

**PENGARUH *PERCEIVED SOCIAL SUPPORT* TERHADAP PENYESUAIAN DIRI
PADA SISWA SEKOLAH RAKYAT BANJARBARU**

Nur Assyifa¹, Dicky Listin Quarta², Gladis Corinna Marsha³

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Banjarmasin^{1,2,3}

e-mail: nurassyifahafizh@gmail.com¹

dicky_listin_quarta@umbjm.ac.id², gladiscorinna@umbjm.ac.id³

Diterima: 28/6/2026; Direvisi: 8/7/2026; Diterbitkan: 17/7/2026

ABSTRAK

Proses adaptasi menjadi salah satu tantangan utama bagi siswa Sekolah Rakyat yang menjalani kehidupan di lingkungan *boarding school*, terutama karena mereka harus membangun kemandirian sekaligus menyesuaikan diri dengan sistem kehidupan yang berbeda dari lingkungan keluarga. Dalam konteks tersebut, persepsi terhadap dukungan sosial sering dipandang sebagai sumber daya psikologis yang membantu proses penyesuaian, meskipun bukti empiris mengenai perannya masih belum konsisten. Penelitian ini mengeksplorasi keterkaitan kedua aspek tersebut pada 85 siswa Sekolah Rakyat Banjarbaru melalui pendekatan kuantitatif korelasional. Pengukuran dilakukan menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) dan *Self Adjustment Scale*, sedangkan hubungan antarvariabel dianalisis dengan regresi linear sederhana. Analisis memperlihatkan bahwa *perceived social support* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap *self adjustment* ($p < 0,01$), tetapi dengan arah hubungan negatif. Besarnya kontribusi variabel tersebut relatif terbatas, ditunjukkan oleh koefisien determinasi sebesar $R^2 = 0,08$, sehingga hanya mampu menjelaskan sekitar 8% variasi penyesuaian diri siswa. Kondisi ini mengindikasikan bahwa kemampuan beradaptasi di lingkungan *boarding school* lebih banyak dipengaruhi oleh faktor lain di luar persepsi dukungan sosial. Oleh sebab itu, hubungan negatif yang ditemukan tidak dapat dimaknai bahwa dukungan sosial menghambat penyesuaian diri, melainkan perlu dipahami secara kontekstual sesuai karakteristik kehidupan di Sekolah Rakyat. Temuan ini memperkuat pentingnya pengembangan program yang tidak hanya memperhatikan dukungan sosial, tetapi juga memfasilitasi pembentukan kemandirian serta keterampilan adaptasi siswa.

Kata Kunci: *Perceived Social Support, Sekolah Rakyat, Penyesuaian Diri, Siswa Boarding School.*

ABSTRACT

Adapting to life in a boarding school presents a substantial challenge for students of Sekolah Rakyat, as they are required to develop independence while adjusting to a new social environment and daily routines away from their families. Within this context, perceived social support is often regarded as a psychological resource that facilitates adjustment, although previous empirical findings have produced inconsistent evidence regarding its role. This study investigated the relationship between perceived social support and self-adjustment among 85 students of Sekolah Rakyat Banjarbaru using a quantitative correlational approach. Data were collected through the *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) and the *Self-Adjustment Scale*, and subsequently analyzed using simple linear regression. The findings revealed that perceived social support had a statistically significant effect on self-adjustment (p



< 0.01), but the relationship was negative. Moreover, the coefficient of determination ($R^2 = 0.08$) indicated that perceived social support accounted for only 8% of the variance in students' self-adjustment, suggesting that other factors play a more substantial role in shaping their adaptive capacity. Therefore, the observed negative association should be interpreted cautiously and should not be taken to imply that social support impedes adjustment. Rather, the findings highlight the complexity of the adjustment process in boarding school settings and underscore the importance of fostering students' independence alongside strengthening their adaptive skills through targeted educational programs.

Keywords: *Perceived Social Support, Sekolah Rakyat, Self-Adjustment, Boarding School Students.*

PENDAHULUAN

Pendidikan sering diposisikan sebagai jalur mobilitas sosial, namun efektivitasnya sangat dipengaruhi oleh kondisi ekonomi yang melatarbelakangi kehidupan peserta didik. Bagi keluarga yang hidup dalam kemiskinan, keterbatasan sumber daya tidak hanya membatasi akses terhadap layanan pendidikan, tetapi juga mempersempit peluang anak untuk mengembangkan kapasitas diri secara optimal. Situasi tersebut berkontribusi pada berlangsungnya siklus kemiskinan antargenerasi karena kesempatan memperoleh pendidikan yang berkualitas menjadi tidak merata (Amofah & Agyare, 2022). Gambaran ini masih terlihat di Indonesia, di mana jumlah penduduk miskin mencapai 24,1 juta jiwa atau 8,6% dari total populasi, sementara sekitar 3,2 juta jiwa masih berada pada kategori miskin ekstrem (BPS, 2025). Dalam kondisi demikian, perluasan akses pendidikan tidak lagi sekadar berkaitan dengan penyediaan layanan belajar, tetapi juga menyangkut strategi pembangunan yang memungkinkan individu meningkatkan kualitas hidupnya secara berkelanjutan (Firmansyah & Khairunnisa, 2023).

