

## BAB II

### LANDASAN TEORI

#### A. Deskripsi Teori

##### 1. Konsep Diri

###### a. Pengertian Konsep Diri

Konsep diri (*Self*) adalah salah satu aspek sekaligus inti kepribadian seseorang, yang di dalamnya meliputi segala kepercayaan, sikap, perasaan, dan cita-cita. Konsep diri terbagi dalam dua bagian, yaitu, (1) *self* sebagai objek yang dapat diamati, (2) *self* sebagai agen yang melakukan pengamatan, menggambarkan, atau pelaku yang mengamati atau merasakan. *Self* merupakan eksekutif kepribadian untuk mengontrol tindakan dengan mengikuti prinsip kenyataan atau rasional, untuk membedakan antara hal-hal terdapat dalam batin seseorang dengan hal-hal yang terdapat dalam dunia luar. *Self* hanya bisa dimengerti melalui interaksi dengan lingkungan. *Self* dibangun berdasarkan pandangan orang yang bersangkutan dan pandangan orang lain. Unsur *self* terdiri dari tiga hal, yaitu (1) *perceived self* (bagaimana seseorang atau orang lain melihat tentang dirinya), (2) *real self* (bagaimana kenyataan tentang dirinya), dan (3) *ideal self* (apa yang dicita-citakan tentang dirinya).<sup>1</sup>

Agar konsep diri yang dibangun bukan semata-mata merupakan konsep yang spekulatif, maka mesti bertanya kepada Dzat yang mencipta dan mengerti manusia, yaitu Allah SWT. Lewat al-Qur'an Allah memberikan rahasia-rahasia tentang manusia. Karenanya untuk mengetahui manusia lebih nyata, benar dan sungguh-sungguh maka al-Qur'an (Wahyu Allah) dijadikan acuan utama. Al-Qur'an adalah kitab petunjuk di dalamnya banyak terdapat rahasia mengenai manusia.<sup>2</sup>

---

<sup>1</sup> Mahmud, *Psikologi Pendidikan*, CV Pustaka Setia, Bandung, 2010, hlm. 365.

<sup>2</sup> Sri Narti, *Model Bimbingan Kelompok Berbasis Ajaran Islam untuk Meningkatkan Konsep Diri Siswa*, Pustaka Belajar, Yogyakarta, 2014, hlm. 9.

Bahwa kajian mengenai manusia bukanlah kajian yang berdiri sendiri, tetapi digunakan untuk menuju Allah. Hal ini sebagaimana terungkap dalam firman Allah yang berbunyi:

سُنُرِيهِمْ ءَايَاتِنَا فِي الْأَفَاقِ وَفِي أَنْفُسِهِمْ ..... ﴿٥٣﴾

Artinya :

*Kami akan memperlihatkan kepada mereka tanda-tanda (kekuasaan) Allah di segenap penjuru dan pada diri mereka sendiri. (QS. Fushshilat, 41:53)<sup>3</sup>*

Beberapa ahli tasawuf juga mengatakan :<sup>4</sup>

مَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ فَقَدْ عَرَفَ رَبَّهُ

Artinya :

*Barang siapa yang mengenal akan dirinya, niscaya kenalah ia akan Tuhannya.*

Hal ini bukanlah berarti Allah SWT itu bersemayam (berada) dalam diri kita, sebagaimana beberapa orang memercayai hal tersebut (*manunggaling kawula gusti*). Akan tetapi hal ini berarti bahwa kita menyadari betapa indah dan harmonisnya susunan tubuh kita sehingga dapat bekerja paraktis menurut fungsi masing-masing, terutama soal pengendalian roh. Hal inilah yang menyadarkan kita akan adanya Yang Mahakuasa, Yang Maha Mengatur, dan Dia adalah Allah SWT.<sup>5</sup>

Hal pertama yang diperhatikan dalam ajaran Islam adalah menjelaskan kepada manusia siapa dirinya. Untuk bisa mengenal dirinya dan mengenal dari mana berasal, maka Islam berinteraksi dengan manusia melalui akidah dan syariatnya. Sehingga diharapkan

<sup>3</sup> Al-Qur'an surat Fushshilat ayat 53, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, Diponegoro, Bandung, 2010, hlm. 482.

<sup>4</sup> Saefullah, *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*, CV Pustaka Setia, Bandung, 2012, hlm. 115.

<sup>5</sup> *Ibid.*, hlm. 115.

manusia akan lebih mampu mengenali eksistensinya di balik semua ilmu dan amal yang dilakukannya.<sup>6</sup>

Allah berfirman :

وَإِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَائِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً قَالُوا أَتَجْعَلُ فِيهَا  
مَنْ يُفْسِدُ فِيهَا وَيَسْفِكُ الدِّمَاءَ وَنَحْنُ نُسَبِّحُ بِحَمْدِكَ وَنُقَدِّسُ لَكَ قَالَ  
إِنِّي أَعْلَمُ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya :

*Ingatlah ketika Tuhanmu berfirman kepada para Malaikat: "Sesungguhnya Aku hendak menjadikan seorang khalifah di muka bumi." Mereka berkata: "Mengapa Engkau hendak menjadikan (khalifah) di bumi itu orang yang akan membuat kerusakan padanya dan menumpahkan darah, padahal kami senantiasa bertasbih dengan memuji Engkau dan mensucikan Engkau?" Tuhan berfirman: "Sesungguhnya Aku mengetahui apa yang tidak kamu ketahui." (QS. Al-Baqarah, 2:30)*<sup>7</sup>

Dari firman Allah tersebut bisa diambil pelajaran bahwa Allah memberi sesuatu kekuatan kepada manusia dan manusia harus yakin bahwa dirinya adalah makhluk yang mempunyai kekuatan yang bermanfaat. Manusia diciptakan Allah untuk menjadi khalifah di muka bumi.

Konsep diri didefinisikan sebagai *"those physical, social, and psychological perceptions of ourselves that we have derived from experiences and our interaction with others"*. Jadi konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita tentang diri kita. Persepsi tentang diri ini boleh bersifat psikologi, sosial, dan fisis.<sup>8</sup>

<sup>6</sup> Sri Narti, *Op.Cit.*, hlm. 9.

<sup>7</sup> Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 30, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, Diponegoro, Bandung, 2010, hlm. 6.

<sup>8</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Psikologi Komunikasi*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, 2007, hlm. 99-100.

