



Overview of Self Adjustment Students Based On Personality Types

Atikah Rahma Shofia*¹, Yarmis Syukur ²

Email: atikahrahmashofia@gmail.com

^{1,2} Universitas Negeri Padang, Sumatera Barat, Indonesia

ABSTRACT

The research is motivated by the phenomenon of many students struggling to adapt to the school environment. Self-adjustment is crucial for students, particularly in the 10th grade. Personality is one of the factors that influences self-adjustment. The research sample consisted of 187 X grade students from SMAN 1 Kubung, selected using the Simple Random Sampling technique. The research instruments included self-adjustment questionnaires and personality type questionnaires. The data were analyzed using descriptive statistical techniques and the t-test. The research results show: (1) the self-adjustment level of X grade students at SMAN 1 Kubung is in the high category, (2) the self-adjustment level of students with an introverted personality type is in the high category, (3) the self-adjustment level of students with an extroverted personality type is in the high category, and (4) H_0 is rejected, there is no significant difference between the adjustment of students with the Introvert and Extrovert personality types at SMAN 1 Kubung. In an effort to help alleviate student adjustment problems, guidance and counseling services that can be provided include orientation services, informational services, and group counseling services.

Keywords: Adjustment, Personality, Student.

PENDAHULUAN

Remaja sebagai individu yang dinamis dan berada dalam proses perkembangan dimasa sekolah memiliki kebutuhan dan dinamika dalam interaksinya dengan lingkungan. Masa remaja di ungkapkan oleh Nishfi (2021) merupakan masa yang sangat penting dalam pertumbuhan seseorang dimana remaja akan menghadapi tantangan untuk menemukan jati dirinya atau tidak. Pada masa ini, remaja tergolong orang yang paling mudah terkena pengaruh dari luar karena mereka sedang mengalami kegoncangan emosi akibat perubahan dan pertumbuhan yang mereka lalui sehingga pada masa ini sangat penting bagi remaja untuk belajar tentang berbagai segi kehidupan (Widjaya, 2018)

Remaja tumbuh dan berkembang di tengah-tengah berbagai lingkungan salah satunya lingkungan sekolah, remaja lebih banyak melakukan kegiatan sehari-harinya di sekolah dari pagi hingga sore hari, terutama pada siswa SMA. Siswa yang mengalami transisi dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Sekolah Menengah Atas (SMA) akan menemukan lingkungan dan keadaan baru yang berbeda dari lingkungan sebelumnya, dengan adanya situasi ini siswa diharapkan mampu beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan keadaan yang baru, namun ternyata bagi sebagian siswa tidak mudah menghadapi masa transisi ini dan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru (Widjaya, 2018). Hal ini banyak menimbulkan kesulitan-kesulitan dalam penyesuaian dirinya terhadap lingkungan yang baru.

Schneiders (1964) menyatakan penyesuaian diri adalah usaha yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu, yaitu individu berusaha keras agar mampu mengatasi konflik dan frustrasi karena terhambatnya kebutuhan dalam dirinya, sehingga tercapai keselarasan dan keharmonisan dengan diri atau lingkungannya. Lama waktu yang dibutuhkan siswa untuk menyesuaikan diri di sekolah baru bisa bervariasi tergantung pada berbagai faktor yang mempengaruhi dimana dijelaskan oleh Schneiders (1964) salah satunya adalah faktor kepribadian. Alwisol (2017) menjelaskan kepribadian atau *psyche* menurut Jung adalah mencakup keseluruhan pikiran, perasaan dan tingkahlaku, kesadaran dan ketidak sadaran. Menurut Allport (1967), Kepribadian itu adalah kesatuan organisasi yang dinamis sifatnya dari sistem psikofisi individu yang menentukan kemampuan penyesuaian diri yang unik sifatnya. Jiwa manusia terdiri dari dua alam yakni alam sadar dan alam tidak sadar, dimana kedua alam tersebut saling terhubung dan saling mengisi. Fungsi dari kedua hubungan tersebut adalah untuk penyesuaian diri manusia, alam sadar sebagai penyesuaian dengan alam luar (*Ekstrovert*) dan alam tidak sadar sebagai penyesuaian dengan dunia dalam (*Introvert*) (Puspita, 2019). Jung (2017) melihat pribadi *Ekstrovert* memiliki cara pandang objektif atau tidak personal tentang dunia, sedangkan pribadi *Introvert* pada hakikatnya merupakan cara subjektif atau individual dalam melihat segala sesuatu.

