

PERILAKU MALADAPTIF SISWA DALAM PENDIDIKAN BERASRAMA: ANALISIS STUDI KASUS KUALITATIF INTERVENSI PEKERJAAN SOSIAL DI SEKOLAH RAKYAT

Raden Rasman

Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung,

Email: rasman1972@gmail.com

Abstract :

This study examines maladaptive behaviors of students in a boarding school environment serving socially and economically vulnerable groups at the Sekolah Rakyat (People's School) in Indonesia. The research aimed to identify forms of maladaptive behavior, analyze adaptive coping dimensions as an analytical framework, and explore social work interventions that were applied. A qualitative approach with a case study design was employed. Data were collected through in-depth interviews with six students (Subjects 1–6), one foster parent (Subject 7), one school counselor (Subject 8), one psychologist (Subject 9), and the school principal (Subject 10), supplemented by documentation and literature review. Interview guides were developed based on four adaptive coping sub-dimensions: (1) Life Perspective, (2) Response to Problems, (3) Psychological Response, and (4) Relationship Interaction—applied across four triggering factors: differences in life patterns, socialization barriers, adolescent developmental dynamics, and psychological pressure due to academic difficulties. Findings indicate that maladaptive behaviors encompassed adaptation difficulties, social withdrawal, non-compliance with regulations, and barriers to learning. Social work interventions—including creation of a safe and supportive environment, strengthening emotion regulation and empathy, character building, and structured academic tutoring—proved to progressively enhance students' adaptive capacity.

Keywords :

Maladaptive Behavior; Boarding Education; Social Work
Intervention; Student Adaptation; People's School

Abstrak :

Penelitian ini mengkaji perilaku maladaptif siswa dalam lingkungan pendidikan berasrama yang melayani kelompok rentan secara sosial dan ekonomi pada Sekolah Rakyat di Indonesia. Tujuan penelitian adalah mengidentifikasi bentuk perilaku maladaptif, menganalisis dimensi coping adaptif sebagai kerangka analitis, serta mengeksplorasi intervensi pekerjaan sosial yang diterapkan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam terhadap enam siswa (Subjek 1–6), satu wali asuh (Subjek 7), satu guru bimbingan dan konseling (Subjek 8), satu psikolog (Subjek 9), dan satu kepala sekolah (subjek 10), dilengkapi dengan studi dokumentasi dan studi pustaka. Panduan wawancara disusun berdasarkan empat sub-dimensi coping adaptif: (1) Pandangan Hidup, (2) Respon terhadap Masalah, (3) Respon Psikologis, dan (4) Interaksi Hubungan. Temuan menunjukkan bahwa perilaku maladaptif mencakup kesulitan beradaptasi di lingkungan berasrama, penarikan diri sosial, ketidakpatuhan terhadap peraturan, serta hambatan dalam proses belajar. Intervensi pekerjaan sosial terbukti meningkatkan kemampuan adaptasi siswa secara bertahap

Kata Kunci:

Perilaku Maladaptif, Pendidikan Berasrama, Intervensi Pekerjaan
Sosial, Adaptasi Siswa, Sekolah Rakyat

Pendahuluan

Sekolah Rakyat merupakan salah satu Program Prioritas Nasional yang diperkenalkan pada tahun 2025 sebagai tindak lanjut dari Instruksi Presiden Nomor 8 Tahun 2025 tentang Optimalisasi Pelaksanaan Pengentasan Kemiskinan dan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem. Program ini dirancang untuk memberikan akses pendidikan berkualitas kepada anak-anak dari keluarga miskin ekstrem yang selama ini mengalami hambatan dalam memperoleh

pendidikan formal, dengan menerapkan sistem pendidikan berasrama (boarding school) sebagai model utamanya.

Sekolah berasrama diakui memiliki sejumlah keunggulan akademis dan sosial: siswa umumnya memperoleh fasilitas belajar yang lebih memadai, dukungan guru yang lebih intensif (Pfeiffer et al. 2016), serta waktu studi yang lebih terstruktur (Zachariah & Joshua, 2016, dalam Randi, 2021). Namun demikian, bagi siswa yang berasal dari latar belakang keluarga rentan dan belum pernah mengalami kehidupan berasrama, transisi ke lingkungan baru ini dapat menimbulkan tekanan psikososial yang signifikan.