Konsep diri adalah bagian sadar dari ruang fenomenal yang disadari dan disimbolisasikan, yaitu “aku” merupakan pusat referensi setiap pengalaman. Konsep diri ini merupakan bagian inti dari pengalaman individu yang secara perlahan-lahan dibedakan dan disimbolisasikan sebagai bayangan tentang diri yang mengatakan “apa dan siapa aku sebenarnya” dan “apa sebenarnya yang harus aku perbuat”. Jadi konsep diri adalah kesadaran batin yang tetap mengenai pengalaman yang berhubungan dengan aku dan membedakan aku dari yang bukan aku.<sup>9</sup> Konsep diri juga didefinisikan sebagai gambaran seseorang tentang dirinya, pengharapan seseorang tentang dirinya dan penilaian seseorang tentang dirinya yang dapat berubah karena berinteraksi dengan lingkungannya.<sup>10</sup>

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konsep diri merupakan pandangan dan perasaan kita terhadap aspek diri yang meliputi aspek fisik, aspek sosial, dan aspek psikologis yang didasarkan pada pengalaman dan interaksi kita dengan orang lain.

#### **b. Perspektif Konsep Diri**

Konsep diri dapat dilihat dari dua perspektif, yaitu konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri yang negatif adalah pengetahuan yang sempit tentang diri sendiri, pengharapan yang tidak realistis, dan harga diri yang rendah dengan indikator: (1) perasaan rendah diri, (2) perasaan tidak memadai, (3) merasa gagal, (4) merasa tidak berharga dan tidak aman. Seseorang dapat dikatakan mempunyai konsep diri negatif apabila ia meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak berdaya, tidak dapat berbuat apa-apa, tidak kompeten, gagal, malang, tidak menarik, tidak disukai dan kehilangan daya tarik terhadap hidup. Orang yang dengan konsep diri negatif akan cenderung bersikap pesimistik terhadap kehidupan dan kesempatan yang

---

<sup>9</sup> Alex Sobur, *Psikologi Umum*, CV Pustaka Setia, Bandung, 2003, hlm. 507.

<sup>10</sup> Sri Narti, *Op.Cit.*, hlm. 5.

dihadapinya. Ia tidak melihat tantangan sebagai kesempatan, namun lebih sebagai halangan. Orang dengan konsep diri negatif akan mudah menyerah sebelum berperang dan jika gagal, akan ada dua pihak yang disalahkan, entah itu diri sendiri atau menyalahkan orang lain.<sup>11</sup>

Selanjutnya konsep diri positif adalah pengetahuan yang luas dan bermacam-macam tentang diri, pengharapan yang realistis, dan harga diri yang tinggi dengan indikator: (1) pemahaman diri, (2) kesadaran diri, (3) perasaan harga diri, (4) kompetensi, (5) kecukupan, (6) kemampuan untuk memodifikasi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang seharusnya dipegang (7) tidak khawatir terhadap masa lalu dan masa yang akan datang, (8) kepercayaan diri dalam menanggulangi masalah sekalipun dihadapkan pada kegagalan, (9) penerimaan diri yang sama harganya dengan orang lain dan sensitif terhadap kebutuhan orang lain. Pada hakikatnya bila seseorang diterima, disetujui dan disukai sebagai apa dia dan dia sadar akan hal itu, maka suatu konsep diri yang positif menjadi miliknya. Bila orang lain, orang tua, teman-teman sebayanya, guru-guru, memperolok dia, meremehkan dia, menolak dia, mengkritik dia mengenai tingkah laku atau keadaan fisiknya, maka penghargaan terhadap diri atau harga diri yang kecil yang kemungkinan besar timbul. Sebagaimana seseorang dinilai oleh orang lain begitu pula dia akan menilai dirinya sendiri.<sup>12</sup>

Anak yang memiliki konsep diri yang positif selalu berusaha berinteraksi secara timbal balik dengan sukses yang merupakan aktualisasi bakatnya. Anak yang memiliki konsep diri yang positif tersebut selalu merasa yakin atas sesuatu yang sedang dikerjakannya. Oleh karena itu dia akan lebih mudah mencapai sesuatu yang dicita-citakannya. Dengan diraihnya sukses tersebut pekerjaan akan makin meningkat, demikian pula rasa percaya diri sendiri akan makin meningkat sehingga memungkinkan dapat membentuk konsep diri

---

<sup>11</sup>*Ibid.*, hlm. 5-6.

<sup>12</sup>*Ibid.*, hlm. 6.

yang positif yang makin meningkat dan dengan mudah mengembangkan diri dengan berbagai cara untuk mencapai sesuatu sesuai dengan kemampuannya.<sup>13</sup>

### c. Proses Perkembangan Konsep Diri

Ada dua hal yang mendasari perkembangan konsep diri, yaitu:

#### 1) Pengalaman Kita Secara Situasional

Kita mengamati pengalaman-pengalaman yang datang pada diri kita. Segenap pengalaman yang datang pada diri kita tidak seluruhnya mempunyai pengaruh kuat pada diri kita. Jika pengalaman-pengalaman itu merupakan sesuatu yang sesuai dan konsisten dengan nilai-nilai dan konsep diri kita, secara rasional dapat kita terima. Sebaliknya, jika pengalaman tersebut tidak cocok dan tidak konsisiten dengan nilai-nilai dan konsep diri kita, secara rasional tidak dapat kita terima.

Dengan membuka diri (*self disclosure*), konsep diri kita akan menjadi lebih dekat dengan kenyataan. Sedangkan manfaat membuka diri ini kepada orang lain akan dapat diketahui umpan balik orang lain kepada kita, yang pada gilirannya umpan balik ini nantinya akan memudahkan dalam proses pengenalan diri sendiri. Dengan demikian, hasilnya bukan saja dapat merasakan berbagai kelemahan dalam diri kita, tetapi juga dapat memperbaikinya. Sebaliknya, kita dapat mengetahui pula mengenai kelebihan-kelebihan diri kita, yang untuk selanjutnya berbagai kelebihan kita tersebut dapat kita manfaatkan untuk hal-hal yang kita anggap lebih baik.