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijaya (2016) mengenai perbandingan penyesuaian diri mahasiswa berdasarkan tipe kepribadian *Ekstrovert* dan *Introvert*. Hasil penelitian secara keseluruhan ini menunjukkan bahwa Rata-rata penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian *Ekstrovert* sebesar 94 dan rata-rata penyesuaian diri mahasiswa semester akhir berkepribadian *Introvert* sebesar 87,6. Sehingga disimpulkan bahwa penyesuaian diri mahasiswa yang berkepribadian *Ekstrovert* lebih tinggi dibanding rata-rata penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian *Introvert*.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama bulan September hingga November 2023 di SMAN 1 Kubung, ditemukan bahwa terdapat beberapa siswa kelas X yang suka menyendiri dan tidak mau bergaul dengan teman lainnya, ketika berada dalam kelompok belajar siswa tidak aktif memberikan pendapat, tidak berani bertanya kepada guru apabila terdapat materi yang tidak di pahami dan ketika diminta untuk presentasi di depan, siswa tersebut akan merasa takut dan panik.

Berdasarkan paparan yang telah dijelaskan, peneliti ingin melihat, proses penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian yang berbeda-beda. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengangkat judul “Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif komparatif. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu data interval. Sumber data dalam penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh melalui Tata Usaha Sekolah yaitu data siswa kelas X SMAN 1 Kubung. Pada penelitian ini akan meneliti terkait dengan penyesuaian diri dan tipe kepribadian. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMAN 1 Kubung dengan jumlah 347 siswa. Sampel penelitian sebanyak 186 siswa kelas X SMAN 1 Kubung yang dipilih berdasarkan teknik *Simple Random Sampling*. Data diperoleh dengan menyebarkan instrumen penelitian berupa angket penyesuaian diri dan tipe kepribadian yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Data dianalisis menggunakan teknik statistik deskriptif dan teknik uji *t-test* menggunakan *Microsoft excel* dan *SPSS 20*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan diperoleh temuan terkait dengan gambaran penyesuaian diri siswa di SMAN 1 Kubung sebagai berikut :



Penyesuaian diri siswa SMAN 1 Kubung

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, berikut hasil gambaran penyesuaian diri siswa SMAN 1 Kubung yang dikumpulkan melalui penyebaran instrumen penelitian berupa angket penyesuaian diri dengan total pernyataan 31 item Adapun data yang diperoleh mengenai hasil gambaran penyesuaian diri siswa SMAN 1 Kubung dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1 Distribusi dan Persentase Penyesuaian Diri siswa di sekolah keseluruhan (n=186)

Kategori	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 131	8	4%
Tinggi	106-130	114	61%
Sedang	81-105	61	33%
Rendah	56-80	3	2%
Sangat Rendah	≤ 55	0	0%
JUMLAH		186	100%

Berdasarkan Tabel 1. diketahui jika sebagian besar siswa memiliki penyesuaian diri yang tergolong tinggi. Diketahui bahwa dari 186 siswa, sebanyak 114 siswa atau 61% siswa memiliki tingkat penyesuaian kategori tinggi, 61 siswa atau 33% siswa memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori sedang, 8 siswa atau 4% siswa memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori sangat tinggi, 3 siswa atau 2% siswa memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori rendah, sedangkan penyesuaian diri pada kategori sangat rendah tidak ada. Skor rata-rata yang diperoleh ialah sebesar 109,9 dengan persentase (71%) yakni pada kategori tinggi, sehingga dapat diartikan bahwasanya tingkat penyesuaian diri siswa di SMAN 1 Kubung berada pada kategori tinggi.

Deskripsi data penyesuaian diri berdasarkan tipe kepribadian

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan diperoleh temuan terkait dengan gambaran penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* sebagai berikut :

Introvert

Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* sebanyak 129 siswa. Penjabaran hasil pengolahan data penyesuaian diri siswa berkepribadian *introvert* dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini :

Tabel 2. Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian *Introvert* (n=129).