Mencermati profil peserta didik Sekolah Rakyat sebagaimana diatur dalam Keputusan Menteri Sosial RI Nomor 189/HUK/2025—yaitu anak dari keluarga miskin ekstrem yang diutamakan belum pernah bersekolah atau pernah putus sekolah—potensi munculnya perilaku maladaptif menjadi tantangan utama yang memerlukan penanganan profesional. Hasil asesmen awal terhadap enam siswa yang dirujuk kepada Pekerja Sosial dan Psikolog menunjukkan adanya perilaku maladaptif yang bersumber dari ketidakmampuan menjalankan coping adaptif dalam berbagai dimensi kehidupan berasrama.

Perilaku maladaptif dapat dipahami sebagai manifestasi ketidakmampuan individu dalam menjalankan fungsi sosialnya secara normatif. Keberfungsian sosial merupakan kecakapan yang harus dimiliki setiap individu sebagai basis penyesuaian diri dan penyelesaian masalah (Husmiati, 2013, dalam Shabrina & Savira, 2022). Dalam konteks ini, intervensi pekerjaan sosial menjadi penting dan mendesak, sebagaimana diamanatkan dalam Undang-Undang Nomor 14 Tahun 2019 tentang Pekerja Sosial Pasal 3. b. yang menegaskan bahwa Pekerja Sosial melaksanakan Praktik Pekerjaan Sosial dengan tujuan memulihkan dan meningkatkan Keberfungsian Sosial individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat.

Penelitian ini hadir untuk mengisi kesenjangan kajian yang selama ini lebih banyak berfokus pada aspek psikologis individual dan mengabaikan konteks spesifik pendidikan berasrama bagi kelompok rentan. Tujuan penelitian adalah: (1) mengidentifikasi bentuk-bentuk perilaku maladaptif siswa; (2) menganalisis dimensi coping adaptif sebagai kerangka analitis; dan (3) mengeksplorasi model intervensi pekerjaan sosial yang efektif dalam konteks Sekolah Rakyat

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan memahami secara mendalam pengalaman, makna, dan pola perilaku subjek dalam konteks

alamiahnya (Creswell, 2012, dalam Diwanti & Abidin, 2021). Desain studi kasus memungkinkan peneliti mengeksplorasi secara holistik fenomena perilaku maladaptif dan intervensi yang dilakukan dalam setting Sekolah Rakyat yang spesifik dan belum pernah dikaji sebelumnya.

2.1 Partisipan Penelitian

Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan informan berdasarkan kriteria relevansi dan kapasitas untuk memberikan informasi yang efektif dan mendalam (information-rich). Partisipan terdiri dari sepuluh informan yang dibagi dalam dua kelompok: (1) enam orang siswa yang dirujuk kepada Pekerja Sosial dan Psikolog karena menunjukkan indikasi perilaku maladaptif (Subjek 1–6); dan (2) empat orang profesional, meliputi satu wali asuh berpengalaman di bidang pelayanan kesejahteraan sosial (Subjek 7), satu guru bimbingan dan konseling (Subjek 8), satu psikolog (Subjek 9), dan Kepala Sekolah Rakyat X Kota Bandung (Subjek 10) sebagai informan terkait kebijakan institusional dan komponen intervensi penanganan siswa yang berperilaku maladaptif. Identitas informan diberika simbol Subjek 1- 10 untuk menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian.

2.2 Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama. Pertama, wawancara mendalam satu per satu (one-on-one interview), yang dilaksanakan dalam proses konseling Pekerja Sosial bekerja sama dengan Psikolog selama periode 28 Juli 2025 hingga 12 Maret 2026, dengan durasi 60–90 menit per sesi. Kedua, studi dokumentasi, yang mencakup catatan konseling, laporan perkembangan siswa, dan dokumen kebijakan sekolah. Ketiga, studi pustaka, yang digunakan untuk membangun kerangka teori dan triangulasi konseptual.

2.3 Instrumen dan Kerangka Analitis

Panduan wawancara disusun berdasarkan empat sub-dimensi coping adaptif menurut Gibson (2015) yaitu: (1) Pandangan Hidup, (2) Respon terhadap Masalah, (3) Respon Psikologis, dan (4) Interaksi Hubungan. Keempat dimensi tersebut diterapkan untuk menganalisis respons informan terhadap empat faktor pemicu: (1) perbedaan pola kehidupan antara keluarga dan asrama; (2) hambatan sosialisasi; (3) dinamika perkembangan remaja; dan (4) tekanan psikologis akibat kesulitan akademik. Analisis data menggunakan pendekatan tematik induktif dengan triangulasi sumber untuk meningkatkan kredibilitas temuan.

Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian menampilkan pemaknaan per-subjek terhadap empat dimensi koping adaptif di setiap faktor pemicu. Temuan dikelompokkan berdasarkan dimensi Gibson (2015) dan ditampilkan secara sistematis berikut ini, disertai analisis mendalam yang mengintegrasikan perspektif teoritis pekerjaan sosial dan psikologi perkembangan.

Eksplorasi Fenomena Maladaptif Secara Holistik

Eksplorasi fenomena maladaptif dilakukan dengan menganalisis empat dimensi koping adaptif secara terintegrasi. Tabel 1 menyajikan profil koping komprehensif seluruh partisipan—siswa maupun profesional—terhadap keempat faktor pemicu secara simultan.

Tabel 1. Profil Koping Adaptif Komprehensif Seluruh Partisipan terhadap Empat Faktor Pemicu

Subjek	Pandangan Hidup	Respons terhadap Masalah	Respons Psikologis	Interaksi Hubungan
Subjek 1	Merasa kaku; aturan sebagai tekanan eksternal — belum mampu menginternalisasi norma asrama	Perilaku avoidance; tidak mengerjakan tugas; menyerah saat pertama menghadapi soal sulit	Homesickness intensif; menangis pasca ujian; perasaan tidak berdaya yang intens	Interaksi minim; sering sendirian di kamar; hubungan dengan wali asuh renggang
Subjek 2	Kaget dengan ritme asrama; belum mampu menyesuaikan diri secara kognitif maupun afektif	Menyalin tugas teman; tidak menunjukkan upaya mandiri; koping eksternalisasi dominan	Kemarahan terhadap aturan baru; rasa malu menghambat inisiasi interaksi sosial	Hanya berinteraksi dengan teman satu daerah; bergabung kelompok berisiko
Subjek 3	Tertekan dan menginternalisasi keluhan tanpa saluran ekspresi yang sehat	Meminta bantuan berlebihan tanpa proses belajar aktif; koping dependensi tinggi	Ketakutan ditolak; penarikan diri signifikan; relasi guru kurang harmonis	Hanya berinteraksi satu daerah; konflik dengan teman sekamar; takut nilai

Subjek	Pandangan Hidup	Respons terhadap Masalah	Respons Psikologis	Interaksi Hubungan
Subjek 4	Butuh penyesuaian; mulai berusaha adaptif secara bertahap (tahap transisional)	Berusaha mengerjakan tugas meski hasilnya belum sempurna; persistensi awal mulai terbentuk	Rasa inferior dibanding teman yang rajin dan pintar; ketidakstabilan emosi saat otonomi terbatas	Memperluas lingkaran pertemanan secara bertahap; aktif dalam kelompok belajar meski nilai rendah
Subjek 5	Memandang asrama sebagai kesempatan belajar mandiri; resiliensi dan orientasi positif tinggi	Aktif mencari bantuan guru dan tutor; problem-focused coping yang konstruktif	Kepercayaan diri baik lintas latar belakang; relatif stabil secara emosional; dapat menjadi peer mentor	Aktif dan mudah bergaul; menjaga relasi baik dengan guru dan teman; hubungan belajar positif
Subjek 6	Berusaha menerima perbedaan; resiliensi tumbuh namun memilih strategi avoidance akademis	Memilih mata pelajaran paling mudah sebagai strategi bertahan; koping partial-selektif	Ambivalen: ingin berteman namun takut ditolak; sering homesick; perlu dukungan motivasi	Interaksi terbatas namun harmonis; ikut kelompok melanggar aturan minor; pasif dalam interaksi akademik
Subjek 7 (Wali Asuh)	Pendampingan intensif di masa transisi awal; kebijakan sensitif terhadap kondisi rentan	Motivasi & penguatan positif selama proses belajar; modeling perilaku adaptif	Membangun kepercayaan diri melalui pencapaian kecil (mastery experience)	Dorong siswa membangun koneksi sosial sehat; jadwalkan kegiatan lintas kamar rutin
Subjek 8 (Guru BK)	Orientasi asrama terstruktur sangat penting bagi siswa dari keluarga rentan	Pembelajaran diferensiasi sesuai kebutuhan dan kemampuan awal siswa	Pelatihan keterampilan sosial dalam sesi konseling individu dan kelompok	Kelompok belajar sebagai media relasi; konseling kelompok berbasis isu sebaya