#### 2) Interaksi Kita dengan Orang Lain

Segala aktivitas kita dalam masyarakat memunculkan adanya interaksi kita dengan orang lain. Dari interaksi yang muncul

---

<sup>13</sup> Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih, *Perkembangan Peserta Didik*, Universitas Terbuka, Jakarta, 2009, hlm. 2.51-2.52.

tersebut, terdapat usaha untuk pengaruh-mempengaruhi antara kita dengan orang lain tersebut. Dalam situasi seperti itu, konsep diri berkembang dalam proses saling memengaruhi itu.<sup>14</sup>

Orang-orang yang dinilai baik oleh orang lain, cenderung memberikan skor yang tinggi juga dalam menilai dirinya. Artinya, harga dirinya sesuai dengan penilaian orang lain terhadap dirinya. Tidak semua orang lain mempunyai pengaruh yang sama terhadap diri kita. Ada yang paling berpengaruh, yaitu orang-orang yang paling dekat dengan diri kita.<sup>15</sup>

Pandangan kita terhadap diri sendiri adalah dasar dari konsep diri kita, dan untuk memperoleh pengertian mengenai diri kita tersebut dapat dilakukan melalui interaksi dengan orang lain, yang tentunya disertai persepsi dan kesadaran kita tentang cara orang lain tersebut melihat kita dan reaksi mereka terhadap kita.<sup>16</sup>

#### **d. Faktor Yang Mempengaruhi Konsep Diri**

Banyak faktor yang dapat memengaruhi konsep diri. Faktor orang lain dan kelompok rujukan (*reference group*) sebagai faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri. “Kita mengenal diri kita dengan mengenal orang lain lebih dahulu. Bagaimana Anda menilai diri saya, hal itu akan membentuk konsep diri saya”. Jika kita diterima orang lain, dihormati, dan disenangi karena keadaan diri kita, kita akan cenderung bersikap menghormati dan menerima diri kita. Sebaliknya, bila orang lain selalu meremehkan kita, menyalahkan dan menolak kita, kita akan cenderung tidak akan menyenangi diri kita.<sup>17</sup>

Tidak semua orang lain mempunyai pengaruh yang sama terhadap diri kita. Yang paling berpengaruh yaitu orang-orang yang paling dekat dengan kita. Ketika kita masih kecil, mereka adalah orang tua kita,

---

<sup>14</sup> Alex Sobur, *Op.Cit.*, hlm. 515-516.

<sup>15</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Op.Cit.*, hlm. 101.

<sup>16</sup> Alex Sobur, *Op.cit.*, hlm. 516.

<sup>17</sup> *Ibid.*, hlm. 517.

saudara saudara kita, dan orang yang tinggal satu rumah dengan kita. Orang lain yang dengan mereka kita mempunyai ikatan emosional. Dari merekalah, secara perlahan-lahan kita membentuk konsep diri kita. Senyuman, pujian, penghargaan, pelukan mereka, menyebabkan kita menilai diri kita secara positif. Ejekan, cemoohan, dan hardikan membuat kita memandang diri kita secara negatif.<sup>18</sup>

#### e. Implikasi Konsep Diri

Beberapa implikasi yang timbul dari konsep diri menyangkut iklim belajar, diagnosis kebutuhan, perencanaan, pelaksanaan belajar, dan evaluasi yaitu: (1) Implikasi konsep diri terhadap iklim belajar, konsep diri tentang kedewasaan membawa konsekuensi terhadap penggunaan lingkungan belajar. Lingkungan belajar dalam pembelajaran formal adalah kelas dengan segala perlengkapannya. Pengajar/fasilitator turut menentukan iklim belajar. Pada saat menghadapi orang dewasa, fasilitator akan memperlakukan peserta sebagai orang dewasa. Dengan demikian, pendekatan yang digunakan lebih disesuaikan dengan orang yang sama-sama berpengalaman. (2) Implikasi konsep diri terhadap diagnosis kebutuhan, konsep diri orang dewasa jelas bertentangan dengan cara-cara kehidupan tradisional, di mana seorang pengajar/guru menentukan kebutuhan belajar peserta didiknya. Konsep diri pada orang dewasa lebih menekankan pada motivasi belajar serta mempelajari sesuatu yang mereka rasakan dan lihat sebagai kebutuhan belajar. (3) Implikasi konsep diri terhadap perencanaan, pembelajaran orang dewasa melibatkan peserta dalam perencanaan program belajar. Fasilitator bertindak sebagai pembimbing dalam melaksanakan prosedur dan mengarahkan isi program. (4) Implikasi konsep diri terhadap pelaksanaan belajar, fasilitator memfasilitasi proses belajar berdasarkan pengalaman. (5) Implikasi konsep diri terhadap evaluasi belajar, evaluasi pembelajaran adalah fungsi evaluasi diri. Fungsi

---

<sup>18</sup> Jalaluddin Rakhmat, *Op.Cit.*, hlm. 101-102.

fasilitator hanyalah membantu dan membimbing peserta melaksanakan evaluasi diri untuk mengetahui kemajuan yang telah dicapai dalam rangka pencapaian tujuan organisasi.<sup>19</sup>

## 2. Penyesuaian Diri Peserta Didik Dalam Proses Belajar Mengajar

### a. Penyesuaian Diri

Sebagai makhluk sosial, secara kodrati manusia hidup memerlukan bantuan orang lain, bahkan manusia baru akan menjadi manusia manakala berada di dalam lingkungan dan berhubungan dengan manusia.<sup>20</sup> Seperti firman Allah sebagai berikut :

يٰۤاَيُّهَا النَّاسُ اِنَّا خَلَقْنٰكُمْ مِّنْ ذَكَرٍ وَّاُنْثٰى وَجَعَلْنٰكُمْ شُعُوْبًا وَّقَبَاۤىِٕلَ  
لِتَعَارَفُوْۤا اِنَّ اَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللّٰهِ اَتْقٰىكُمْ ۗ اِنَّ اللّٰهَ عَلِيْمٌ خَبِيْرٌ

Artinya :

*Hai manusia, Sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal. (QS. Al-Hujurat, 49:13)<sup>21</sup>*

Kemampuan anak untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan, penerimaan lingkungan serta berbagai pengalaman yang bersifat positif selama anak melakukan berbagai aktivitas sosial merupakan modal dasar yang amat penting bagi anak untuk mencapai kehidupan yang sukses dan menyenangkan pada waktu yang akan datang atau meningkat dewasa.<sup>22</sup>

<sup>19</sup> Daryanto, *Inovasi Pembelajaran Efektif*, CV Yrma Widya, Bandung, 2013, hlm. 2-4.

<sup>20</sup> Sri Narti, *Op.cit.*, hlm. 13.

<sup>21</sup> Al-Qur'an surat Al-Hujurat ayat 13, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, Diponegoro, Bandung, 2010, hlm. 517.

<sup>22</sup> Mulyani Sumantri dan Nana Syaodih, *Op.cit.*, hlm. 2.39.

