

## Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Akademik Siswa Kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi

Kartika Widyawati<sup>1</sup>, Akmal Sutja<sup>2</sup>, Freddi Sarman<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Bimbingan dan Konseling, Universitas Jambi

e-mail: [kartikawidyawati@gmail.com](mailto:kartikawidyawati@gmail.com)<sup>1</sup>, [sutja.akmal@unja.ac.id](mailto:sutja.akmal@unja.ac.id)<sup>2</sup>,  
[freddisarman@unja.ac.id](mailto:freddisarman@unja.ac.id)<sup>3</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh lingkungan teman sebaya terhadap penyesuaian akademik siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi. Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan metode *survey*. Sampel penelitian sebanyak 74 orang siswa diambil dengan teknik sistematik. Teknik pengumpulan data menggunakan 2 jenis angket yaitu angket lingkungan teman sebaya dan angket penyesuaian akademik. Analisis data dilakukan dengan rumus formula C dan regresi sederhana. Hasil analisis diperoleh nilai  $r = 0,239$  dengan signifikansi  $0,041 < 0,05$ . Selanjutnya, diperoleh nilai koefisien determinasi ( $R^2$ ) = 0,057 atau 5,7% berada pada kategori rendah tapi pasti. Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa variabel lingkungan teman sebaya memberikan sumbangan pengaruh sebesar 5,7% terhadap variabel penyesuaian akademik, sementara 94,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

**Kata kunci:** Lingkungan Teman Sebaya, Penyesuaian Akademik

### Abstract

This study aims to reveal the influence of the peer environment on the academic adjustment of class IX students at SMP Negeri 1 Muaro Jambi. The type of research used is quantitative with a *survey method*. The research sample of 74 students was taken using a systematic technique. Data collection techniques used 2 types of questionnaires, the peer environment questionnaire and the academic adjustment questionnaire. Data analysis was performed using formula C and simple regression. The results of the analysis obtained the value of  $r = 0.239$  with a significance of  $0.041 < 0.05$ . Furthermore, the value of the coefficient of determination ( $R^2$ ) = 0.057 or 5.7% is in the low but sure category. Based on the results of this analysis, it shows that the peer environment variable contributes 5.7% to the academic adjustment variable, while the remaining 94.3% is influenced by other factors.

**Keywords :** Peer Environment, Academic Adjustment

### PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan manusia. Terjadinya perkembangan yang pesat membuat manusia dituntut untuk memperoleh kualitas pendidikan yang baik. Pada hakikatnya, pendidikan merupakan upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang berguna bagi pembangunan bangsa (Ma'shumah & Muhsin, 2019). Siswa merupakan salah satu komponen manusiawi yang menempatkan posisi sentral yang membuat siswa menjadi pokok persoalan dan tumpuan perhatian dalam semua proses pendidikan (Desmita, 2016). Siswa yang berada pada tingkat Sekolah Menengah Pertama berada pada tahap remaja awal dengan rentang usia 12 sampai 15 tahun. Pada masa ini siswa banyak mengalami perubahan seperti peningkatan tanggung jawab, perubahan lingkungan pergaulan yang lebih luas, penambahan mata pembelajaran, perubahan metode pembelajaran, dan tuntutan akademik yang lebih berat lainnya sehingga siswa harus mampu

menyesuaikan dirinya. Salah satu kemampuan penyesuaian diri yang harus dimiliki siswa dalam dunia pendidikan adalah penyesuaian akademik. Ghufron (2018) menyebutkan bahwa penyesuaian akademik merupakan aspek penting dari adaptasi individu terkait dengan ketekunan akademik dan masalah kesehatan mental selama masa pembelajaran.