Subjek	Pandangan Hidup	Respons terhadap Masalah	Respons Psikologis	Interaksi Hubungan
Subjek 9 (Psikolog)	Kebijakan institusi harus sensitif terhadap kondisi siswa miskin ekstrem	Jadwal bimbingan belajar terstruktur; asesmen diagnostik awal yang komprehensif	Budaya sekolah inklusif & anti-bullying; mindfulness dan relaksasi terintegrasi	Kegiatan lintas kamar dan angkatan rutin; sistem buddy antara senior dan junior

Sumber: Hasil Penelitian (2026)

Tabel 1 memperlihatkan pola kontinum adaptasi, dari coping maladaptif seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1–3, hingga coping adaptif seperti yang terungkap dalam hasil penelitian Subjek 5. Korelasi dengan latar belakang pengalaman awal siswa sebelum memasuki asrama seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1–3 menunjukkan disrupsi yang lebih intens, sejalan dengan temuan Pfeiffer et al. (2016) bahwa transisi ke sekolah berasrama membutuhkan adaptasi multidimensi secara simultan.

Pola unik tampak pada Subjek 4 yang berada di posisi transisional—sudah mulai berusaha adaptif secara akademis namun masih menunjukkan ambivalensi psikologis. Sementara itu, Subjek 6 menampilkan pola yang paling kompleks: mampu beradaptasi dalam dimensi pandangan hidup, namun menggunakan strategi *avoidance* selektif secara akademis, serta mengalami ambivalensi relasional yang menghambat perluasan jaringan sosialnya. Profil informan profesional (Subjek 7–9) menunjukkan konsistensi pendekatan yang saling melengkapi antara dimensi psikologis (Psikolog), akademis (Guru BK), dan sosial-emosional (Wali Asuh).

a. Dimensi Pandangan Hidup

Dimensi pandangan hidup mengungkapkan cara informan memaknai berbagai tantangan di lingkungan berasrama. Pada aspek perbedaan pola kehidupan, seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1–4, mengekspresikan perasaan kaku, kaget, dan tertekan akibat perbedaan aturan asrama dibandingkan kehidupan di rumah. Subjek 5 dan 6 menunjukkan pandangan yang lebih adaptif, memandang asrama sebagai kesempatan belajar

mandiri, meskipun Subjek 6 tetap memilih strategi *avoidance* akademis sebagai mekanisme perlindungan harga diri.

b. Dimensi Respon terhadap Masalah

Dimensi ini menggambarkan strategi yang digunakan informan dalam menghadapi tantangan adaptasi. Terdapat dua pola respon utama yang terbentuk: koping eksternalisasi seperti yang terungkap dalam hasil penelitian Subjek 1–3 dan koping internalisasi seperti yang terungkap dalam hasil penelitian Subjek 3 dan 6. Koping eksternalisasi ditandai dengan mengeluh, melanggar aturan kecil sebagai perlawanan, dan bersikap pasif menunggu instruksi. Koping internalisasi muncul sebagai penarikan diri dan penundaan tanggung jawab. Subjek 5 menampilkan koping adaptif yang paling konstruktif melalui komunikasi aktif dengan wali asuh.

Tabel 2. Pola Koping Siswa terhadap Tekanan Akademik

Subjek	Respons terhadap Tekanan Akademik	Pola Koping
Subjek 1	Menyerah dan tidak mengerjakan tugas; perilaku <i>avoidance</i> sangat kuat; tidak mampu memulai tanpa dorongan eksternal	Koping Maladaptif – <i>Avoidance</i>
Subjek 2	Menyalin tugas teman; tidak menunjukkan upaya mandiri; mengandalkan orang lain sepenuhnya	Koping Maladaptif – Eksternalisasi
Subjek 3	Meminta bantuan teman secara berlebihan tanpa proses belajar aktif; dependensi tinggi tanpa inisiatif	Koping Maladaptif – Dependensi
Subjek 4	Berusaha mengerjakan tugas meski hasilnya belum sempurna; mulai menunjukkan persistensi awal	Koping Transisional – Persistensi Awal
Subjek 5	Aktif mencari bantuan guru dan tutor; mengidentifikasi sumber bantuan; mengambil tindakan konkret	Koping Adaptif – Problem-Focused
Subjek 6	Memilih mata pelajaran paling mudah sebagai strategi bertahan; menghindari mata pelajaran sulit	Koping Partial – Selektif

Sumber: Hasil Penelitian (2026)