Salah satu bentuk intervensi yang dikembangkan pemerintah adalah Sekolah Rakyat, sebuah program pendidikan gratis berbasis asrama yang diperuntukkan bagi anak-anak dari keluarga miskin dan miskin ekstrem. Desain program ini menggabungkan pembelajaran akademik, pembentukan karakter, serta pembiasaan hidup mandiri dalam lingkungan yang terstruktur sehingga diharapkan mampu menghasilkan peningkatan kualitas sumber daya manusia sekaligus memutus rantai kemiskinan (Daniel & Juhaeriah, 2025; Rafsanjani et al., 2026; Sihombing, 2026). Target pemerintah untuk menjangkau ratusan ribu peserta didik melalui program tersebut (Sutomo, 2025) memperlihatkan bahwa keberhasilannya akan sangat ditentukan oleh proses kehidupan sehari-hari di lingkungan asrama. Dengan kata lain, keberadaan fasilitas pendidikan belum otomatis menjamin tercapainya tujuan program apabila peserta didik mengalami hambatan dalam menjalani dinamika sosial dan psikologis selama tinggal di lingkungan boarding school.

Berbeda dengan sekolah reguler, kehidupan berasrama menghadirkan perubahan yang berlangsung secara simultan. Siswa tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga harus membangun pola interaksi baru, mengikuti berbagai aturan, mengelola emosi, dan menjalani kehidupan tanpa pendampingan langsung dari keluarga. Dalam situasi semacam ini, penyesuaian diri menjadi proses yang terus berkembang melalui interaksi antara karakteristik individu dan tuntutan lingkungan. Kemampuan tersebut tercermin dari bagaimana seseorang menyeimbangkan kebutuhan pribadi dengan ekspektasi sosial, membangun relasi yang sehat, serta mempertahankan stabilitas emosional ketika menghadapi perubahan (Nariswari et al., 2023). Adaptasi yang berjalan baik akan mendukung kesejahteraan psikologis sekaligus mempermudah keterlibatan siswa dalam aktivitas pendidikan, sedangkan kegagalan beradaptasi



berpotensi memunculkan konflik sosial, pelanggaran aturan, homesickness, bahkan keputusan untuk meninggalkan program sebelum selesai (Mulyati et al., 2023; Asiyah et al., 2025; Aprillia & Rahmi, 2025; Ramadani et al., 2025).

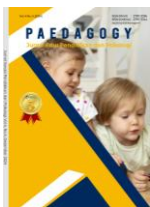
Realitas tersebut mulai terlihat pada implementasi awal Sekolah Rakyat. Hasil skrining kesehatan mental yang dipadukan dengan observasi serta wawancara bersama tim psikolog dan guru bimbingan dan konseling di Sekolah Rakyat Banjarbaru memperlihatkan bahwa sebagian siswa masih menghadapi kesulitan menyesuaikan diri. Kecemasan, ketegangan emosional, konflik dengan teman sebaya, pelanggaran tata tertib, serta hambatan menjalani rutinitas asrama menjadi persoalan yang muncul selama proses adaptasi. Kondisi serupa juga dilaporkan di sejumlah Sekolah Rakyat lain, ketika beberapa peserta didik memilih mengundurkan diri karena tidak mampu beradaptasi atau mengalami kerinduan yang kuat terhadap keluarga (Hidayat, 2025). Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa keberlangsungan pendidikan afirmatif tidak hanya dipengaruhi oleh aspek administratif maupun akademik, tetapi juga oleh kesiapan psikologis siswa dalam menghadapi perubahan lingkungan hidup yang berlangsung secara menyeluruh.

Di tengah proses adaptasi tersebut, perhatian kemudian tertuju pada bagaimana siswa memaknai keberadaan orang-orang yang dianggap penting dalam hidupnya. Perspektif *perceived social support* menjelaskan bahwa dukungan sosial bukan semata-mata ditentukan oleh banyaknya bantuan yang diterima, melainkan oleh keyakinan individu bahwa dirinya memperoleh perhatian, penghargaan, rasa memiliki, dan bantuan ketika menghadapi kesulitan (Zimet, 1988). Cara individu menafsirkan dukungan tersebut memengaruhi kapasitasnya dalam menghadapi tekanan, sehingga konsep ini tetap menjadi salah satu landasan penting dalam psikologi kontemporer untuk memahami mekanisme adaptasi terhadap perubahan kehidupan (Martinez Lopez et al., 2023; Ruihua et al., 2025). Konsistensi penggunaan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) pada berbagai kelompok usia dan latar budaya menunjukkan bahwa instrumen tersebut masih memiliki validitas serta reliabilitas yang memadai dalam mengukur persepsi dukungan sosial (Ginting et al., 2025; Ruihua et al., 2025). Dalam berbagai konteks pendidikan berasrama, dukungan yang dipersepsikan berasal dari keluarga, teman sebaya, maupun pengasuh dikaitkan dengan penyesuaian diri yang lebih baik, regulasi emosi yang lebih efektif, meningkatnya resiliensi, serta kondisi psikologis yang lebih sehat (Nishfi & Handayani, 2021; Zahro, 2024; Silain et al., 2024; Martinez Lopez et al., 2023; Ginting et al., 2025; Ruihua et al., 2025).

Meskipun demikian, temuan empiris mengenai hubungan tersebut belum dapat secara langsung digeneralisasikan pada Sekolah Rakyat. Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada pesantren, perguruan tinggi, atau institusi pendidikan berasrama yang telah berkembang dalam waktu lama dan memiliki sistem, budaya, serta karakteristik peserta didik yang berbeda (Nishfi & Handayani, 2021; Shofi & Maryam, 2022; Silain et al., 2024; Endi et al., 2026). Selain itu, fokus kajian lebih banyak diarahkan pada keterkaitan dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis, resiliensi, atau regulasi emosi dibandingkan dengan dinamika penyesuaian diri dalam konteks program pendidikan afirmatif yang baru diterapkan. Kondisi tersebut menyisakan ruang ilmiah untuk memahami apakah persepsi terhadap dukungan sosial juga memiliki kontribusi terhadap kemampuan adaptasi siswa Sekolah Rakyat yang menghadapi transisi kehidupan secara lebih kompleks.