Schneiders (1964) menjelaskan bahwa penyesuaian akademik merupakan kemampuan untuk memenuhi tuntutan dan persyaratan kehidupan akademik secara memuaskan. Christyanti, Mustami'ah, & Sulistiani (dalam Nindira et al., 2021) menyebutkan bahwa penyesuaian terhadap tuntutan akademik adalah proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku dimana individu berusaha untuk bereaksi terhadap berbagai jenis tuntutan baik dari dalam dirinya sendiri maupun tugas formal yang berhubungan dengan akademik. Baker & Siryk (Ghufron, 2018) mendefinisikan penyesuaian akademik mengacu pada sikap individu terhadap cara individu mengelola tuntutan akademik dan pengalaman yang didapat. Penyesuaian akademik memiliki posisi yang penting terhadap keberhasilan dan kesuksesan belajar di setiap angkatan (dalam Cunningham dalam Calaguas, 2011). Pada kenyataannya, tidak semua siswa memiliki penyesuaian akademik yang baik. Maranressy & Rozali (2021) pada penelitiannya menyebutkan bahwa rendahnya penyesuaian akademik siswa disebabkan karena cepat menyerah dalam belajar, menunda tugas yang diberikan, tidak memperlihatkan usaha jika terdapat materi yang tidak dimengerti, memperoleh nilai dibawah kriteria ketuntasan minimal, tidak suka melakukan diskusi, dan sering bolos dalam pembelajaran.

Kemampuan penyesuaian akademik siswa yang kurang baik tampak di SMP Negeri 1 Muaro Jambi saat peneliti melaksanakan studi pendahuluan. Masih terdapat banyak siswa yang melanggar tata tertib yang berlaku di sekolah terutama pada poin kerapian seragam. Tidak sedikit juga siswa yang melakukan penundaan dalam mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru. Selain itu, masih terdapat siswa yang pasif ketika pembelajaran sedang berlangsung. Sejalan dengan temuan tersebut, peneliti melakukan wawancara kepada beberapa orang siswa di SMP Negeri 1 Muaro Jambi. Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa siswa menyadari pentingnya penyesuaian akademik namun masih terdapat siswa yang memiliki penyesuaian akademik yang kurang baik karena merasa tidak puas dengan hasil belajar yang diperoleh, belum mampu mengikuti pembelajaran dengan baik, tidak mengerti materi yang dijelaskan, menyontek pekerjaan teman, menyalin jawaban dari google, bahkan salah satu siswa mengakui bahwa yang menyebabkan ia belum mampu untuk menyesuaikan diri terhadap tuntutan akademik karena ia belum memahami dirinya sendiri. Hal tersebut tidak sejalan dengan kriteria penyesuaian akademik menurut Schneiders (1964) yang meliputi kinerja yang sukses, usaha yang memadai, penguasaan terhadap ilmu pengetahuan, perkembangan intelektual, pencapaian tujuan akademik, dan pemuasan terhadap kebutuhan, keinginan, dan minat.

Sebagai suatu proses yang bersifat dinamis, penyesuaian akademik memiliki beberapa faktor yang mempengaruhi. Menurut Friedlander, et al. (2007) faktor yang mempengaruhi penyesuaian akademik yaitu social support (dukungan sosial), self-esteem (pandangan terhadap diri sendiri), dan stress. Sedangkan Schneiders (1964) menyebutkan bahwa dalam prosesnya, penyesuaian diri dipengaruhi oleh 5 (lima) faktor antara lain kondisi fisik, perkembangan dan kematangan, kebudayaan, kondisi psikologis, dan kondisi lingkungan. Kondisi lingkungan menjadi salah satu faktor yang tidak kalah penting karena lingkungan yang baik dapat memperlancar proses penyesuaian. Dalam hal ini, tidak hanya lingkungan keluarga dan masyarakat, namun lingkungan teman sebaya juga memiliki pengaruh karena lingkungan teman sebaya merupakan tempat pertama siswa bersosialisasi di luar rumah. Lingkungan teman sebaya di sekolah maupun di luar sekolah dapat mempengaruhi perilaku serta persepsi siswa terhadap belajar. Rista & Marlina (2022) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa lingkungan teman sebaya terlibat andil yang cukup besar dalam minat melanjutkan studi. Nisa, Tiatri, & Mularsih (2018) menyatakan bahwa peningkatan dukungan teman sebaya berperan dalam meningkatkan penyesuaian akademik. Selain itu, Tarwiyah (2021) mengemukakan bahwa dengan memperkuat peer relationship penyesuaian akademik akan tercapai dengan baik.

Berdasarkan hasil temuan yang telah diuraikan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai “Pengaruh Lingkungan Teman Sebaya terhadap Penyesuaian Akademik Siswa Kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi”.

### METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *survey*. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa metode *survey* digunakan dengan tujuan memperoleh data dari suatu tempat yang alamiah, namun dalam pengumpulan datanya peneliti memberikan perlakuan seperti memberikan kuesioner, tes, wawancara, dan sebagainya yang tidak seperti dalam eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IX Tahun Ajaran 2022/2023 di SMP Negeri 1 Muaro Jambi yang terdiri dari 5 kelas dengan jumlah keseluruhan 147 siswa. Penarikan sampel dilakukan menggunakan teknik sistematik dan sampel yang diperoleh dalam penelitian ini berjumlah 74 siswa. Jenis data dalam penelitian ini adalah data primer yang diperoleh langsung dari siswa. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu wawancara yang dilakukan pada studi pendahuluan, sementara alat pengumpulan data menggunakan angket lingkungan teman sebaya dan angket penyesuaian akademik yang sudah melalui uji validitas dan uji reliabilitas. Uji prasyarat analisis menggunakan uji normalitas dan linearitas. Data dianalisis menggunakan rumus formula C sebagai berikut (Sutja et al., 2017):

$$p = \frac{\sum fb}{\sum n (i) (bi)} \times 100\%$$

Keterangan:

- p = persentase yang dihitung
- fb = jumlah bobot dari frekuensi data yang diperoleh
- n = banyaknya data/subjek
- i = banyaknya item/soal
- bi = bobot ideal

Uji asumsi statistik menggunakan analisis regresi sederhana dengan rumus sebagai berikut:

$$Y = a + b X$$

$$a = [(\sum Y \cdot \sum X^2) - (\sum X \cdot \sum XY)] / [(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2]$$

$$b = [N(\sum Y) - (\sum X \cdot \sum Y)] / [(N \cdot \sum X^2) - (\sum X)^2]$$

Keterangan:

- Y = variabel terikat
- X = variable bebas
- a dan b = konstanta

Kriteria penafsiran yang digunakan dalam penelitian ini adalah kriteria penafsiran pengaruh menurut Sutja, dkk (2017):

**Tabel 1. Kriteria Penafsiran Pengaruh**

No.	Nilai Determinasi	Tafsiran
1.	0,00 – 0,04	Sangat Lemah
2.	0,05 – 0,16	Rendah Tapi Pasti
3.	0,17 – 0,49	Cukup Kuat
4.	0,50 – 0,81	Tinggi atau Kuat
5.	0,82 – 1,00	Sangat Tinggi atau Sangat Kuat

Selanjutnya untuk kriteria penafsiran persentase pada penelitian ini diambil dari aspek kualitas, sebagai berikut (Sutja et al., 2017):

**Tabel 2. Kriteria Penafsiran Pengaruh**

No.	Persentase	Kualitas
1.	89 – 100	Sangat Baik
2.	60 – 88	Baik
3.	41 – 59	Sedang
4.	12 – 40	Kurang Baik
5.	< 12	Tidak Baik

## HASIL

Berdasarkan data yang telah diolah dengan skala likert, pada variabel lingkungan teman sebaya diperoleh skor tertinggi sebesar 87 dan skor terendah 43 dengan rata-rata 64,595. Sementara untuk variabel penyesuaian akademik diperoleh skor tertinggi sebesar 113 dan skor terendah 75 dengan nilai rata-rata 87,716. Hasil perhitungan persentase variabel lingkungan teman sebaya dengan rumus formula C sebagai berikut:

**Tabel 3. Distribusi Persentase Variabel Lingkungna Teman Sebaya**

No.	Indikator	Skor						Kualitas
		Ideal	Min.	Max.	$\sum$	Mean	%	
1.	Interaksi Sosial (9)	45	10	41	1.726	23,324	64,79	Baik
2.	Keterampilan (6)	30	13	20	1.208	16,324	68,02	Baik
3.	Dukungan Sosial (10)	50	11	36	1.846	24,946	62,36	Baik
<b>Jumlah Keseluruhan</b>		<b>125</b>	<b>43</b>	<b>87</b>	<b>4.780</b>	<b>64,595</b>	<b>64,59</b>	<b>Baik</b>

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa kualitas lingkungan teman sebaya di SMP Negeri 1 Muaro Jambi berada pada kategori baik dengan persentase keseluruhan sebesar 64,59%. Lebih rinci, analisis data tersebut terlihat bahwa skor terendah pada indikator dukungan sosial dengan persentase sebesar 62,36% dan skor tertinggi pada indikator keterampilan dengan persentase sebesar 68,02%, sementara hasil perhitungan persentase variabel penyesuaian akademik sebagai berikut:

**Tabel 4. Distribusi Persentase Variabel Penyesuaian Akademik**

No.	Indikator	Skor						Kualitas
		Ideal	Min.	Max.	$\sum$	Mean	%	
1.	Kinerja yang Sukses (6)	30	8	20	1.082	14,622	60,92	Baik
2.	Usaha yang Memadai (8)	40	11	28	1.479	19,986	62,46	Baik
3.	Penguasaan terhadap Ilmu Pengetahuan (7)	35	9	26	1.245	16,824	60,09	Baik
4.	Perkembangan Intelektual (4)	20	8	12	712	9,622	60,14	Baik
5.	Pencapaian Tujuan Akademik (5)	25	10	18	1.016	13,730	68,65	Baik
6.	Pemuasan terhadap Kebutuhan, Keinginan, dan Minat) (5)	25	10	16	957	12,932	64,66	Baik
<b>Jumlah Keseluruhan</b>		<b>175</b>	<b>75</b>	<b>113</b>	<b>6.491</b>	<b>87,716</b>	<b>62,65</b>	<b>Baik</b>

Sesuai dengan hasil pengolahan yang tertera pada tabel 4 dapat dilihat bahwa kualitas penyesuaian akademik siswa SMP Negeri 1 Muaro Jambi berada pada kategori baik dengan hasil persentase keseluruhan sebesar 62,65%. Analisis lebih rinci dari data tersebut terlihat bahwa skor terendah adalah indikator penguasaan terhadap ilmu pengetahuan sebesar 60,09% dan skor tertinggi pada indikator pencapaian tujuan akademik sebesar 68,65%. Hasil

yang diperoleh selanjutnya adalah uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov (K-S) dengan berpedoman pada  $\alpha$  0.05. Data dianggap normal dengan  $\text{asyp. sig} \geq \alpha$  0.05, sementara data dianggap tidak normal dengan  $\text{asyp. sig} \leq \alpha$  0.05. Hasil uji normalitas yang diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 5. Hasil Uji Normalitas  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		74
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0,0000000
	Std. Deviation	6,10508631
Most Extreme Differences	Absolute	0,090
	Positive	0,071
	Negative	-0,090
Test Statistic		0,090
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 <sup>c,d</sup>

- a. Test distribution is Normal.  
b. Calculated from data.

Berdasarkan tabel 3 diperoleh nilai  $\text{asyp. sig}$  sebesar 0,200. Sesuai dengan kriteria dimana  $0,200 > 0,05$ , hal ini mengartikan bahwa data berdistribusi normal. Uji prasyarat analisis lainnya adalah uji linearitas yang dilakukan menggunakan bantuan SPSS dengan dasar pengambilan keputusan mengacu pada nilai signifikansi asimtotik *linearity* dan *deviation from linearity*. Hasil uji linearitas yang diperoleh sebagai berikut:

**Tabel 6. Hasil Uji Linearitas  
ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Akademik * Lingkungan Teman Sebaya	Between Groups	(Combined)	1287,407	32	40,231	1,032	0,457
		Linearity	164,179	1	164,179	4,213	0,047
		Deviation from Linearity	1123,228	31	36,233	0,930	0,579
Within Groups			1597,633	41	38,967		
Total			2885,041	73			

Sesuai tabel di atas, diperoleh nilai signifikansi  $0,047 < 0,05$  dan nilai *deviation from linearity*  $0,579 > 0,05$ , maka dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang linear antara lingkungan teman sebaya dan penyesuaian akademik. Uji asumsi statistik yang dilakukan selanjutnya adalah regresi sederhana untuk mengetahui besarnya pengaruh yang dihasilkan. Berikut hasil persamaan regresi sederhana yang dilakukan dengan bantuan SPSS versi 24:

**Tabel 7. Hasil Persamaan Regresi Sederhana**

Coefficients<sup>a</sup>

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		Sig.
	B	Std. Error	Beta	t	
1 (Constant)	77,809	4,806		16,189	0,000
Lingkungan Teman Sebaya	0,153	0,074	0,239	2,084	0,041

a. Dependent Variable: Penyesuaian Akademik

Berdasarkan hasil perhitungan persamaan regresi sederhana di atas, nilai signifikansi asimtotik berada pada  $0,041 < 0,05$ , maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh antara variabel lingkungan teman sebaya terhadap variabel penyesuaian akademik. berdasarkan kolom *Unstandardized Coefficients* dengan nilai sub-kolom **B** yang memperlihatkan konstanta  $a$  dan besaran nilai **B**. Kedua koefisien tersebut kemudian dijumlahkan dengan rumus persamaan regresi, yaitu:

$$Y = ( a + b X )$$

$$Y = 77,809 + 0,153 X$$

Konstanta sebesar 77,809 yang artinya jika variabel lingkungan teman sebaya bernilai 0, maka penyesuaian akademik bernilai 77,809. Apabila terdapat kenaikan satu-satuan pada lingkungan teman sebaya, maka penyesuaian akademik akan mengalami peningkatan sebesar 0,153 pada konstanta 77,809. Selanjutnya, analisis regresi dilakukan dengan bantuan SPSS versi 24 memperoleh hasil sebagai berikut:

**Tabel 8. Koefisien Determinasi**

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.239 <sup>a</sup>	0,057	0,044	6,147

a. Predictors: (Constant), Lingkungan Teman Sebaya

Hasil perhitungan yang ada pada tabel model summary tersebut, memperlihatkan bahwa nilai dari koefisien determinasi *Rsquare* adalah 0,057. Hal ini berarti bahwa besarnya pengaruh (*Rsquare*) yang diperoleh adalah 0,057 atau 5,7% berada pada kategori rendah tapi pasti. Berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa besar kontribusi pengaruh variabel lingkungan teman sebaya terhadap penyesuaian akademik siswa adalah 5,7% dan 94,3% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.

**PEMBAHASAN**

Pembahasan hasil penelitian ini akan menguraikan temuan dalam penelitian yang telah dilakukan. Berdasarkan hasil dari penelitian pengaruh lingkungan teman sebaya terhadap penyesuaian akademik siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel X dan variabel Y. Pengaruh tersebut dibuktikan dengan hasil nilai sig.  $0,041 < 0,05$  yang menunjukkan adanya pengaruh antara kedua variabel, serta dibuktikan dari hasil nilai koefisien determinasi dari regresi sebesar 0,057 yang ditafsirkan rendah tapi pasti.

Penyesuaian akademik merupakan salah satu kemampuan yang harus dimiliki siswa dalam menempuh pendidikannya. Hal ini sejalan dengan pendapat Baker & Siryk (dalam

Ghufro, 2018) yang menyatakan bahwa penyesuaian akademik merupakan salah satu aspek penting dari adaptasi siswa terkait dengan ketekunan akademik serta masalah yang dialami selama pembelajaran. Penyesuaian akademik merupakan kemampuan dimana tuntutan dan persyaratan kehidupan akademik dapat terpenuhi dengan cara yang memuaskan (Schneiders, 1964). Bruinsma & Vermunt (dalam Maranressy & Rozali, 2021) menyebutkan bahwa tantangan penting yang dihadapi oleh siswa salah satunya adalah kebutuhan untuk menyesuaikan strategi pembelajaran dan kebiasaan belajar di lingkungan akademik yang baru.

Dalam menjalani kehidupannya di sekolah, siswa tidak lepas dari lingkungan teman sebayanya. Lingkungan teman sebaya merupakan lingkungan yang paling dekat dengan siswa di sekolah. Siswa menghabiskan banyak waktu dengan teman sebayanya sehingga teman sebaya memiliki peran secara langsung maupun tidak langsung terlebih pada penyesuaian akademik siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nisa, dkk (2018) yang menyatakan bahwa dukungan teman sebaya memiliki peran dalam penyesuaian akademik. Peningkatan dukungan teman sebaya berperan dalam meningkatkan penyesuaian akademik siswa. Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Yunita & Sholihah (2021) memperoleh hasil bahwa semakin baik hubungan teman sebaya maka penyesuaian diri yang dimiliki oleh siswa akan semakin baik juga. Demikian sebaliknya, semakin kurang baik hubungan teman sebaya, maka penyesuaian diri yang dimiliki siswa juga akan semakin kurang baik.