Tabel 2 menunjukkan spektrum perilaku dari avoidance total seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1, hingga problem-focused coping yang konstruktif pada Subjek 5. Hal ini konsisten dengan kerangka Lazarus dan Folkman (1984) yang membedakan antara emotion-focused coping dan problem-focused coping. Siswa dengan koping terfokus pada emosi pada Subjek 1–3 dan 6 cenderung melakukan penghindaran, penarikan diri, atau pelampiasan emosi tanpa penyelesaian masalah. Sebaliknya, Subjek 5 secara aktif mengidentifikasi sumber bantuan dan mengambil tindakan konkret. Profil koping partial seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 6 menunjukkan potensi yang belum teraktualisasi—kemampuan adaptasi sosial yang baik belum disertai kemampuan adaptasi akademis yang setara.

c. Dimensi Respon Psikologis

Dimensi respon psikologis mengungkapkan kondisi afektif yang dialami informan. Gejala yang paling dominan adalah: *homesickness* intensif seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1 dan 6, kemarahan terhadap aturan baru pada Subjek 2 dan 3, rasa tidak berdaya dalam menyesuaikan jadwal padat pada Subjek 4, perasaan tidak diterima dan kesepian pada Subjek 1, - 3, rasa inferior dibanding teman yang lebih rajin dan pintar pada Subjek 4, serta stres berat hingga menangis setelah ujian pada Subjek 1 dan perasaan putus asa terhadap kemampuan akademik pada Subjek 2 dan 3. Subjek 5 relatif stabil dan mampu memberikan motivasi kepada teman sebayanya.

Tabel 3. Respons Psikologis Subjek terhadap Hambatan Sosialisasi dan Implikasi Klinisnya

Subjek	Respons Psikologis terhadap Hambatan Sosialisasi	Implikasi Klinis & Intervensi
Subjek 1	Merasa kesepian dan tidak diterima; rasa penolakan intens; menangis setelah ujian; stres berat	Risiko depresi; indikasi gangguan suasana hati; perlu intervensi segera dan assessment klinis
Subjek 2	Rasa malu menghambat inisiasi interaksi sosial; mudah marah terhadap aturan; impulsif	Sosial-ansietas; perlu pelatihan keterampilan sosial (Social Skills Training)

Subjek	Respons Psikologis terhadap Hambatan Sosialisasi	Implikasi Klinis & Intervensi
Subjek 3	Ketakutan ditolak menyebabkan penarikan diri signifikan; perasaan putus asa secara akademis	Kecemasan sosial; pendekatan eksposur bertahap; cognitive restructuring diperlukan
Subjek 4	Merasa inferior dibandingkan teman yang rajin; ketidakstabilan emosi saat kebutuhan otonomi tak terpenuhi	Rendah diri; perlu penguatan self-efficacy dan pengalaman keberhasilan yang terencana
Subjek 5	Kepercayaan diri cukup baik; stabil secara emosional; mampu memberikan motivasi kepada teman sebaya	Relatif stabil; dapat dijadikan peer mentor; model positif bagi subjek lain
Subjek 6	Ambivalen: ingin berteman namun takut ditolak; sering homesick; perlu motivasi dan dukungan regulasi emosi	Ambivalensi relasional; konseling individual dengan pendekatan penerimaan (ACT)

Sumber: Hasil Penelitian (2026)

Tabel 3 mengungkapkan bahwa setiap subjek membutuhkan pendekatan intervensi yang berbeda berdasarkan profil psikologisnya. Subjek 1 memerlukan intervensi segera dengan prioritas pencegahan depresi. Subjek 2 dan 3 membutuhkan *Social Skills Training* (SST) yang terstruktur untuk mengatasi ansietas sosial. Subjek 4 memerlukan penguatan *self-efficacy* melalui *mastery experience* yang terencana. Subjek 5 perlu diberikan pengautan untuk konsistensi respon dan perilaku yang sudah baik melalui konseling individual dengan Teknik Penguatan Positif. Subjek 6 membutuhkan konseling individual berbasis *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) untuk mengatasi ambivalensi relasional. Diversitas profil klinis ini menegaskan pentingnya asesmen individual yang komprehensif sebelum merancang intervensi.

Pada dinamika perkembangan remaja, seluruh siswa mengalami konflik antara kebutuhan otonomi dan keterbatasan yang diimposisikan aturan asrama. Temuan ini sejalan dengan teori Erikson (1968) bahwa tahap *Identity vs. Role Confusion* pada remaja menciptakan kebutuhan otonomi yang, bila tidak dikelola, menimbulkan resistensi dan konflik dengan otoritas.

d. Dimensi Interaksi Hubungan

Dimensi interaksi hubungan menunjukkan bagaimana kualitas relasi sosial memengaruhi dan dipengaruhi oleh perilaku maladaptif. Pola relasi yang ditemukan bervariasi dari dependensi berlebih pada satu teman seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 2, isolasi dan interaksi minim pada Subjek 1 dan 3, hingga kemampuan membangun relasi positif secara bertahap pada Subjek 4 dan 6 dan relasi proaktif yang positif pada Subjek 5.