Atas dasar pertimbangan tersebut, penelitian ini menguji pengaruh *perceived social support* terhadap penyesuaian diri pada siswa Sekolah Rakyat Menengah Pertama 20 Banjarbaru. Konteks penelitian ini menghadirkan kontribusi empiris yang berbeda karena





dilakukan pada fase awal implementasi Sekolah Rakyat di Indonesia, ketika dinamika adaptasi peserta didik masih terus berkembang. Temuan yang dihasilkan diharapkan memperluas pemahaman mengenai proses psikologis siswa dalam lingkungan *boarding school* sekaligus memberikan landasan bagi penyusunan layanan bimbingan dan konseling, penguatan peran pengasuh, serta pengembangan dukungan teman sebaya sebagai bagian dari strategi meningkatkan keberhasilan adaptasi peserta didik. Berdasarkan kerangka konseptual tersebut, penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa *perceived social support* berpengaruh terhadap penyesuaian diri siswa Sekolah Rakyat Menengah Pertama 20 Banjarbaru.

METODE PENELITIAN

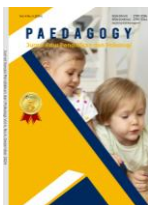
Penelitian ini dirancang untuk mengkaji pengaruh *perceived social support* terhadap penyesuaian diri siswa Sekolah Rakyat Banjarbaru dengan menggunakan pendekatan kuantitatif dan rancangan korelasional. Responden penelitian mencakup seluruh siswa aktif Sekolah Rakyat Banjarbaru yang berjumlah 85 orang, terdiri atas 43 siswa laki-laki (50,6%) dan 42 siswa perempuan (49,4%). Keterlibatan responden ditentukan melalui teknik *purposive sampling* dengan mempertimbangkan tiga kriteria, yaitu berstatus sebagai siswa aktif, tinggal di asrama, dan bersedia mengikuti penelitian. Seluruh anggota populasi memenuhi persyaratan tersebut sehingga seluruhnya diikutsertakan sebagai responden. Kajian ini menempatkan *perceived social support* sebagai variabel bebas dan penyesuaian diri sebagai variabel terikat. Data diperoleh menggunakan *Multidimensional Scale of Perceived Social Support* (MSPSS) versi adaptasi bahasa Indonesia oleh Laksmi et al. (2020) untuk mengukur *perceived social support* serta *Self Adjustment Scale* versi adaptasi Setiawan et al. (2024) untuk mengukur penyesuaian diri. Kedua instrumen tersebut telah memiliki bukti validitas dan reliabilitas yang memadai sehingga layak digunakan dalam proses pengumpulan data.

Rangkaian pengumpulan data dimulai setelah izin penelitian diperoleh dari pihak sekolah. Peneliti terlebih dahulu menyampaikan tujuan dan prosedur penelitian kepada responden serta wali asuh, kemudian meminta persetujuan (*informed consent*) sebelum kuesioner dibagikan secara langsung. Seluruh kuesioner yang telah dikembalikan diperiksa kelengkapannya untuk memastikan kualitas data sebelum memasuki tahap analisis. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak JASP versi 0.95.4. Sebagai langkah awal, data diuji melalui uji normalitas dan uji linearitas guna memastikan terpenuhinya asumsi yang diperlukan dalam analisis parametrik. Setelah seluruh prasyarat terpenuhi, hubungan antara kedua variabel dianalisis menggunakan regresi linear sederhana untuk mengidentifikasi besarnya pengaruh *perceived social support* terhadap penyesuaian diri siswa Sekolah Rakyat Banjarbaru.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis diawali dengan mengeksplorasi karakteristik data yang diperoleh dari seluruh responden sebagai dasar untuk memahami kondisi umum penelitian. Tahap ini tidak diarahkan untuk menguji hipotesis, melainkan untuk melihat bagaimana data tersebar sebelum memasuki analisis yang lebih kompleks. Gambaran tersebut penting karena memberikan konteks mengenai kualitas data yang akan digunakan pada tahap berikutnya. Ringkasan karakteristik masing-masing variabel disajikan pada Tabel 1.



Tabel 1. Deskripsi Data Penelitian

Variabel	Data Empirik			
	Mean	SD	Max	Min
<i>perceived social support</i>	60.66	11.51	84	31
<i>self adjustment</i>	57.16	5.42	69	46

Distribusi data yang diperoleh Tabel 1 memperlihatkan bahwa karakteristik responden tidak bersifat seragam sehingga terdapat variasi yang memadai pada kedua konstruk yang diteliti. Keberagaman tersebut menunjukkan bahwa data memiliki kemampuan untuk menangkap perbedaan kondisi antarsiswa, sehingga analisis hubungan antarvariabel menjadi lebih bermakna. Kondisi ini juga mengindikasikan bahwa tidak terjadi pemusatan skor yang berlebihan pada satu kelompok nilai tertentu. Atas dasar itu, data dinilai layak untuk dilanjutkan ke tahap pengujian asumsi sebelum dilakukan analisis inferensial.