Pengertian penyesuaian dari segi bahasa adalah kata yang menunjukkan keakraban, pendekatan dan kesatuan kata. Ia adalah lawan kata perbedaan, kerenggangan dan benturan. Penyesuaian diri dalam ilmu jiwa adalah proses dinamika yang bertujuan untuk mengubah kelakuannya agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara dirinya dan lingkungannya.<sup>23</sup> Ilmu jiwa telah meminjam pengertian biologi tentang penyesuaian yang digunakan oleh para ahli biologi dengan istilah penyesuaian (=adaptation). Dan digunakan dalam lapangan sosial kejiwaan dengan istilah penyesuaian atau penyelarasan (=adjustment). Maka manusia sebagaimana ia dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan kejiwaan sekitarnya, dan yang selalu menuntut agar menyaserasikan antara dia dan lingkungan itu. Keadaan kehidupan itu sendiri mendorongnya pula untuk menyesuaikan diri.<sup>24</sup>

Penyesuaian dapat diartikan atau dideskripsikan sebagai berikut<sup>25</sup> :

1. Penyesuaian berarti adaptasi; dapat mempertahankan eksistensinya, atau bisa *survive* dan memperoleh kesejahteraan jasmaniah dan rohaniah, dan dapat mengadakan relasi yang memuaskan dengan tuntutan sosial.
2. Penyesuaian dapat juga diartikan sebagai konformitas, yang berarti menyesuaikan sesuatu dengan standar atau prinsip.
3. Penyesuaian dapat diartikan sebagai penguasaan, yaitu memiliki kemampuan untuk membuat rencana dan mengorganisasi respon-respon sedemikian rupa, sehingga bisa mengatasi segala macam konflik, kesulitan, dan frustrasi-frustrasi secara efisien. Individu memiliki kemampuan menghadapi realitas hidup dengan cara yang adekuat/memenuhi syarat.

---

<sup>23</sup> Musthafa Fahmy, *Penyesuaian Diri: Pengertian dan Peranannya dalam Kesehatan Mental*, Terj. Zakiah Daradjat, Bulan Bintang, Jakarta, 1982, hlm. 14.

<sup>24</sup> *Ibid.*, hlm. 13.

<sup>25</sup> Sunarto dan Agung Hartono, *Perkembangan Peserta Didik*, Rineka Cipta, Jakarta, 1999, hlm. 221-222.

4. Penyesuaian dapat diartikan penguasaan dan kematangan emosional. Kematangan emosional maksudnya ialah secara positif memiliki respon emosional yang tepat pada setiap situasi.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah suatu cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya.

#### **b. Proses Penyesuaian Diri**

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan. Seperti kita ketahui bahwa penyesuaian yang sempurna tidak pernah tercapai. Penyesuaian yang sempurna terjadi jika manusia/individu selalu dalam keadaan seimbang antara dirinya dengan dengan lingkungannya dimana tidak ada lagi kebutuhan yang tidak terpenuhi, dan dimana semua fungsi organisme/individu berjalan normal. Sekali lagi, bahwa penyesuaian yang sempurna itu tidak pernah dapat tercapai. Karena itu penyesuaian diri lebih bersifat suatu proses sepanjang hayat (*life long process*), dan manusia terus-menerus berupaya menemukan dan mengatasi tekanan dan tantangan hidup guna mencapai pribadi yang sehat.<sup>26</sup>

Respon penyesuaian, baik atau buruk secara sederhana dapat dipandang sebagai suatu upaya individu untuk mereduksi atau menjauhi ketegangan dan untuk memelihara kondisi-kondisi keseimbangan yang lebih wajar. Penyesuaian adalah sebagai suatu proses ke arah hubungan yang harmonis antara tuntutan internal dan tuntutan external. Dalam proses penyesuaian diri dapat saja muncul konflik, tekanan, dan frustrasi, dan individu didorong meneliti berbagai kemungkinan perilaku untuk membebaskan diri dari ketegangan.

---

<sup>26</sup> *Ibid.*, hlm. 222.

Individu dikatakan berhasil dalam melakukan penyesuaian diri apabila ia dapat memenuhi kebutuhannya dengan cara-cara yang wajar atau apabila dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu lingkungannya.<sup>27</sup>

Proses penyesuaian diri setidaknya melibatkan tiga unsur, yaitu : (1) Motivasi, faktor motivasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. (2) Sikap terhadap realitas, berbagai aspek penyesuaian diri ditentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda, dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas. (3) Pola dasar penyesuaian diri, dasar penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar penyesuaian diri, misalnya pada orang dewasa akan mengalami ketegangan dan frustrasi karena terhambatnya keinginan memperoleh rasa kasih sayang, memperoleh anak, meraih prestasi, dan sejenisnya. Untuk itu dia akan berusaha mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat tidak terpenuhi kebutuhannya.<sup>28</sup>

### c. Karakteristik Penyesuaian Diri

Tidak selamanya individu berhasil dalam melakukan penyesuaian diri, karena kadang-kadang ada rintangan-rintangan tertentu yang menyebabkan tidak berhasil melakukan penyesuaian diri. Rintangan-rintangan itu mungkin terdapat dalam dirinya atau mungkin di luar dirinya. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan tersebut ada individu-individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu-individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah.<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup> *Ibid.*, hlm. 222-223.

<sup>28</sup> Muzdalifah M. Rahman, *Stress dan Penyesuaian Diri Remaja*, STAIN Kudus, 2009, hlm. 157.

<sup>29</sup> Sunarto dan Agung Hartono, *Op.Cit.*, hlm. 224.

Yang pertama yaitu penyesuaian diri secara positif, mereka yang tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal sebagai berikut : (1) tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional (2) tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis (3) tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi (4) memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri (5) mampu dalam belajar (6) menghargai pengalaman (7) bersikap realistis dan objektif.

Yang kedua penyesuaian diri yang salah, kegagalan dalam melakukan penyesuaian diri secara positif dapat mengakibatkan individu melakukan penyesuaian diri yang salah. Penyesuaian diri yang salah ditandai dengan: (1) berbagai bentuk tingkah laku yang serba salah (2) tidak terarah (3) emosional (4) sikap yang tidak realistis (5) agresif, dan sebagainya.<sup>30</sup>

#### **d. Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri Peserta Didik**

Faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri antara lain<sup>31</sup> :

1. Kondisi-kondisi fisik termasuk di dalamnya keturunan, konstitusi fisik, susunan syaraf, kelenjar, sistem otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya
2. Perkembangan dan kematangan khususnya kematangan intelektual, sosial, moral dan emosional
3. Penentu psikologis, termasuk di dalamnya pengalaman, belajarnya, pengkondisian, penentuan diri (*self-determination*), frustrasi, dan konflik
4. Kondisi lingkungan keluarga dan sekolah
5. Penentu kultural, termasuk agama.

---

<sup>30</sup> *Ibid.*, hlm. 224-227.

<sup>31</sup> *Ibid.*, hlm. 229.