Kategori <i>Introvert</i>	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 131	6	5%
Tinggi	106-130	79	61%
Sedang	81-105	43	33%
Rendah	56-80	1	1%
Sangat Rendah	≤ 55	0	0%
JUMLAH		129	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* tergolong Tinggi. Diketahui dari 129 siswa dengan tipe kepribadian *introvert*, sebanyak 79 siswa memiliki tingkat penyesuaian diri berada pada kategori tinggi dengan persentase 61%, kemudian 43 siswa atau 33% berada pada kategori sedang, 6 siswa atau 5% berada pada kategori sangat tinggi, 1 siswa atau 1% berada pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada.

Selanjutnya deskripsi data penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian *Introvert* dirinci berdasarkan aspek-aspek sebagai berikut:

Tabel 3 Penyesuaian Diri Siswa dengan Tipe Kepribadian *Introvert* Berdasarkan Aspek

NO	Aspek	Kategori	Interval	F	%
1	Pengakuan (<i>Recognition</i>)	Sangat Tinggi	≥ 21	23	18%
		Tinggi	17-20	71	55%
		Sedang	13-16	34	26%
		Rendah	9-12	1	1%
		Sangat Rendah	≤ 8	0	0%
2	Partisipasi (<i>Participation</i>)	Sangat Tinggi	≥ 46	2	2%
		Tinggi	37-45	44	34%
		Sedang	28-36	68	53%
		Rendah	19-27	15	12%
		Sangat Rendah	≤ 18	0	0%
3	Persetujuan Sosial (<i>Social Approval</i>)	Sangat Tinggi	≥ 41	4	3%
		Tinggi	33-40	43	33%
		Sedang	25-32	69	53%
		Rendah	17-24	13	10%
		Sangat Rendah	≤ 16	0	0%
4	Kesesuaian (<i>Conformity</i>)	Sangat Tinggi	≥ 43	0	0%
		Tinggi	31-42	2	2%
		Sedang	25-33	88	68%
		Rendah	16-24	39	30%
		Sangat Rendah	≤ 15	0	0%

Berdasarkan tabel di atas dapat dideskripsikan bahwa :

Pengakuan (*Recognition*)

Terdapat 71 siswa atau 55% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 34 siswa atau 26% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 23 siswa atau 18% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, 1 siswa atau 1% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada. Dapat disimpulkan bahwa 55% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* pada aspek pengakuan (*recognition*) dalam kategori tinggi.

Partisipasi (*Participation*)

Terdapat 68 siswa atau 53% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 44 siswa atau 34% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 15 siswa atau 12% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, 2 siswa atau 2% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada. Dapat disimpulkan bahwa 53% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* pada aspek pengakuan (*recognition*) dalam kategori sedang.

Persetujuan Sosial (*Social Approval*)

Terdapat 69 siswa atau 53% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 43 siswa atau 33% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 13 siswa atau 10% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, 4 siswa atau 3% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada. Dapat disimpulkan bahwa 53% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* pada aspek persetujuan sosial (*social approval*) dalam kategori sedang.

Kesesuaian (*Conformity*)

Terdapat 88 siswa atau 68% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 39 siswa atau 30% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, 2 siswa atau 2%

penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, sedangkan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah tidak ada. Dari deskripsi tersebut dapat disimpulkan bahwa 68% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* pada aspek persetujuan sosial (*social approval*) dalam kategori sedang.

Ekstrovert

Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* sebanyak 57 siswa. Penjabaran hasil pengolahan data penyesuaian diri siswa berkepribadian *ekstrovert* dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini :

Tabel 4 Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian *Ekstrovert* (n=57).

Kategori <i>Ekstrovert</i>	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 131	2	4%
Tinggi	106-130	35	61%
Sedang	81-105	18	32%
Rendah	56-80	2	4%
Sangat Rendah	≤ 55	0	0%
JUMLAH		57	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Ekstrovert* tergolong Tinggi. Diketahui dari 57 siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert*, sebanyak 35 siswa memiliki tingkat penyesuaian diri berada pada kategori tinggi dengan persentase 61%, kemudian 18 siswa atau 32% berada pada kategori sedang, 2 siswa atau 4% berada pada kategori sangat tinggi, 2 siswa atau 4% berada pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada.