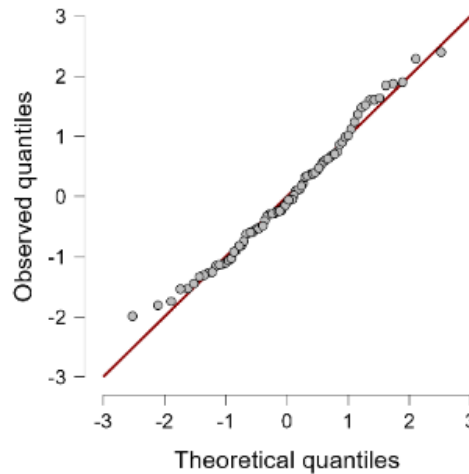
Kelayakan model analisis perlu dipastikan terlebih dahulu agar hasil pengujian statistik dapat diinterpretasikan secara tepat. Salah satu aspek yang diperiksa adalah kesesuaian distribusi residual terhadap asumsi normalitas, karena hal tersebut menjadi prasyarat penggunaan regresi linear sederhana. Pemeriksaan dilakukan melalui pendekatan statistik sehingga keputusan yang diambil didasarkan pada bukti empiris, bukan sekadar pengamatan visual. Ringkasan hasil pengujian normalitas ditampilkan pada Tabel 2.

Tabel 2. Uji Normalitas Data

Test	Statistic	p
<i>Kolmogorov-Smirnov</i>	<i>0.06</i>	<i>.89</i>

Pengujian yang dilakukan pada Tabel 2 memberikan dasar bahwa asumsi normalitas telah terpenuhi sehingga tidak ditemukan indikasi penyimpangan yang dapat memengaruhi estimasi model. Dengan terpenuhinya prasyarat tersebut, penggunaan analisis parametrik tetap relevan untuk menjawab tujuan penelitian. Kondisi ini juga meningkatkan keyakinan bahwa hasil pengujian berikutnya dapat diinterpretasikan dengan tingkat kepercayaan yang lebih baik. Oleh karena itu, proses analisis dapat dilanjutkan tanpa memerlukan transformasi data.

Selain menggunakan pengujian statistik, distribusi residual juga diamati melalui pendekatan visual untuk memperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai pola sebaran data. Pemeriksaan ini berfungsi sebagai pelengkap sehingga kesimpulan mengenai normalitas tidak hanya bergantung pada nilai signifikansi. Kesesuaian antara kedua pendekatan akan memperkuat validitas asumsi yang digunakan dalam model regresi. Visualisasi residual ditampilkan pada Gambar 1.



Gambar 1. Q-Q Plot Standardizer Residuals

Pola penyebaran titik Gambar 1 memperlihatkan karakteristik yang konsisten dengan asumsi normalitas sehingga tidak tampak adanya penyimpangan yang bersifat sistematis. Temuan visual tersebut selaras dengan hasil pengujian statistik yang telah dilakukan sebelumnya. Kesesuaian kedua metode pemeriksaan memberikan keyakinan bahwa model memenuhi prasyarat untuk digunakan pada analisis lanjutan. Dengan demikian, pengujian hubungan antarvariabel dapat dilakukan tanpa hambatan metodologis yang berarti.

Setelah seluruh prasyarat analisis terpenuhi, perhatian diarahkan pada hubungan antara kedua variabel yang menjadi fokus penelitian. Tahap ini memberikan gambaran awal mengenai pola keterkaitan sebelum besarnya pengaruh dianalisis melalui regresi. Informasi yang dihasilkan menjadi dasar untuk menentukan arah analisis berikutnya. Ringkasan hasil korelasi Pearson disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	Pearson's <i>r</i>	<i>p</i>
<i>Perceived Social Support – Self Adjustment</i>	-0.29	< .01

Hubungan yang teridentifikasi Tabel 3 memperlihatkan bahwa perubahan pada satu konstruk berkaitan dengan perubahan pada konstruk lainnya. Meskipun demikian, analisis korelasi hanya memberikan informasi mengenai arah dan kekuatan hubungan tanpa menjelaskan kontribusi prediktif yang dimiliki masing-masing variabel. Oleh sebab itu, interpretasi pada tahap ini masih bersifat terbatas dan perlu dilengkapi melalui analisis regresi. Tahapan selanjutnya difokuskan pada pengujian kemampuan model dalam menjelaskan variasi variabel terikat.

Evaluasi terhadap model regresi dilakukan sebelum koefisien pengaruh diinterpretasikan secara lebih rinci. Langkah ini bertujuan untuk melihat sejauh mana model yang dibangun mampu merepresentasikan hubungan antara variabel yang dianalisis. Informasi tersebut menjadi dasar dalam menilai kelayakan model untuk digunakan pada pengujian hipotesis. Ringkasan model regresi disajikan pada Tabel 4.



Tabel 4. Model Summary Analisis Regresi Linear Sederhana

Model	R	R ²	Adjusted R ²	RMSE
Mo	0.00	0.00	0.00	5.42
M ₁	0.29	0.08	0.07	5.22

Model yang diperoleh Tabel 4 menunjukkan bahwa variabel bebas memiliki kemampuan dalam menjelaskan sebagian variasi pada variabel terikat, meskipun kontribusinya belum dominan. Kondisi ini mengisyaratkan bahwa proses penyesuaian diri kemungkinan dipengaruhi pula oleh faktor-faktor lain yang tidak tercakup dalam model penelitian. Temuan tersebut tetap memberikan dasar empiris bahwa model layak digunakan untuk menguji hipotesis yang diajukan. Dengan demikian, analisis dapat dilanjutkan pada interpretasi koefisien regresi.