### 3. Proses Belajar Mengajar (PBM)

#### a. Belajar

Komponen-komponen utama proses pendidikan adalah belajar, berpikir, mengingat, dan pengetahuan. Empat istilah ini tidak dapat dipisahkan dari proses pendidikan. Belajar merupakan salah satu faktor yang memengaruhi dan berperan penting dalam pembentukan pribadi dan perilaku individu.<sup>32</sup>

Firman Allah SWT :

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ  
بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ

Artinya :

*Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. Dan Allah Maha Mengetahui apa yang kamu kerjakan. (QS. Al Mujaadalah, 58:11)<sup>33</sup>*

Belajar adalah kegiatan yang berproses dan merupakan unsur yang sangat fundamental dalam setiap penyelenggaraan jenis dan jenjang pendidikan. Ini berarti bahwa berhasil atau gagalnya pencapaian tujuan pendidikan itu amat bergantung pada proses belajar yang dialami siswa, baik ketika ia berada di sekolah maupun di lingkungan rumah atau keluarganya sendiri.<sup>34</sup> Beberapa pengertian belajar dapat kita lihat sebagai berikut :

1. Belajar adalah suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan, sebagai

<sup>32</sup> Mahmud, *Op. Cit.*, hlm. 61.

<sup>33</sup> Al-Qur'an surat Al-Mujaadalah ayat 11, *Al-Qur'an dan Terjemahnya*, Departemen Agama RI, Diponegoro, Bandung, 2010, hlm. 543.

<sup>34</sup> Muhibbin Syah, *Psikologi Pendidikan: Dengan Pendekatan Baru*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, 2008, hlm. 89.

hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya.

2. Belajar adalah perubahan dalam kepribadian yang dimanifestasikan sebagai pola-pola respon yang baru berbentuk keterampilan, sikap, kebiasaan, pengetahuan, dan kecakapan.
3. Belajar adalah diperolehnya kebiasaan-kebiasaan, pengetahuan, dan sikap baru.
4. Belajar adalah proses munculnya atau berubahnya suatu perilaku karena adanya respon terhadap suatu situasi.
5. Belajar adalah perubahan perilaku yang relatif menetap sebagai hasil dari pengalaman.<sup>35</sup>

Belajar atau bel-a-jar merupakan *verba* (kata kerja) yaitu berusaha memperoleh kepandaian atau ilmu.<sup>36</sup> Dalam bahasa Arab, belajar berpadanan dengan kata *ta'allum*. Sebagai salah satu sumber pengetahuan, Al-Qur'an (Surat Al-Baqarah ayat 102) menggunakan kata *ta'allum* untuk proses penangkapan dan penyerapan pengetahuan yang bersifat maknawi serta berpengaruh pada perilaku. *Ta'allum* dipadankan dengan *learning* yang disinonimkan dengan *studying* dalam bahasa Inggris. *Ta'allum* adalah sebuah proses penyerapan informasi tanpa batas.<sup>37</sup>

Belajar adalah suatu proses yang berlangsung sepanjang hayat. Hampir semua kecakapan, keterampilan, pengetahuan, kebiasaan, kegemaran, dan sikap manusia terbentuk, dimodifikasi dan berkembang karena belajar. Dengan demikian belajar merupakan proses penting yang terjadi dalam kehidupan setiap orang. Karenanya, pemahaman yang benar tentang konsep belajar sangat diperlukan, terutama bagi kalangan pendidik yang terlibat langsung dalam proses

---

<sup>35</sup> Mahmud, *Op.Cit*, hlm. 61

<sup>36</sup> Ebta Setiawan, *KBBI Offline Versi 1.5.1* diambil dari <https://pusatbahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/>, diakses pada 11 September 2015.

<sup>37</sup> Mahmud, *Op.Cit*, hlm. 62.

pembelajaran.<sup>38</sup> Proses belajar itu berbeda dengan proses kematangan. Kematangan adalah proses dimana tingkah laku dimodifikasi sebagai akibat dari pertumbuhan dan perkembangan struktur serta fungsi-fungsi jasmani. Dengan demikian, tidak setiap perubahan tingkah laku pada individu adalah merupakan hasil belajar.<sup>39</sup>

Secara kuantitatif (ditinjau dari sudut jumlah), belajar berarti kegiatan pengisian atau pengembangan kemampuan kognitif dengan fakta sebanyak-banyaknya. Jadi, belajar dalam hal ini dipandang dari sudut berapa banyak materi yang dikuasai siswa. Sedangkan secara institusional (tinjauan kelembagaan), belajar dipandang sebagai proses validasi atau pengabsahan terhadap penguasaan siswa atas materi-materi yang telah ia pelajari. Adapun pengertian belajar secara kualitatif (tinjauan mutu) ialah proses memperoleh arti-arti dan pemahaman-pemahaman serta cara-cara menafsirkan dunia di sekeliling siswa. Belajar dalam pengertian ini difokuskan pada tercapainya daya pikir dan tindakan yang berkualitas untuk memecahkan masalah-masalah yang kini dan nanti dihadapi siswa.

Bertolak dari berbagai definisi yang telah diutarakan tadi, secara umum belajar dapat dipahami sebagai tahapan perubahan seluruh tingkah laku individu yang relatif menetap sebagai hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan yang melibatkan proses kognitif.<sup>40</sup>

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan suatu proses yang dilakukan individu untuk memperoleh perubahan perilaku baru secara keseluruhan berdasarkan hasil pengalaman dan interaksi dengan lingkungan.

---

<sup>38</sup> Nyayu Khodijah, *Psikologi Pendidikan*, Rajawali Pers, Jakarta, 2014, hlm. 47.

<sup>39</sup> Wasty Soemanto, *Psikologi Pendidikan*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2006, hlm. 105.

<sup>40</sup> Muhibbin Syah, *Op.Cit.*, hlm. 91-92.

## b. Ciri-Ciri Belajar

Dilihat dari definisi belajar di atas, belajar hakikatnya adalah perubahan tingkah laku, maka dalam perubahan tingkah laku tersebut ada beberapa perubahan tertentu yang dimasukkan ke dalam ciri-ciri belajar. Antara lain adalah :<sup>41</sup>

### 1. Terjadi secara sadar

Individu yang belajar menyadari terjadinya perubahan itu atau sekurang-kurangnya individu merasakan telah terjadi adanya suatu perubahan dalam dirinya. Misalnya ia menyadari bahwa pengetahuannya bertambah, kecakapannya bertambah, kebiasaannya bertambah. Jadi, perubahan tingkah laku individu yang terjadi karena mabuk atau dalam keadaan tidak sadar, tidak termasuk dalam kategori perubahan dalam pengertian belajar. Karena individu yang bersangkutan tidak menyadari itu.

### 2. Bersifat fungsional

Perubahan yang terjadi memberikan manfaat yang luas. Setidaknya bermanfaat ketika peserta didik akan menempuh ujian, atau bahkan bermanfaat bagi peserta didik dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kehidupan sehari-hari.