Selanjutnya deskripsi data penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert* dirinci berdasarkan berdasarkan aspek-aspek sebagai berikut :

Tabel 5 Penyesuaian Diri Siswa dengan Tipe Kepribadian *Ekstrovert* Berdasarkan Aspek

NO	Aspek	Kategori	Interval	F	%
1	Pengakuan (<i>Recognition</i>)	Sangat Tinggi	≥ 21	9	16%
		Tinggi	17-20	30	53%
		Sedang	13-16	14	25%
		Rendah	9-12.	4	7%
		Sangat Rendah	≤ 8	0	0%
2	Partisipasi (<i>Participation</i>)	Sangat Tinggi	≥ 46	0	0%
		Tinggi	37-45	15	26%
		Sedang	28-36	35	61%
		Rendah	19-27	7	12%
		Sangat Rendah	≤ 18	0	0%
3	Persetujuan Sosial (<i>Social Approval</i>)	Sangat Tinggi	≥ 41	3	5%
		Tinggi	33-40	29	51%
		Sedang	25-32	20	35%
		Rendah	17-24	5	9%
		Sangat Rendah	≤ 16	0	0%
4	Kesesuaian (<i>Conformity</i>)	Sangat Tinggi	≥ 43	0	0%
		Tinggi	31-42	2	4%
		Sedang	25-33	39	68%
		Rendah	16-24	16	28%

		Sangat Rendah	≤ 15	0	0%
--	--	---------------	-----------	---	----

Berdasarkan tabel di atas dapat dideskripsikan bahwa :

Pengakuan (Recognition)

Terdapat 30 siswa atau 53% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 14 siswa atau 25% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 9 siswa atau 16% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, 4 siswa atau 7% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada. Dari deskripsi tersebut dapat disimpulkan bahwa 53% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* pada aspek pengakuan (*recognition*) dalam kategori tinggi.

Partisipasi (Participation)

Terdapat 35 siswa atau 61% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 15 siswa atau 26% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 7 siswa atau 12% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, sedangkan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah tidak ada. Dari deskripsi tersebut dapat disimpulkan bahwa 61% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* pada aspek pengakuan (*recognition*) dalam kategori sedang.

Persetujuan Sosial (Social Approval)

Terdapat 29 siswa atau 51% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, 20 siswa atau 35% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 5 siswa atau 9% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, 3 siswa atau 5% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sangat tinggi, sedangkan pada kategori sangat rendah tidak ada. Dari deskripsi tersebut dapat disimpulkan bahwa 51% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* pada aspek persetujuan sosial (*social approval*) dalam kategori tinggi.

Kesesuaian (Conformity)

Terdapat 39 siswa atau 68% penyesuaian diri siswa berada pada kategori sedang, 16 siswa atau 28% penyesuaian diri siswa berada pada kategori rendah, 2 siswa atau 4% penyesuaian diri siswa berada pada kategori tinggi, sedangkan pada kategori sangat tinggi dan sangat rendah tidak ada. Dari deskripsi tersebut dapat disimpulkan bahwa 68% penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *ekstrovert* pada aspek persetujuan sosial (*social approval*) dalam kategori sedang.

Deskripsi data perbedaan gambaran penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* dan *ekstrovert*

Berdasarkan hasil penelitian serta pengolahan data pada instrumen penyesuaian diri dengan jumlah responden 186 siswa, dapat dilihat secara rinci mengenai deskripsi dari rekapitulasi hasil penyesuaian diri siswa di sekolah berdasarkan tipe kepribadian pada tabel berikut

Tabel 6 Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah (*Introvert*) (n=129)

Kategori <i>Introvert</i>	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 131	6	5%
Tinggi	106-130	79	61%
Sedang	81-105	43	33%
Rendah	56-80	1	1%
Sangat Rendah	≤ 55	0	0%
JUMLAH		129	100%

Berdasarkan Tabel 6 terlihat Jika Penyesuaian Diri Siswa Dengan Tipe Kepribadian *Introvert* Berada Pada Kategori Tinggi Sebanyak 79 Siswa Dengan Persentase 61%, Kategori Sedang Sebanyak 43 Siswa Dengan Persentase 33%, Kategori Sangat Tinggi Sebanyak 6

Siswa Dengan Persentase 5%, Kategori Rendah Sebanyak 1 Siswa Dengan Perentase 1%, Serta Tidak Ditemukan Siswa Dengan Kategori Sangat Rendah Dalam Peyesuaian Dirinya.