Tahap terakhir difokuskan pada pengujian parameter regresi untuk melihat arah hubungan sekaligus signifikansi pengaruh yang terbentuk. Analisis ini menjadi inti dalam menjawab tujuan penelitian karena memberikan informasi mengenai kontribusi variabel bebas terhadap perubahan pada variabel terikat. Interpretasi dilakukan berdasarkan koefisien yang dihasilkan oleh model regresi. Hasil estimasi parameter disajikan pada Tabel 5.

Tabel 5. Koefisien Regresi Linear Sederhana

Model	Variabel	B	SE	β	t	p
Mo	Konstanta	57.16	0.59	–	97.24	< .01
M ₁	Konstanta	65.41	3.06	–	21.41	< .01
M ₁	Perceived Social Support	-0.14	0.05	-0.29	-2.75	< .01

Koefisien yang diperoleh pada Tabel 5 memberikan dasar statistik yang memadai untuk mengevaluasi hipotesis penelitian. Hubungan yang terbentuk tidak hanya menunjukkan adanya keterkaitan, tetapi juga mengindikasikan bahwa perubahan pada variabel bebas diikuti oleh perubahan pada variabel terikat sesuai arah model yang dihasilkan. Dengan terpenuhinya kriteria signifikansi, hipotesis penelitian memperoleh dukungan empiris. Temuan ini selanjutnya menjadi pijakan untuk menginterpretasikan makna hubungan tersebut secara lebih mendalam pada bagian pembahasan.

Pembahasan

Temuan penelitian ini memperlihatkan dinamika yang tidak sepenuhnya sejalan dengan asumsi yang selama ini berkembang mengenai fungsi dukungan sosial dalam proses adaptasi. Meskipun *perceived social support* terbukti berpengaruh secara signifikan terhadap penyesuaian diri, arah hubungan yang terbentuk justru negatif dan besarnya kontribusi hanya mencapai 8%. Pola tersebut menunjukkan bahwa pengalaman adaptasi siswa Sekolah Rakyat tidak dapat dijelaskan melalui satu faktor psikologis secara tunggal. Pada fase awal kehidupan berasma, kemampuan menyesuaikan diri tampaknya lebih merupakan hasil dari interaksi berbagai pengalaman personal, karakter individu, dan tuntutan lingkungan yang berlangsung



secara bersamaan daripada sekadar persepsi bahwa seseorang memperoleh dukungan dari orang lain.

Temuan tersebut menjadi menarik ketika ditempatkan pada konteks kehidupan siswa yang baru memasuki lingkungan *boarding school*. Perubahan yang mereka hadapi tidak terbatas pada perpindahan tempat tinggal, tetapi juga menyangkut perubahan pola relasi, ritme kehidupan, tanggung jawab pribadi, hingga cara memenuhi kebutuhan sehari-hari tanpa kehadiran keluarga. Dalam situasi seperti ini, dukungan sosial belum tentu langsung diterjemahkan sebagai sumber kekuatan psikologis. Sebaliknya, sebagian siswa masih berada pada tahap memahami lingkungan baru sehingga perhatian mereka lebih banyak diarahkan pada upaya mengatasi berbagai tuntutan adaptasi yang muncul secara bersamaan. Kondisi tersebut memungkinkan persepsi terhadap dukungan sosial berkembang dengan cara yang berbeda dibandingkan dengan kelompok remaja yang telah lebih lama berada dalam lingkungan pendidikan berasrama (Mulyati et al., 2023; Asiyah et al., 2025).

Perspektif tersebut sejalan dengan pandangan bahwa efektivitas dukungan sosial tidak ditentukan semata oleh keberadaannya, melainkan oleh kemampuan individu mengolah pengalaman tersebut menjadi sumber daya adaptif. Seseorang dapat merasa memperoleh perhatian, bantuan, maupun penerimaan dari lingkungan, tetapi manfaat psikologisnya baru muncul ketika individu memiliki kapasitas untuk mengelola emosi, menyelesaikan masalah, dan merespons perubahan secara konstruktif (Aqila et al., 2021). Dengan demikian, hubungan negatif yang ditemukan dalam penelitian ini tidak menunjukkan bahwa dukungan sosial bersifat merugikan, melainkan mengisyaratkan bahwa proses pemanfaatannya belum berlangsung secara optimal. Penjelasan tersebut selaras dengan temuan *systematic review* Martinez Lopez et al. (2023) yang menggambarkan bahwa pengaruh *perceived social support* terhadap berbagai luaran psikologis bekerja melalui mekanisme yang lebih kompleks dan sering kali melibatkan proses psikologis lain secara simultan. Pandangan serupa juga dikemukakan oleh Huang et al. (2025) dan Ruihua et al. (2025), yang menempatkan regulasi emosi dan kemampuan memanfaatkan dukungan sebagai komponen penting yang menentukan apakah dukungan tersebut benar-benar menghasilkan penyesuaian diri yang lebih baik.

Temuan ini sekaligus memperlihatkan bahwa hubungan antara dukungan sosial dan penyesuaian diri tidak selalu bergerak dalam arah yang sama pada setiap konteks. Berbagai penelitian sebelumnya memang melaporkan bahwa persepsi terhadap dukungan sosial berhubungan positif dengan kemampuan beradaptasi karena berfungsi sebagai faktor protektif ketika individu menghadapi perubahan lingkungan (Nishfi & Handayani, 2021; Zahro, 2024; Azpiazu et al., 2024). Namun, konsistensi hubungan tersebut tidak selalu ditemukan pada seluruh kelompok responden. Ginting et al. (2025) serta Liao et al. (2025) menunjukkan bahwa kualitas relasi interpersonal, karakteristik individu, dan situasi sosial tempat seseorang beradaptasi dapat mengubah cara dukungan sosial memengaruhi kondisi psikologisnya. Oleh karena itu, perbedaan hasil yang muncul dalam penelitian ini lebih tepat dipahami sebagai konsekuensi dari perbedaan konteks dibandingkan sebagai pertentangan terhadap temuan-temuan sebelumnya.