Tabel 4. Pola Interaksi Hubungan Subjek di Berbagai Konteks Kehidupan Berasrama

Subjek	Pola Kehidupan	Hambatan Sosialisasi	Perkembangan Remaja	Tekanan Akademik
Subjek 1	Hubungan renggang di awal; bergantung pada wali asuh namun sering resistif	Interaksi minim; sering sendirian; menghindari kelompok baru yang tidak dikenal	Hubungan dengan wali asuh tegang; resistif terhadap otoritas; otonomi terasa terancam	Menghindari diskusi belajar kelompok; rasa malu dan inferioritas menghambat partisipasi
Subjek 2	Bergantung pada satu teman satu daerah; hubungan eksklusif dan terbatas	Hanya berinteraksi dengan sesama satu daerah; segregasi informal berbasis asal daerah	Bergabung dengan kelompok berisiko; ketidakstabilan emosi saat kebutuhan otonomi tidak terpenuhi	Membandingkan diri secara negatif dengan teman berprestasi; memperparah kecemasan akademis
Subjek 3	Konflik dengan teman sekamar; relasi guru BK awal kurang harmonis	Hanya berinteraksi dengan sesama satu daerah; pola segregasi sama dengan Subjek 2	Relasi guru kaku; takut nilai; kecemasan evaluasi tinggi; performans akademis menurun	Hubungan belajar kaku karena takut dinilai; menghindari bertanya kepada guru
Subjek 4	Menjalin hubungan baru secara bertahap; prioritas hubungan sebaya di atas hubungan orang dewasa	Memperluas lingkaran pertemanan secara bertahap; tidak terbatas pada satu kelompok daerah	Prioritaskan hubungan sebaya; ketidakstabilan emosi saat kebutuhan otonomi tidak terpenuhi	Aktif dalam kelompok belajar meski nilai masih rendah; menunjukkan motivasi untuk berkembang
Subjek 5	Cepat membangun relasi positif; hubungan suportif	Aktif bergaul dengan siapa saja lintas daerah; membangun	Menjaga relasi baik dengan guru dan teman; menjadi figur	Hubungan belajar positif; aktif berdiskusi; menjadi tutor informal bagi

Subjek	Pola Kehidupan	Hambatan Sosialisasi	Perkembangan Remaja	Tekanan Akademik
	dengan wali asuh dan guru	modal sosial lintas kelompok	positif bagi teman sebaya	teman yang kesulitan
Subjek 6	Hubungan baik dengan sesama siswa; sering homesick; rindu keluarga mengganggu konsentrasi	Interaksi terbatas namun harmonis; tidak aktif memperluas lingkaran sosial	Ikut kelompok yang melanggar aturan minor; ambivalen antara ingin diterima dan takut ditolak	Pasif dalam interaksi akademik; menghindari pelajaran sulit; memilih zona aman secara akademis

Sumber: Hasil Penelitian (2026)

Tabel 4 mengkonfirmasi bahwa segregasi sosial berbasis daerah asal seperti yang terungkap dalam hasil penelitian menjadi pola yang konsisten pada Subjek 2 dan 3, menghambat pembentukan modal sosial lintas kelompok yang kritis bagi perkembangan sosial remaja. Tiga siswa pada subjek 1 - 3 cenderung menghindari diskusi belajar bersama akibat rasa malu dan perbandingan diri negatif dengan teman berprestasi, yang memperparah kondisi psikologis mereka secara berulang. Pola ini mengkonfirmasi bahwa kualitas relasi sosial berfungsi sebagai moderator antara tekanan akademik dan respons maladaptif, sebagaimana dikemukakan dalam perspektif ekosistem pekerjaan sosial (Germain & Gitterman, 1980, dalam Dybicz, 2015).

3.2 Pembahasan: Perilaku Maladaptif sebagai Respons Adaptasi Multidimensi

Temuan penelitian ini mengkonfirmasi bahwa perilaku maladaptif siswa Sekolah Rakyat merupakan fenomena multifaktorial yang tidak dapat direduksi pada satu penyebab tunggal. Setiap subjek menampilkan profil maladaptif yang unik, yang merupakan perpaduan antara karakteristik personal, latar belakang keluarga, dan tekanan lingkungan baru. Hal ini sejalan dengan perspektif ekosistem dalam pekerjaan sosial yang memandang perilaku individu sebagai produk interaksi antara person dan environment (Germain & Gitterman, 1980, dalam Dybicz, 2015).