Kemudian Untuk Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian *Ekstrovert*, Secara Lebih Rinci Dapat Dilihat Pada Tabel Berikut :

Pengakuan (*Recognition*)

Tabel 7 Distribusi Frekuensi dan Persentase Penyesuaian Diri Siswa di Sekolah (*ekstrovert*) (n=57)

Kategori <i>Ekstrovert</i>	Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 131	2	4%
Tinggi	106-130	35	61%
Sedang	81-105	18	32%
Rendah	56-80	2	4%
Sangat Rendah	≤ 55	0	0%
JUMLAH		57	100%

Berdasarkan Tabel 7 terlihat jika penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert* berada pada kategori tinggi sebanyak 35 siswa dengan persentase 61%, kategori sedang sebanyak 18 siswa dengan persentase 32%, kategori sangat tinggi sebanyak 2 siswa dengan persentase 4%, kategori rendah sebanyak 2 siswa dengan perentase 4%, serta tidak ditemukan siswa dengan kategori sangat rendah.

Berdasarkan pada Tabel 6 & 7 terlihat bahwa tidak terdapat perbedaan tingkatan kategori bagi siswa dengan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* terhadap penyesuaian diri di sekolah, pada siswa bertipe kepribadian *introvert* umumnya tingkat penyesuaian diri berada pada kategori tinggi yakni pada persentase 61% dan pada siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert* umumnya tingkat penyesuaian diri juga berada pada 61%

Hipotesis yang peneliti ajukan dalam penelitian ini ialah terdapat dan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Pengujian hipotesis akan dilakukan menggunakan Teknik Uji *T-test* menggunakan bantuan program *SPSS 20*.

Uji ini dilakukan untuk membandingkan tingkat Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Jika nilai $p\text{-value} < 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok data. Sebaliknya, jika nilai $p\text{-value} > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. Nilai signifikan ($p\text{-value}$) tercatat sebesar $0,827 > 0,05$. maka tidak terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*.

Analisis Hipotesis

Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert*. Peneliti akan menganalisis hipotesis menggunakan uji T-Test untuk mengetahui apakah hipotesis yang peneliti ajukan diterima ataupun ditolak, Pengujian hipotesis akan dilakukan menggunakan Teknik Uji T-test menggunakan bantuan program *SPSS 20*.

Uji ini dilakukan untuk membandingkan tingkat Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Jika nilai $p\text{-value} < 0,05$, maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok data. Sebaliknya, jika nilai $p\text{-value} > 0,05$, maka H_0 diterima dan H_a ditolak, yang berarti tidak ada perbedaan yang signifikan antara kedua kelompok tersebut. Adapun hasil uji T-test dapat dilihat pada tabel 14 berikut

Tabel 14 .Hasil Uji T-Test Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*(Independent Samples Test)

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Penyesuaian Diri	Equal variances assumed	,004	,950	,219	184	,827	,45777	2,09194	-3,66950	4,58505
	Equal variances not assumed			,216	103,693	,830	,45777	2,12274	-3,75185	4,66739

Berdasarkan Tabel 14, nilai signifikan (p-value) tercatat sebesar $0,827 > 0,05$. maka tidak terdapat perbedaan penyesuaian diri siswa antara tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*. Selanjutnya analisis data dengan melihat t-hitung sebesar 0,219 dengan derajat kebebasan (df) = 184, nilai t-tabel dengan signifikansi 5% sebesar 1.653. Jika t-hitung \geq t-tabel signifikansi 5% maka H_a diterima pada taraf signifikansi 5% (0.05) dan H_0 ditolak. Jika t-hitung \leq t-tabel signifikansi 5% maka H_a ditolak dan H_0 diterima pada taraf signifikansi 5% (0.05).Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*.