Karakteristik Sekolah Rakyat memberikan ruang interpretasi yang berbeda dari lembaga pendidikan berasrama pada umumnya. Program ini dirancang bagi peserta didik yang berasal dari keluarga miskin dan miskin ekstrem sehingga perpindahan ke lingkungan asrama sering kali diikuti oleh perubahan sosial yang jauh lebih besar dibandingkan siswa pada sekolah berasrama lainnya. Adaptasi tidak hanya berkaitan dengan aturan sekolah, tetapi juga menyangkut perubahan pola hidup, pembentukan identitas baru, dan proses membangun rasa



aman di lingkungan yang sebelumnya asing. Dalam kondisi demikian, kebutuhan untuk memperoleh kemandirian dapat menjadi tuntutan yang lebih dominan daripada kebutuhan untuk mencari dukungan sosial. Penjelasan ini selaras dengan temuan Shofi dan Maryam (2022) serta Endi et al. (2026), yang menegaskan bahwa keberhasilan adaptasi di lingkungan *boarding school* dibentuk oleh interaksi antara dukungan sosial, kemandirian, dan kemampuan menghadapi tekanan selama proses transisi.

Kontribusi *perceived social support* yang relatif kecil juga memberikan petunjuk bahwa proses penyesuaian diri memiliki struktur yang jauh lebih kompleks daripada yang terlihat pada model statistik penelitian ini. Sebagian besar variasi kemampuan adaptasi siswa kemungkinan dijelaskan oleh faktor-faktor lain yang tidak dianalisis, seperti regulasi emosi, resiliensi, *self-efficacy*, kemampuan menyelesaikan masalah, maupun strategi *coping* yang berkembang selama menjalani kehidupan berasrama (Aqila et al., 2021; Putu et al., 2023; Silain et al., 2024). Dengan kata lain, persepsi terhadap dukungan sosial hanya menjadi salah satu bagian dari jaringan faktor psikologis yang saling memengaruhi. Interpretasi tersebut memperkuat pandangan Martinez Lopez et al. (2023) dan Huang et al. (2025) bahwa adaptasi merupakan proses dinamis yang terbentuk melalui interaksi berbagai sumber daya psikologis, bukan hasil kerja satu variabel secara terpisah.

Dari sisi pengembangan ilmu, penelitian ini memberikan bukti empiris pada konteks yang masih sangat terbatas dikaji dalam literatur psikologi pendidikan di Indonesia. Sebagian besar penelitian mengenai *perceived social support* selama ini dilakukan pada sekolah reguler, perguruan tinggi, maupun pondok pesantren yang memiliki sistem sosial relatif mapan (Daniel S. & Juhaeriah, 2025; Rafsanjani et al., 2026). Sebaliknya, Sekolah Rakyat merupakan program afirmasi yang masih berada pada tahap awal implementasi sehingga dinamika psikologis peserta didiknya belum banyak terdokumentasikan. Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa hubungan antarvariabel psikologis dapat berkembang secara berbeda ketika ditempatkan pada lingkungan pendidikan yang memiliki karakteristik sosial ekonomi dan tujuan kebijakan yang khas. Oleh karena itu, temuan ini tidak hanya memperluas literatur mengenai penyesuaian diri di lingkungan *boarding school*, tetapi juga memberikan perspektif baru dalam memahami tantangan psikologis peserta didik pada program afirmasi pendidikan yang bertujuan memutus rantai kemiskinan (Sutomo, 2025; Sihombing, 2026).

Implikasi penelitian ini mengarah pada perlunya pendekatan pendampingan yang lebih menyeluruh daripada sekadar memperluas sumber dukungan sosial di lingkungan sekolah. Kehadiran guru, wali asuh, maupun teman sebaya tetap memiliki peran penting, tetapi efektivitasnya akan lebih optimal apabila disertai penguatan kapasitas internal siswa untuk memanfaatkan dukungan tersebut. Program bimbingan dan konseling, pelatihan regulasi emosi, pengembangan kemandirian, serta pembelajaran strategi *coping* adaptif dapat dipadukan dalam proses pembinaan sehari-hari sehingga siswa tidak hanya merasa didukung, tetapi juga mampu mengubah dukungan tersebut menjadi modal psikologis dalam menghadapi kehidupan berasrama. Pendekatan yang bersifat integratif seperti ini diperkirakan lebih sesuai dengan karakteristik Sekolah Rakyat yang tidak hanya menargetkan keberhasilan akademik, tetapi juga pembentukan pribadi yang mandiri, tangguh, dan memiliki kesejahteraan psikologis yang baik (Aqila et al., 2021; Ginting et al., 2025; Asiyah et al., 2025).