Perbedaan antara koping internalisasi dan eksternalisasi yang ditemukan dalam penelitian ini konsisten dengan temuan literatur psikopatologi perkembangan (Achenbach & Edelbrock 1978, dalam Baktiar et. all, 2024), yang

membedakan antara masalah internalisasi (ansietas, depresi, penarikan diri) dan eksternalisasi (agresi, pelanggaran aturan, impulsivitas). Siswa dengan koping internalisasi seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 1, 3 dan 6 cenderung memendam emosi, mudah merasa bersalah, dan mengalami tekanan psikologis signifikan tanpa mengekspresikannya secara terbuka. Sebaliknya, siswa dengan koping eksternalisasi pada Subjek 2 dan 4 menampilkan perilaku impulsif, menyalahkan lingkungan, dan sulit mematuhi peraturan asrama.

Faktor perbedaan pola kehidupan antara keluarga dan asrama menjadi pemicu utama perilaku maladaptif. Siswa yang terbiasa dengan pola asuh permisif atau tanpa struktur yang jelas di keluarga mengalami *culture shock* yang lebih intens ketika berhadapan dengan sistem asrama yang ketat dan terstruktur. Temuan ini konsisten dengan penelitian Pfeiffer et. Al. (2016) yang menyatakan bahwa transisi ke pendidikan berasrama membutuhkan adaptasi multidimensi yang melibatkan aspek sosial, emosional, dan akademik secara simultan.

Dari perspektif pekerjaan sosial, temuan ini menegaskan relevansi pendekatan person-in-environment yang menekankan pentingnya memahami individu dalam konteks sistem sosialnya (Karls & Wandrei, 1994, dalam Rogge & Cox, 2001). Perilaku maladaptif bukan sekadar masalah individual, melainkan merupakan sinyal disfungsi pada interface antara individu dan lingkungan barunya. Intervensi yang efektif karenanya harus bersifat ekologis dan menyasar tidak hanya individu tetapi juga lingkungan asrama secara keseluruhan.

Hambatan Sosialisasi dan Dinamika Perkembangan Remaja

Hambatan sosialisasi muncul secara konsisten pada siswa yang berasal dari keluarga dengan latar belakang kurang harmonis dan pengalaman interaksi sosial yang terbatas. Perbedaan budaya daerah menjadi faktor pembeda yang signifikan, mengingat siswa Sekolah Rakyat berasal dari berbagai latar geografis dan budaya. Segregasi informal berdasarkan asal daerah seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 3 dan 6 menghambat pembentukan modal sosial lintas kelompok yang sesungguhnya kritis bagi perkembangan sosial remaja (Putnam, 2000; Woolcock & Narayan, 2000).

Dinamika perkembangan remaja turut memperparah situasi, khususnya terkait pencarian identitas sebagaimana digambarkan Erikson (1968) dalam tahap

Identity vs. Role Confusion. Seluruh siswa mengalami ketegangan antara kebutuhan otonomi sebagai ekspresi identitas remaja dan keterbatasan yang diimposisikan oleh aturan asrama yang ketat. Ketegangan ini, bila tidak dikelola dengan baik, mendorong perilaku resistif dan pemberontakan terhadap otoritas seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 2 dan 4, sejalan dengan konsep normative *adolescent rebellion* yang diperkuat oleh setting institusional yang rigid (Arnett, 1999).

Temuan ini memberikan implikasi penting bagi desain program Sekolah Rakyat: dibutuhkan program integrasi budaya yang terstruktur, orientasi yang sensitif terhadap keragaman latar belakang, aktivitas kolaboratif lintas daerah, serta fasilitasi dialog budaya sebagai strategi pencegahan hambatan sosialisasi yang efektif.

Tekanan Akademik dan Siklus Maladaptif

Tekanan akademik seperti yang terungkap dalam hasil penelitian, dialami oleh empat dari enam partisipan pada Subjek 1–4 yang mengalami kesulitan signifikan mengikuti materi pelajaran akibat *prior knowledge gap*. Fenomena ini sangat relevan mengingat sebagian besar siswa Sekolah Rakyat berasal dari keluarga miskin ekstrem yang pernah putus sekolah atau tidak pernah bersekolah, sehingga memiliki dasar akademik jauh di bawah rata-rata. Tekanan akademik menciptakan siklus negatif: kecemasan → penghindaran → ketertinggalan lebih lanjut → semakin meningkatnya kecemasan (Covington, 1992, dalam Martin, 2006).