Pembahasan

Penyesuaian diri siswa SMAN 1 Kubung.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui jika jumlah terbanyak penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian berada pada kategori tinggi, kemudian banyak ke 2 berada pada kategori sedang, selanjutnya kategori sangat tinggi dan kategori rendah. Situasi ini menunjukkan jika mayoritas siswa memiliki penyesuaian diri pada kategori tinggi. Artinya secara keseluruhan siswa kelas X di SMAN 1 Kubung memiliki tingkat penyesuaian diri yang baik, dimana siswa mampu beradaptasi dengan lingkungan baru di sekolah dengan baik, namun masih ada beberapa siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang. Namun hal ini tidak dipengaruhi oleh tipe kepribadian berdasarkan hasil uji T yang telah dilakukan.

Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Introvert*

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah di olah, diperoleh skor rata-rata secara keseluruhan tingkat penyesuaian diri siswa kelas X di SMAN 1 Kubung dengan tipe kepribadian *introvert* dengan hasil banyak berada pada kategori tinggi, selanjutnya pada kategori sedang, dan juga terdapat pada kategori sangat tinggi dan rendah. Dapat di artikan bahwa penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian *introvert* kelas X di SMAN 1 Kubung berada pada kategori tinggi.

Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian *Ekstrovert*

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah di olah, diperoleh skor rata-rata secara keseluruhan tingkat penyesuaian diri siswa kelas X di SMAN 1 Kubung dengan tipe kepribadian *ekstrovert* paling banyak berada pada kategori tinggi, selanjutnya pada kategori sedang dan juga terdapat pada kategori sangat tinggi dan rendah. Dapat di artikan bahwa penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian *ekstrovert* kelas X di SMAN 1 Kubung berada pada kategori tinggi.

Perbedaan Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian *Introvert* dan *Ekstrovert*

Berdasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan kepada 186 Siswa di SMAN 1 Kubung, diketahui jika rata-rata penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian berada pada kategori tinggi, kemudian juga terdapat siswa pada kategori sedang, serta terdapat sedikit siswa pada kategori sangat tinggi dan kategori rendah. Setelah melakukan uji independen sampel test terhadap 186 siswa dengan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert* diperoleh hasil dengan nilai signifikan (*p-value*) tercatat sebesar $0,827 > 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa H_0 Diterima dan H_a Ditolak, sehingga tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri berdasarkan tipe kepribadian *introvert* dan *ekstrovert*.

Peran Bimbingan dan Konseling

Menurut Yendi, F. M., Ardi, Z., dan Irdil (2014), layanan bimbingan dan konseling (BK) adalah suatu proses pemberian bantuan oleh seorang konselor kepada klien dengan tujuan mengembangkan potensi diri klien serta membantu mengatasi masalah yang dihadapinya. Begitu pula, Syukur et al. (2019) mengemukakan bahwa tujuan utama dari pelayanan bimbingan dan konseling adalah agar individu dapat mengembangkan potensi diri secara optimal, menyesuaikan diri dengan lingkungan, serta mengatasi berbagai kesulitan dan hambatan yang muncul dalam kehidupannya. Dalam konteks pendidikan, layanan BK memiliki peran penting untuk mendukung keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan akademik maupun sosial.

Salah satu layanan BK yang penting adalah layanan orientasi. Berdasarkan hasil penelitian, layanan orientasi memberikan kesempatan bagi siswa untuk mengenal lingkungan sekolah yang baru, sehingga mereka dapat menyesuaikan diri dengan lebih mudah. Materi yang diberikan dalam layanan orientasi mencakup pengenalan terhadap peraturan sekolah, guru-guru, staf sekolah, serta fasilitas yang ada. Melalui orientasi ini, diharapkan siswa dapat berinteraksi dengan baik dengan guru, teman sebaya, dan seluruh lingkungan sekolah, sehingga mereka merasa lebih nyaman dan terbantu dalam menjalani proses adaptasi.

Selain itu, layanan informasi juga memiliki peran penting dalam mendukung penyesuaian diri siswa, terutama bagi siswa yang baru masuk sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa beberapa siswa, meskipun tidak banyak, masih merasa kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Oleh karena itu, guru BK perlu memberikan layanan informasi yang relevan dan bermanfaat, seperti informasi tentang tipe kepribadian dan cara-cara menyesuaikan diri di lingkungan baru. Dengan memahami tipe kepribadian masing-masing, siswa dapat lebih mudah mengetahui cara terbaik untuk beradaptasi dan mengelola hubungan sosial di sekolah.