### 3. Bersifat aktif dan positif

Perubahan yang terjadi sebagai hasil belajar bersifat aktif dan positif. Aktif artinya tidak terjadi dengan sendirinya, tetapi memerlukan usaha dan aktivitas dari individu sendiri untuk mencapai perubahan tersebut. Adapun positif artinya baik, bermanfaat, dan sesuai harapan. Positif juga berarti mengandung nilai tambah bagi individu.

### 4. Bukan bersifat sementara

Perubahan yang terjadi karena proses belajar bersifat menetap atau permanen. Ini berarti bahwa tingkah laku yang terjadi setelah belajar akan bersifat menetap.

---

<sup>41</sup> Syaiful Bahri Djamarah, *Psikologi Belajar*, PT Rineka Cipta, Jakarta, 2002, hlm. 15.

#### 5. Bertujuan dan terarah

Ini berarti bahwa perubahan tingkah laku itu terjadi karena ada tujuan yang akan dicapai. Perubahan belajar terarah pada perubahan tingkah laku yang benar-benar disadari. Dengan demikian, perbuatan belajar yang dilakukan senantiasa terarah pada tingkah laku yang telah ditetapkannya.

#### 6. Mencakup seluruh aspek perilaku

Perubahan yang diperoleh individu setelah melalui suatu proses belajar meliputi perubahan keseluruhan tingkah laku. Jika seseorang belajar sesuatu, sebagai hasilnya ia akan mengalami perubahan tingkah laku secara menyeluruh dalam sikap kebiasaan, keterampilan, pengetahuan, dan sebagainya.<sup>42</sup>

### c. Mengajar

Tugas dan tanggung jawab guru sebagai pendidik adalah membantu dan membimbing siswa untuk mencapai kedewasaan seluruh ranah kejiwaan sesuai dengan kriteria yang telah diterapkan, baik kriteria institusional maupun konstitusional. Untuk dapat menjalankan tugas dan tanggung jawabnya itu, guru berkewajiban merealisasikan segenap upaya yang mengarah pada pengertian membantu dan membimbing siswa dalam melapangkan jalan menuju perubahan positif seluruh ranah kejiwaannya. Dalam hal ini, kegiatan nyata yang paling utama dalam memberi bantuan dan bimbingan itu adalah mengajar.<sup>43</sup>

Mengajar atau meng-a-jar merupakan *verba* (kata kerja) yang artinya yaitu memberi pelajaran.<sup>44</sup> Definisi mengajar menurut Mahmud adalah memasuki dunia siswa untuk mengubah persepsi dan perilaku mereka. Pengertian ini menunjukkan pentingnya proses psikologis

---

<sup>42</sup> *Ibid.*, hlm. 16.

<sup>43</sup> Muhibbin Syah, *Op.Cit.*, hlm. 181.

<sup>44</sup> Ebta Setiawan, *KBBI Offline Versi 1.5.1* diambil dari <https://pusatbahasa.kemdiknas.go.id/kbbi/>, diakses pada 11 September 2015

mengajar. Proses psikologis mengajar adalah pembentukan keadaan yang melibatkan seseorang dalam kegiatan yang sedang berjalan sehingga hal lain seakan tidak berarti.<sup>45</sup>

Dalam pengertian kuantitatif, mengajar berarti *the transmission of knowledge*, yakni penularan pengetahuan. Dalam hal ini, guru hanya perlu menguasai pengetahuan bidang studinya dan menyampaikan kepada siswa dengan sebaik-baiknya. Selanjutnya dalam pengertian institusional, mengajar berarti *the efficient orchestration of teaching skills*, yakni penataan segala kemampuan mengajar secara efisien. Dalam pengertian ini, guru dituntut untuk selalu siap mengadaptasikan berbagai teknik mengajar untuk bermacam-macam siswa yang berbeda bakat, kemampuan, dan kebutuhannya. Adapun dalam pengertian kualitatif, mengajar berarti *the facilitation of learning* yakni upaya membantu memudahkan kegiatan belajar siswa. Dalam hal ini, guru berinteraksi sedemikian rupa dengan siswa sesuai dengan konsep kualitatif, yakni agar siswa belajar dalam arti membentuk makna dan pemahamannya sendiri. Pengajaran kualitatif ini lebih berpusat pada siswa (*student centered*), sedangkan pengajaran kuantitatif lebih terpusat pada guru (*teacher centered*). Dalam pendekatan pengajaran institusional pun sesungguhnya masih mengandung ciri pemusatan pada kegiatan guru, namun tidak seekstrem pendekatan pengajaran kuantitatif.<sup>46</sup>

Dari bermacam-macam definisi yang telah diutarakan di atas, dapat ditarik benang merah yakni bahwa mengajar itu pada intinya adalah upaya membantu memudahkan kegiatan belajar peserta didik yang mengarah pada timbulnya perilaku belajar peserta didik.

---

<sup>45</sup> Mahmud, *Op.Cit.*, hlm. 295.

<sup>46</sup> Muhibbin Syah, *Op.Cit.*, hlm. 183.

#### d. Proses Belajar Mengajar (PBM)

Belajar tentu saja bukan sekedar penyerapan informasi. Lebih dari itu, belajar proses pengaktifan informasi. Ia melibatkan upaya pengaksesan informasi dan penyimpanannya di dalam memori terdalam.<sup>47</sup> Pada umumnya yang disebut proses belajar mengajar (PBM) ialah sebuah kegiatan yang integral (utuh terpadu) antara siswa sebagai pelajar yang sedang belajar dengan guru sebagai pengajar yang sedang mengajar. Dalam kesatuan kegiatan ini terjadi interaksi resiprokal yakni hubungan antara guru dengan para siswa dalam situasi instruksional, yaitu suasana yang bersifat pengajaran. Para siswa, dalam situasi instruksional itu menjalani tahapan kegiatan belajar melalui interaksi dengan kegiatan tahapan mengajar yang dilakukan guru. Namun dalam proses belajar mengajar masa kini disamping guru menggunakan interaksi resiprokal, ia juga dianjurkan memanfaatkan konsep komunikasi banyak arah untuk menciptakan suasana pendidikan yang kreatif, dinamis dan dialogis.<sup>48</sup>

Selanjutnya, kegiatan proses belajar mengajar (PBM) selayaknya dipandang sebagai kegiatan sebuah sistem yang memproses *input*, yakni para siswa yang diharapkan terdorong secara intrinsik untuk melakukan pembelajaran aneka ragam materi pelajaran yang disajikan di kelas. Hasil yang diharapkan dari PBM tersebut adalah *output* berupa para peserta didik yang telah mengalami perubahan positif baik dimensi ranah cipta, rasa, maupun karsanya, sehingga cita-cita mencetak sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas pun tercapai.<sup>49</sup>

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa proses belajar mengajar merupakan sebuah kegiatan yang utuh terpadu antara siswa sebagai pelajar yang sedang belajar dengan guru sebagai pengajar yang

---

<sup>47</sup> Mahmud, *Op.Cit.*, hlm. 67.