Interpretasi terhadap hasil penelitian ini tetap perlu ditempatkan dalam batasan metodologis yang dimiliki. Cakupan responden masih terbatas pada siswa Sekolah Rakyat Banjarbaru sehingga generalisasi terhadap seluruh Sekolah Rakyat atau lembaga pendidikan berasrama lainnya perlu dilakukan secara hati-hati. Selain itu, penggunaan desain *cross-*





sectional belum memungkinkan penelusuran perubahan penyesuaian diri yang bersifat dinamis seiring bertambahnya masa tinggal siswa di asrama. Penelitian ini juga hanya memfokuskan perhatian pada satu prediktor, padahal berbagai aspek psikologis lain, seperti regulasi emosi, resiliensi, *self-efficacy*, dan strategi *coping*, diduga memiliki kontribusi yang tidak kalah penting. Penggunaan desain longitudinal yang dipadukan dengan model mediator maupun moderator pada penelitian berikutnya akan memberikan gambaran yang lebih utuh mengenai mekanisme adaptasi siswa selama menjalani kehidupan di Sekolah Rakyat.

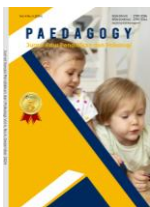
KESIMPULAN

Hubungan antara *perceived social support* dan penyesuaian diri pada siswa Sekolah Rakyat Banjarbaru memperlihatkan bahwa proses adaptasi di lingkungan *boarding school* tidak dapat dipahami melalui asumsi yang bersifat linier. Arah hubungan negatif yang ditemukan menunjukkan bahwa persepsi terhadap dukungan sosial belum tentu sejalan dengan meningkatnya kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri. Temuan tersebut menegaskan bahwa adaptasi merupakan proses psikologis yang berkembang melalui interaksi berbagai faktor internal maupun eksternal, sehingga dukungan sosial hanya menjadi salah satu bagian dari mekanisme yang membentuk kemampuan siswa menghadapi perubahan lingkungan. Dalam konteks Sekolah Rakyat sebagai program pendidikan afirmatif yang masih berada pada tahap awal implementasi, hasil ini memperluas pemahaman mengenai dinamika psikologis peserta didik sekaligus memperkaya kajian psikologi pendidikan pada lingkungan pendidikan berasrama yang memiliki karakteristik sosial berbeda dari konteks yang selama ini banyak diteliti.

Refleksi dari temuan ini mengarah pada perlunya pendekatan pendampingan yang lebih menyeluruh dalam mendukung keberhasilan adaptasi siswa. Penguatan hubungan sosial tetap memiliki peran penting, namun efektivitasnya akan lebih besar apabila berjalan beriringan dengan pengembangan regulasi emosi, kemandirian, keterampilan pemecahan masalah, serta strategi menghadapi tekanan selama menjalani kehidupan berasrama. Perspektif tersebut dapat menjadi dasar bagi guru, konselor, pengelola Sekolah Rakyat, maupun pengambil kebijakan untuk merancang layanan yang lebih responsif terhadap kebutuhan siswa pada masa transisi. Di sisi lain, ruang pengembangan keilmuan masih terbuka luas melalui penelitian yang melibatkan faktor-faktor psikologis lain, seperti resiliensi, kepribadian, regulasi emosi, dan strategi *coping*, serta penggunaan desain longitudinal atau model yang memasukkan variabel mediator dan moderator agar dinamika penyesuaian diri dapat dipahami secara lebih utuh.

DAFTAR PUSTAKA

- Amofah, S., & Agyare, L. (2022). Poverty alleviation approaches of development NGOs in Ghana : Application of the basic needs approach. *Journal of Early Adolescence*, 1886(8), 1–13. <https://doi.org/10.1080/23311886.2022.2063472>
- Aprillia, S., & Rahmi, Y. (2025). Peran Kematangan Emosi dan Hardiness Terhadap Penyesuaian Diri Santri SMP Tahun Pertama di Islamic Boarding School. *Flourishing Journal*, 5(10), 556–566. <https://journal3.um.ac.id/index.php/psi/article/view/7448>
- Aqila, F. Y., Prihartanti, N., & Asyanti, S. (2021). Peningkatan penyesuaian diri remaja panti asuhan melalui pelatihan regulasi emosi. *Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 297–306. <https://doi.org/10.15575/psy.v8i2.6681>
- Asiyah, D., Mahmudah, M., Saepulah, A., & Perdana, F. J. (2025). Mental well-being of boarding students versus family-living students : links with academic engagement and