Layanan bimbingan kelompok juga merupakan salah satu layanan yang sangat efektif dalam membantu siswa baru beradaptasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan kelompok membantu siswa untuk saling mengenal dan berinteraksi dengan teman-teman sebaya mereka. Dalam bimbingan kelompok, siswa dapat saling berbagi pengalaman, belajar mengenali diri sendiri, serta memahami cara berkomunikasi yang efektif dengan anggota kelompok. Proses ini mempercepat penyesuaian diri, terutama bagi siswa yang memiliki tipe kepribadian yang berbeda-beda, sehingga mereka dapat lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan kelas dan sosial yang baru.

Secara keseluruhan, berbagai layanan BK yang diberikan kepada siswa dapat memberikan dampak positif dalam proses penyesuaian diri mereka. Layanan orientasi, informasi, dan bimbingan kelompok merupakan strategi yang efektif untuk membantu siswa mengenal diri, mengembangkan kemampuan sosial, serta mengatasi tantangan yang mereka hadapi di lingkungan sekolah. Dengan bantuan layanan ini, diharapkan mahasiswa dapat lebih optimal dalam mengembangkan potensinya dan mencapai keberhasilan dalam kehidupan akademik maupun sosial.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian mengenai Gambaran Penyesuaian Diri Siswa Berdasarkan Tipe Kepribadian, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri siswa di SMAN 1 Kubung berada pada kategori tinggi dengan rata-rata skor 109,9 (71%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mampu beradaptasi dengan baik di lingkungan sekolah, meskipun ada beberapa siswa yang masih mengalami kesulitan dan berada pada kategori sedang dan rendah. Penyesuaian diri siswa berdasarkan tipe kepribadian Introvert berada pada kategori tinggi (61%), yang menunjukkan bahwa siswa dengan tipe kepribadian introvert di SMAN 1 Kubung umumnya mampu menyesuaikan diri dengan baik, dengan sebagian besar aspek penyesuaian diri telah terpenuhi. Begitu pula, penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian Ekstrovert juga berada pada kategori tinggi (61%), yang menunjukkan bahwa siswa ekstrovert di sekolah ini juga dapat beradaptasi dengan baik. Hasil uji statistik menunjukkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara penyesuaian diri siswa dengan tipe kepribadian Introvert dan Ekstrovert, karena nilai signifikansi (Sig 2-tailed) adalah 0,827, yang lebih besar dari 0,05 ($0,827 \geq 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian diri siswa dengan kedua tipe kepribadian tersebut tidak berbeda secara signifikan di SMAN 1 Kubung.

DAFTAR PUSTAKA

- Allport, G. W., & Ross, J. M. (1967). 'Scales of religious orientation'. *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol 1. 144-154.
- Alberlt & Emmons (2002).
- Alwisol. (2017). *Psikologi Kepribadian*. Cetakan ke-14. Malang: UMM Press
- Jung, C.G. (2017). *Psychological Types*. New York.
- Nishfi, S. L., & Handayani, A. (2021). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di SMA Pondok Modern Selamat 2 Batang. *Journal of Psychological Perspective*.
- Puspita, D. (2019). *Perbedaan Penyesuaian Diri Ditinjau Dari Dukungan Sosial Dan Tipe Kepribadian Pada Mahasiswa Ushuluddin Dan Studi Agama Uin Raden Intan Lampung* (Doctoral dissertation, UIN Raden Intan Lampung).
- Schneiders. A.A, (1964). *Personal Adjustment And Mental Health*. New York: Holt, Reinhart And Winston Inc.
- Syukur, Y. Neviyarni. Zahri. T. N. (2019). *Bimbingan dan Konseling Disekolah*. Malang: CV IRDH.
- Widjaya, A. (2018). Hubungan Antara Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMA Negeri 3 Bantul. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*.



- Wijaya, R. S. (2016). Perbandingan penyesuaian diri mahasiswa berkepribadian *Ekstrovert* dan *Introvert* . *Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling*, 2(2)
- Yendi, F. M., Ardi, Z., & Ifdil. (2014). Counseling Services for Women in Marriage Age. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 2 nomor 3, 31–36