<sup>48</sup> *Ibid.*, hlm. 237.

<sup>49</sup> *Ibid.*, hlm. 238.

sedang mengajar dalam situasi instruksional, yaitu suasana yang bersifat pengajaran.

#### **4. Pengaruh Konsep Diri Terhadap Penyesuaian Diri Peserta Didik Kelas VII Dalam Proses Belajar Mengajar (PBM)**

Konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikososial peserta didik yang penting dipahami oleh seorang guru. Hal ini karena konsep diri merupakan salah satu variabel yang menentukan dalam proses pendidikan. Konsep diri adalah gagasan tentang diri sendiri yang mencakup keyakinan, pandangan dan penilaian seseorang terhadap dirinya sendiri.<sup>50</sup>

Ketika anak-anak memasuki masa remaja, konsep diri mereka mengalami perkembangan yang sangat kompleks dan melibatkan sejumlah aspek dalam diri mereka. Konsep diri memengaruhi perilaku peserta didik dan mempunyai hubungan yang sangat menentukan proses pendidikan dan prestasi belajar mereka. Peserta didik yang mengalami permasalahan di sekolah pada umumnya menunjukkan tingkat konsep diri yang rendah.<sup>51</sup>

Seseorang yang memiliki konsep diri rendah atau tidak akurat cenderung tidak dapat menyesuaikan diri. Dalam membahas mengenai konsep diri, dibedakan antara diri sebenarnya (*real self*) yaitu diri yang berasal dari pengalaman kita, dan diri ideal (*ideal self*) yaitu diri yang kita capai. Semakin besar selisih perbedaan antara diri sebenarnya dan diri ideal, kondisi yang disebut sebagai ketidakselarasan (*incongruence*) semakin ia tidak akan dapat menyesuaikan diri. Untuk meningkatkan penyesuaian dan menjadi selaras kita dapat mengembangkan lebih banyak persepsi positif pada diri sebenarnya, tidak terlalu khawatir mengenai apa

---

<sup>50</sup> Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, Cet. kelima, 2014, hlm. 163.

<sup>51</sup> *Ibid.*, hlm. 182.

yang orang lain inginkan dan meningkatkan pengalaman positif kita dalam dunia.<sup>52</sup>

Konsepsi orang tentang dirinya adalah dasar pertama yang di atasnya berdiri kepribadian. Ia juga merupakan faktor pokok dalam penyesuaian pribadi dan sosial. Maka pribadi terbentuk dari pengalaman kognitif dan afektif yang bersumber kepada diri, yang merupakan sumber pengalaman, kelakuan dan fungsi-fungsi. Maka pribadi dalam artian ini berbeda dari pada pengertiannya tentang “aku” (ego). Maka “aku” adalah kumpulan fungsi-fungsi kejiwaan yang mengatur kelakuan dan penyesuaian diri.<sup>53</sup>

Sekali lagi seperti yang telah di jelaskan sebelumnya, penyesuaian diri adalah cara tertentu yang dilakukan oleh individu untuk bereaksi terhadap tuntutan dalam diri maupun situasi eksternal yang dihadapinya.

Jadi, penyesuaian diri pada prinsipnya adalah suatu proses yang mencakup respons mental dan tingkah laku, dengan mana individu berusaha untuk dapat berhasil mengatasi kebutuhan-kebutuhan dalam dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik dan frustrasi yang dialaminya, sehingga terwujud tingkat keselarasan atau harmoni antara tuntutan dari dalam diri dengan apa yang diharapkan oleh lingkungan di mana ia tinggal.<sup>54</sup>

Kualitas penyesuaian yang penting adalah dinamisme atau potensi untuk berubah. Penyesuaian terjadi kapan saja individu menghadapi kondisi-kondisi lingkungan baru yang membutuhkan suatu respons. Penyesuaian mencakup belajar untuk menghadapi keadaan baru melalui perubahan dalam tindakan atau sikap. Sepanjang hidupnya individu akan mengadakan perubahan perilaku, karena memang dia dihadapkan pada kenyataan dirinya maupun lingkungannya yang terus berubah.<sup>55</sup>

---

<sup>52</sup> Laura A. King, *Psikologi Umum: Sebuah Pandangan Apresiatif*, Buku 2, Terj. Brian Marwensdy, Salemba Humanika, Jakarta, 2010, hlm. 137.

<sup>53</sup> Musthafa Fahmy Terj. Zakiah Daradjat, *Op.Cit.*, hlm. 111.

<sup>54</sup> Desmita, *Op.Cit*, hlm. 193.

<sup>55</sup> *Ibid.*, hlm. 192.

Dari uraian-uraian sebelumnya, dapat kita ketahui bahwa konsep diri memberikan pengaruh yang signifikan terhadap penyesuaian diri peserta didik. Dengan konsep diri yang positif, pribadi peserta didik akan terbentuk dari pengalaman kognitif dan afektif dalam proses belajar mengajar (PBM). Jadi Peserta didik mampu berkomunikasi dan beradaptasi dengan sesama sehingga tercapailah keharmonisan pada diri sendiri dan pada lingkungan belajarnya. Dengan demikian peserta didik selalu merasa yakin atas sesuatu yang sedang dikerjakannya dan memiliki pengharapan yang realistis sehingga lebih mudah mencapai sesuatu yang dicita-citakannya dalam meraih prestasi.

## **B. Hasil Penelitian Terdahulu**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah ada dalam koleksi perpustakaan STAIN Kudus adalah sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Maisaroh, *Pengaruh Perkembangan Sosio-Emosional Terhadap Konsep Diri Peserta Didik Dalam Pembelajaran Mata Pelajaran PAI Di SMP 2 Jekulo Kudus Tahun Ajaran 2013/2014*, STAIN Kudus, Jurusan Tarbiyah 2013.

Adapun persamaan dengan penelitian ini adalah meneliti tentang konsep diri, selain itu jenis penelitian yang digunakan juga sama yaitu *field research* (penelitian lapangan). Akan tetapi dalam penelitian terdahulu konsep diri peserta didik cenderung membahas konsep diri sebagai variabel Y (variabel dependen) yaitu variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel X (variabel independen), maksudnya yaitu setelah perkembangan *sosio-emosional* berpengaruh baik maka konsep diri peserta didik dalam pembelajaran PAI juga semakin baik. Sedangkan yang peneliti teliti lebih menitikberatkan pada konsep diri sebagai variabel X (variabel independen) yaitu variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan variabel Y (variabel dependen). Jika konsep diri positif peserta didik semakin baik maka kemampuan penyesuaian diri peserta

didik dalam proses belajar mengajar juga semakin optimal. Selain itu lokasi penelitian terdahulu terdapat di SMP sedangkan peneliti di MTs.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Enok Sri Hartuti, *Pengaruh Penyesuaian Diri Terhadap Pembentukan Perilaku Belajar Mahasiswa Jurusan Tarbiyah STAIN Kudus Tahun 2006*, STAIN Kudus, Jurusan Tarbiyah 2006.