Dalam penelitian ini, kualitas lingkungan teman sebaya yang diperoleh berada pada kategori baik dengan nilai persentase sebesar 64,59%. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa kualitas lingkungan teman sebaya siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi sudah baik, namun masih terdapat beberapa hal yang perlu diperhatikan pada aspek dukungan sosialnya agar tercipta lingkungan yang lebih baik bagi siswa. Defitri, Zuhra, & Nopriadi (2021) dalam penelitiannya menerangkan bahwa dukungan sosial yang tinggi berdampak pada penyelesaian masalah, membangun kepercayaan diri, dan dapat memperbaiki prestasi akademik. Dukungan sosial teman sebaya yang rendah dapat menimbulkan prokrastinasi akademik. Hal ini sejalan dengan pendapat Wahyuningsih, Manangkot, & Rahajeng (2022) yang menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor terjadinya prokrastinasi akademik. Kurangnya dukungan yang diterima oleh siswa dari teman sebaya dapat membuat kemampuan penyesuaian akademik siswa menjadi buruk karena siswa tidak mendapatkan dorongan, nasehat, maupun saran yang cukup terkait dengan pembelajarannya di sekolah.

Selanjutnya, kualitas penyesuaian akademik siswa diperoleh hasil sebesar 62,65% dimana nilai persentase tersebut berada pada kategori baik. Hal ini juga menunjukkan bahwa kualitas penyesuaian akademik siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi tergolong baik. Namun, meskipun secara keseluruhan termasuk ke dalam kategori baik, masih terdapat juga beberapa aspek yang perlu diperhatikan terutama pada penguasaan terhadap ilmu pengetahuannya. Penyesuaian akademik dapat ditingkatkan salah satunya dengan mengoptimalkan kinerja di dalam maupun di luar kelas. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Safira (2022) dimana dimensi *academic performance out of class* dan *academic performance in class* merupakan dimensi yang paling memiliki pengaruh besar terhadap penyesuaian akademik. Siswa yang memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk belajar, memahami materi pelajaran, menyelesaikan tugas sesuai batas waktu yang ditentukan dengan baik, mengikuti pelajaran yang dianggap sulit dengan baik, dan mempersiapkan ujian dengan maksimal maka kemampuan untuk menikmati tuntutan akademiknya semakin tinggi. Siswa yang memiliki kemampuan untuk menikmati tuntutan akademik yang dibebankan kepadanya akan terhindar dari stres akademik. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erindana, Nashori, & Tasaufi (2021) yang memperoleh hasil penyesuaian diri dan stres akademik memiliki hubungan korelasi yang negatif, sehingga semakin tinggi kemampuan untuk menyesuaikan diri yang dimiliki maka semakin rendah stres akademik yang dirasakan.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa lingkungan teman sebaya mempengaruhi penyesuaian akademik siswa di sekolah. Hal ini karena lingkungan teman sebaya merupakan lingkungan terdekat siswa selama siswa berada di sekolah. Nurnazathul & Oknaryana (2021) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa keseriusan yang ada dalam lingkungan teman sebaya mempengaruhi tingkah laku siswa untuk berlomba dalam melakukan hal positif seperti berlomba dalam meningkatkan hasil belajar di sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan teman sebaya tidak kalah penting untuk penyesuaian akademik siswa. Beradanya siswa di lingkungan teman sebaya yang baik dan positif yang memberikan dukungan diharapkan mampu meningkatkan kualitas penyesuaian akademiknya sehingga tuntutan dan persyaratan kehidupan akademik dapat terpenuhi dengan cara yang memuaskan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, kualitas lingkungan teman sebaya dan penyesuaian akademik siswa kelas IX di SMP Negeri 1 Muaro Jambi berada pada kategori baik. Lingkungan teman sebaya memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap penyesuaian akademik sebesar 5,7%, sementara 94,3% sisanya dipengaruhi oleh variabel lain. Saran bagi guru BK agar memaksimalkan layanan bimbingan dan konseling yang diberikan terkhusus pada bidang bimbingan yang terkait dengan perkembangan siswa. Bagi siswa disarankan untuk lebih terbuka dengan teman sebaya ketika menghadapi kesulitan selama berada di sekolah. Bagi penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan faktor-faktor lain dari penyesuaian akademik yang lebih kompleks sehingga dapat memperkaya penelitian terkait penyesuaian akademik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Defitri, A. A., Zukhra, R. M., & Nopriadi. (2021). Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Stres Akademik Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(2), 287–296.
- Desmita. (2016). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Erindana, F. U. N., Nashori, H. F., & Tasaufi, M. N. F. (2021). Penyesuaian Diri dan Stres Akademik Mahasiswa Tahun Pertama. In *Motiva: Jurnal Psikologi*, 4(1), 11-17.
- Friedlander, L. J., Reid, G. J., Shupak, N., & Cribbie, R. (2007). Social support, self-esteem, and stress as predictors of adjustment to university among first-year undergraduates. *Journal of College Student Development*, 48(3), 259–274. <https://doi.org/10.1353/csd.2007.0024>
- Ghufron, M. N. (2018). Penyesuaian Akademik Tahun Pertama Ditinjau Dari Efikasi Diri Mahasiswa. *KONSELING EDUKASI "Journal of Guidance and Counseling,"* 1(1), 66-81. <https://doi.org/10.21043/konseling.v1i1.3860>
- Glenn M. Calaguas, Ph. D., R. (2011). Academic Achievement and Academic Adjustment Difficulties Among College Freshmen. *International Refereed Research Journal*, 2(3), 72–76.
- Khairun Nisa, Sri Tiatri, & Heni Mularsih. (2018). Peran Dukungan Teman Sebaya dan Regulasi Diri Belajar terhadap Penyesuaian Akademis Mahasiswa Perguruan Tinggi Kedinasan Berasrama XYZ. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(1), 318–328.
- Maranressy, Y. A. A., & Rozali, Y. A. (2021). Pengaruh Self-Regulated Learning terhadap Penyesuaian Akademik Siswa SMK di Jakarta Selama Pembelajaran Online. *Psychomunity Seminar Nasional Psikologi Esa Unggul*, 1(1), 78–90.
- Ma'shumah, F., & Muhsin. (2019). Pengaruh motivasi belajar, disiplin belajar, cara belajar, dan interaksi teman sebaya terhadap kesiapan belajar. *Economic Educational Analysis Journal*, 8(1), 318–332.
- Nindira, M., Sitasari, W. N., & M, S. (2021). Self Efficacy dan Penyesuaian Akademik Pada Siswa Sekolah Penerbangan di Indonesia. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 1(2), 1–13.

