 101–110.
- [9] Aini, N., & Hidayat, D. R. (2019). Hubungan dukungan sosial dengan penyesuaian diri siswa sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Indonesia*, 4(2), 85–92.

- [10] Putri, A. R., & Suryadi, B. (2019). Pengaruh lingkungan sekolah terhadap penyesuaian diri siswa SMK. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran*, 8(3), 211–220.
- [11] Febriani, R., & Supriyadi, T. (2023). Penyesuaian diri siswa SMK ditinjau dari dukungan lingkungan sekolah. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 9(2), 134–145.
- [12] Nisai, N., & Al-Akhda, L. (2020). Penyesuaian diri siswa berdasarkan jurusan di sekolah menengah kejuruan. *Jurnal Konseling Komprehensif*, 7(1), 55–64.
- [13] Sutyarningsih, E., Prasetyo, Y., & Huda, M. (2025). Penyesuaian diri siswa SMK dan implikasinya terhadap layanan bimbingan dan konseling. *Jurnal BK Pendidikan*, 11(1), 1–12.
- [14] Anggreni, D., Suryani, N., & Pratama, R. (2025). Profil penyesuaian diri siswa sekolah menengah kejuruan berdasarkan program keahlian. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 10(1), 45–56.
- [15] Utami, S. (2023). Layanan bimbingan dan konseling dalam meningkatkan penyesuaian diri siswa SMK. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(2), 120–130.
- [16] Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- [17] Schneider, A. A. (1964). *Personal adjustment and mental health*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- [18] Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- [19] Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2019). *Landasan bimbingan dan konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.