Adapun persamaan dengan penelitian ini adalah meneliti tentang penyesuaian diri, jenis penelitian yang digunakan juga sama yaitu *field research* (penelitian lapangan). Akan tetapi dalam penelitian terdahulu penyesuaian diri menggunakan populasi mahasiswa, yang tingkatan pendidikannya berbeda jauh dengan siswa/peserta didik yang peneliti teliti, peneliti menggunakan populasi peserta didik kelas VII MTs. Pembahasannya lebih cenderung global yaitu pada pembentukan perilaku belajar. Sedangkan penyesuaian diri yang peneliti teliti langsung fokus pada perilaku/sikap yaitu konsep diri peserta didik. Selain itu lokasi penelitian terdahulu terdapat di STAIN sedangkan peneliti meneliti di MTs.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Siti Masruroh, *Pengaruh Implementasi Penyesuaian Diri Terhadap Pembentukan Moral Pergaulan Siswa Kelas VII Di MTs Al-Isro' Batealit Jepara Tahun Pelajaran 2007/2008*, STAIN Kudus, Jurusan Tarbiyah 2008.

Dalam penelitian ini memiliki persamaan yaitu meneliti tentang penyesuaian diri, selain itu jenis penelitian yang digunakan juga sama yaitu *field research* (penelitian lapangan), populasi yang digunakan juga sama ditingkat Madrasah Tsanawiyah kelas VII. Akan tetapi dalam penelitian terdahulu penyesuaian diri pembahasannya cenderung pada pembentukan moral peserta didik, sedangkan penyesuaian diri yang peneliti teliti lebih menitikberatkan pada sikap peserta didik yaitu konsep diri. Jika konsep diri positif peserta didik semakin baik maka kemampuan penyesuaian diri peserta didik dalam proses belajar mengajar juga semakin optimal.

### C. Kerangka Berpikir

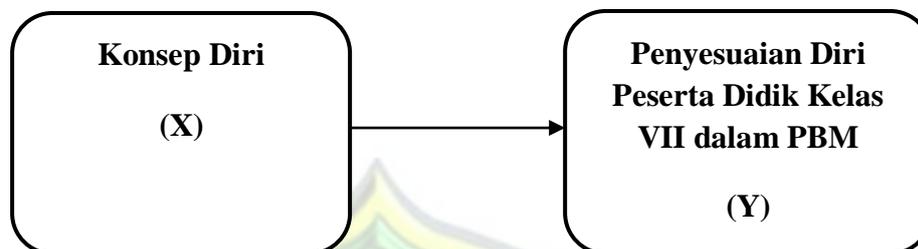
Konsep diri yaitu dimana peserta didik memiliki pengetahuan yang luas dan bermacam-macam tentang diri, pengharapan yang realistis, dan harga diri yang tinggi. Langkah-langkah pembelajaran dengan konsep diri memiliki indikator yaitu : pemahaman diri, kesadaran diri, perasaan harga diri, kompetensi, kecukupan, kemampuan untuk memodifikasi nilai-nilai dan prinsip-prinsip yang seharusnya dipegang, tidak khawatir terhadap masa lalu dan masa yang akan datang, kepercayaan diri dalam menanggulangi masalah sekalipun dihadapkan pada kegagalan, penerimaan diri yang sama harganya dengan orang lain dan sensitif terhadap kebutuhan orang lain.

Dengan konsep diri tersebut diharapkan mampu meningkatkan penyesuaian diri peserta didik tidak hanya dalam pemahaman dan pengetahuan tetapi diarahkan pada penerapan proses belajar mengajar (PBM) dan dalam kehidupan sehari-hari. Proses belajar mengajar (PBM) di Madrasah Tsanawiyah bertujuan untuk mengarahkan dan menyiapkan peserta didik supaya mengenal, memahami, menghayati, dan menganalisis nilai-nilai konsep diri, yang kemudian menjadi dasar pandangan hidupnya (*way of life*) melalui kegiatan bimbingan, pengajaran, latihan penggunaan, pengamalan dan pembiasaan.

Dari penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa kerangka berpikir yang terbentuk adalah, jika konsep diri dapat berlangsung secara optimal, maka kemampuan penyesuaian diri peserta didik dalam proses belajar mengajar (PBM) juga semakin optimal. Namun sebaliknya, jika konsep diri tidak dapat berlangsung secara optimal, maka kemampuan penyesuaian diri peserta didik dalam proses belajar mengajar (PBM) juga belum optimal.

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu variabel independen dan variabel dependen. Di dalam penelitian ini variabel independennya adalah pengaruh konsep diri sedangkan variabel dependennya adalah penyesuaian diri peserta didik. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada pengaruh konsep diri terhadap penyesuaian diri peserta didik kelas VII dalam proses belajar mengajar (PBM) di MTs Maslakul Huda Sluke Rembang.

**Gambar 2.1**  
**Kerangka Berpikir**



#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis berasal dari 2 penggalan kata, *Hypo* yang artinya dibawah dan *Thesa* yang artinya kebenaran. Jadi hipotesis yang kemudian cara penulisnya disesuaikan dengan Ejaan Bahasa Indonesia menjadi hipotesa, dan berkembang menjadi hipotesis. Secara teori, hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan dalam penelitian, sampai terbukti kebenarannya melalui data yang terkumpul.<sup>56</sup>

Adapun hipotesis yang penulis gambarkan adalah:

1. Hipotesis Alternatif, disingkat Ha

Hipotesis alternatif disebut juga hipotesis kerja yaitu menyatakan adanya hubungan antara variabel X dan Y, atau adanya perbedaan antara dua kelompok. Yaitu adanya pengaruh antara konsep diri terhadap penyesuaian diri peserta didik kelas VII dalam proses belajar mengajar (PBM).

2. Hipotesis Nol, disingkat Ho

Hipotesis nol disebut juga hipotesis statistik yaitu menyatakan tidak adanya perbedaan antara dua variabel atau tidak adanya pengaruh variabel X terhadap variabel Y.<sup>57</sup> Yaitu tidak adanya pengaruh antara konsep diri terhadap penyesuaian diri peserta didik kelas VII dalam proses belajar mengajar (PBM).

<sup>56</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*, Rineka Cipta, Jakarta, 2010, Edisi revisi, cet. 14, hlm. 110.

<sup>57</sup>*Ibid.*, hlm. 113.