- self-compassion. *Konselor*, 14(3), 303–325. <https://doi.org/10.24036/02025143142-0-86>
- Azpiazu, L., Antonio Aguirre, I., Izar de-la-Funte, I., & Fernández Lasarte, O. (2024). School adjustment in adolescence explained by social support, resilience and positive affect. *European Journal of Psychology of Education*, 39(4), 3709–3728. <https://doi.org/10.1007/s10212-023-00785-3>
- BPS. (2025). *Profil kemiskinan di Indonesia September 2024* (Issue 07). 15 Januari 2025.
- Daniel S, T., & Juhaeriah, J. (2025). Sekolah Rakyat Program Afirmasi Sekolah Bermutu Dan Pengentasan Kemiskinan. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dan Keislaman*, 5(3), 637–651. <https://jipkis.stai-dq.org/index.php/home/article/view/193>
- Endi, E., Utami, F. S., & 'Alwan, F. F. (2026). Far From Home: Adjustment and Social Support Related to Homesickness among Islamic Boarding School Students. *QALAMUNA: Jurnal Pendidikan, Sosial, Dan Agama*, 18(1), 155–168. <https://doi.org/10.37680/qalamuna.v18i1.8290>
- Firmansyah, A., & Khairunnisa, D. (2023). *Dampak pendidikan terhadap pengentasan kemiskinan di indonesia dengan menggunakan analisis data panel*. 1(2), 227–237. <https://doi.org/10.20885/esds.vol1.iss.2.art23>
- Ginting, S. N., Suharsono, M., & Eriany, R. P. (2025). The effect of social support and academic resilience on students psychological well being. *Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 6(1), 124–137. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v6i1.4790>
- Harahap, I. D., & Pranungsari, D. (2020). Hubungan antara konsep diri dan adversity quotient dengan kecemasan menghadapi masa depan remaja jalanan. *Jurnal Psikologi Terapan Dan Pendidikan*, 2(1), 1–8. <https://doi.org/10.26555/jptp.v2i1.16948>
- Hidayat, F. M. (2025). *Siswa sekolah rakyat jepara yang keluar terus bertambah, alasannya?* MURIANEWS.<https://berita.murianews.com/faqih-mansur-hidayat/451285/siswa-sekolah-rakyat-jepara-yang-keluar-terus-bertambah-alasannya>
- Huang, H., Wu, H., Luo, L., Jiao, B., & Ma, L. (2025). The influence of emotion dysregulation and perceived social support on the link between childhood emotional abuse and depressive symptoms in college students: a moderated mediation model. *Frontiers in Psychiatry*, 16(April), 1–13. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2025.1538390>
- Liao, Z., Hu, P., Xiao, T., Tang, H., Deng, H., Hao, X., & Yan, J. (2025). Social support and self-compassion mediate the relationship between alexithymia and quality of life in postoperative breast cancer patients: a cross-sectional study. *Frontiers in Psychology*, 16(December), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1722515>
- Martinez Lopez, Z., Nouws, S., Villar, E., Mayo, M. E., & Tinajero, C. (2023). Perceived social support and self regulated learning: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Educational Research Open*, 5, 1–12. <https://doi.org/10.1016/j.ijedro.2023.100291>
- Mulyati, Mashabi, N. A., & Ciptianingsih, R. A. (2023). Self adjustment and psychological well being of santri at the asshiddiqiyah 2 islamic boarding school , Tangerang , Banten. *Journal of Family Sciences*, 35–50. <https://doi.org/10.29244/jfs.vi.49829>
- Nariswari, A. S., Damayanti, F., Farid, M., Ikhsan, F., & Edy, D. F. (2023). Self adjustment mahasiswa baru fakultas psikologi universitas negeri Malang. *Jurnal Flourishing*, 3(8), 321–329. <https://doi.org/10.17977/10.17977/um070v3i82023p321-329>
- 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*, 3(1), 23–28. <https://doi.org/10.47679/jopp.311132021>



- Putu, N., Puspitaningrum, P., Redatin, S., & Pudjiati, R. (2023). Sources of social support and resilience among adolescents in Tangerang regency. *Jurnal Psikologi*, 22(1), 15–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jp.22.1.15-22>
- Rafsanjani, M. F., Mukti, S., Kosim, R. M., & Hidayat, A. (2026). Analisis Kebijakan Penyelenggaraan Sekolah Rakyat Dalam Tata Kerja Dan Penerimaan Peserta Didik Baru. *Pendas: Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 11(01), 179-191. <https://www.jurnal.unpas.ac.id/index.php/pendas/article/view/40667>
- Ramadani, M., Purnomo, H., & Akbar, N. I. A. (2025). The relationship between social adaptation, academic stress, and homesickness in Islamic boarding schools: Moderating effects of prior separation experience and family attachment. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 11(2), 241-256. <https://doi.org/10.19109/psikis.v11i2.31050>
- Ruihua, L., Hassan, N. che, Qiuxia, Z., Ouyang, S., & Dong, J. (2025). A systematic review on the impact of social support on college students ' wellbeing and mental health. *Journal Plos One*, 1–20. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0325212>
- Shofi, A. B., & Maryam, E. W. (2022). Relationship Between Social Skills and Adjustment in First Year Students at Boarding School: Hubungan antara Ketearmpilan Sosial dan Penyesuaian Diri pada Santriwati Tahun Pertama di Pondok Pesantren. *Academia Open*, 7, 10-21070. <https://doi.org/10.21070/acopen.7.2022.5405>
- Siombing, P. R. (2026). Comprehensive Policy Analysis Of Indonesia's Poverty Alleviation Strategy Through People's School Education. *International Journal of Economics, Science, and Education*, 3(3), 101–106. <https://jurnal.penajaya-pers.com/index.php/ijese/article/view/82>
- Silain, D. T., Harahap, F., Mursy, A. A., & Malisa. (2024). The influence of self efficacy and social support on adolescent self adjustment in islamic boarding schools. *Journal Of Research and Community Service*, 5(10), 1204–1213. <https://doi.org/https://doi.org/10.59188/devotion.v5i10.13194>
- Sutomo, U. (2025). Pemerintah targetkan 500.000 anak miskin terjangkau pendidikan gratis lewat sekolah rakyat. Indonesia.Go.Id. <https://indonesia.go.id/kategori/sosial-budaya/9605/pemerintah-targetkan-500-000-anak-miskin-terjangkau-pendidikan-gratis-lewat-sekolah-rakyat>
- Zahro, U. A. (2024). Pengaruh dukungan sosial terhadap penyesuaian diri santri kelas 7 di SMP Islam Excellent As Syafiah Ngajuk. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(2), 8–17. <https://e-journal.stkipgrisumenep.ac.id/index.php/SHINE/index>
- Zimet, G. D. (1988). The Multidimensional Scale Of Perceived Social Support. *Journal of Personality Assessment*, 1(52), 30–41. https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2