- Nurnazathul, A., & Oknaryana. (2021). Pengaruh Motivasi Belajar dan Lingkungan Teman Sebaya terhadap Hasil Belajar Siswa pada Mata Pelajaran Ekonomi. *Jurnal Pendidikan Ekonomi*, 4(4), 622–629.  
<http://ejournal.unp.ac.id/students/index.php/pek/index>
- Rizki, N., Rista, N., & Marlina, N. (2022). Pengaruh Motivasi Belajar dan Lingkungan Teman Sebaya Terhadap Minat Melanjutkan Studi ke Perguruan Tinggi Siswa Kelas XII BDP SMK Negeri di Surabaya. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 10330–10341.
- Safira, G. (2022). Pengaruh Academic Self Efficacy terhadap Penyesuaian Akademik Mahasiswa pada Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 109–118.  
<https://doi.org/10.29313/jrp.v1i2.462>
- Schneiders, A. A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutja, A., Emosda, Herlambang, S., & Nelyahardi. (2017). *Penulisan Skripsi untuk Prodi Bimbingan dan Konseling*. Yogyakarta: Penerbit Wahana Resolusi.
- Tarwiyah, D. (2021). Hubungan Peer Relationship dengan Penyesuaian Akademik Santri Di Pesantren. Skripsi. UIN Sunan Ampel Surabaya, Surabaya.
- Wahyuningsih, N. K. A. T., Manangkot, M. V., & Rahajeng, I. M. (2022). Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10(1), 109–114.
- Yunita, W., & Sholihah, A. (2021). Peran Hubungan Teman Sebaya dan Kontrol Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas VIII di SMP Negeri 11 Kota Bengkulu. *Consilia: Jurnal Ilmiah BK*, 4(1), 94–107.  
[https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j\\_consilia](https://ejournal.unib.ac.id/index.php/j_consilia)