Secara teoritis, siklus negatif ini dapat dijelaskan melalui kerangka *academic self-handicapping* (Jones & Berglas, 1978, dalam Boruchovitch et al., 2022), di mana siswa secara tidak sadar menghindari upaya belajar agar kegagalan dapat diatribusikan pada faktor eksternal (kurangnya usaha) daripada faktor internal (ketidakmampuan). Dengan demikian harga diri terlindungi dalam jangka pendek, namun prestasi akademik terus menurun. Intervensi yang efektif harus memutus siklus ini melalui penciptaan *mastery experience* yang terencana, sebagaimana dikemukakan dalam teori *self-efficacy* (Bandura, 1997, dalam Rustika, 2012).

Intervensi Pekerjaan Sosial: Implementasi dan Efektivitas

Pemaknaan empat informan profesional seperti yang terungkap dalam hasil penelitian pada Subjek 7--10 terhadap komponen intervensi menunjukkan konsistensi pendekatan yang saling melengkapi. Tabel 5 merangkum implementasi teknis dan hasil yang diamati dari masing-masing komponen intervensi secara lebih rinci dibandingkan dokumen awal, mencakup teknik spesifik yang digunakan dan perubahan perilaku yang terukur pada masing-masing subjek 1-6.

Tabel 5. Implementasi Teknis dan Efektivitas Intervensi Pekerjaan Sosial

Komponen Intervensi	Implementasi Teknis	Hasil yang Diamati
Penciptaan Lingkungan Aman & Suportif	Orientasi asrama terstruktur (4 minggu); kebijakan anti-bullying; sistem buddy senior-junior; ruang konseling aksesibel; jam bebas bercerita tanpa penilaian; pendampingan intensif masa transisi	Penurunan signifikan konflik antar siswa; peningkatan rasa aman psikologis; berkurangnya perilaku menarik diri; Subjek 1, 3, 6 menunjukkan keterbukaan bertahap dalam sesi konseling
Penguatan Regulasi Emosi & Empati	Sesi konseling CBT ringan (cognitive restructuring); mindfulness dan teknik pernapasan; role-play empati; konseling ekspresif (seni, narasi); teknik relaksasi progresif sebelum ujian	Penurunan intensitas kemarahan (Subjek 2, 3) dan kecemasan ujian (Subjek 1); peningkatan ekspresi emosi yang sehat; Subjek 6 mulai mengenali ambivalensi relasional dan mencari solusi
Pembentukan Karakter	Mentoring terstruktur dengan profesional; role modeling melalui Subjek 5 sebagai peer mentor; tanggung jawab sosial terstruktur; pendidikan karakter terintegrasi; pendekatan restoratif untuk pelanggaran aturan	Peningkatan kepatuhan aturan (Subjek 2, 4); pengembangan identitas positif; rasa tanggung jawab sosial meningkat; Subjek 4 menunjukkan perkembangan paling signifikan dalam aspek karakter
Bimbingan Belajar Terstruktur di Luar Jam Sekolah	Belajar kelompok terjadwal harian; tutor sebaya (Subjek 5 sebagai peer tutor); pembelajaran diferensiasi sesuai kebutuhan dan prior knowledge; evaluasi hasil	Penurunan kecemasan akademik pada Subjek 1, 2, 3; peningkatan partisipasi aktif dalam proses belajar; Subjek 4 menunjukkan peningkatan nilai bertahap; siklus kecemasan-penghindaran mulai terputus

Komponen Intervensi	Implementasi Teknis	Hasil yang Diamati
	belajar pasca-ujian; remediasi individual berbasis diagnostik	

Sumber: Hasil Penelitian (2026)

Penciptaan lingkungan yang aman dan suportif merupakan prasyarat fundamental bagi keberhasilan intervensi lainnya. Lingkungan yang aman memberikan kondisi psikologis yang diperlukan agar siswa dapat terlibat dalam proses perubahan perilaku. Penguatan regulasi emosi dan empati melalui teknik *Cognitive-Behavioral Therapy* (CBT) ringan, *mindfulness*, dan *role-play* empati menunjukkan efektivitas dalam menurunkan intensitas gejala maladaptif, terutama kecemasan dan kemarahan. Penelitian meta-analisis Durlak et al. (2011, dalam Dinata, 2024) mengkonfirmasi bahwa program *Social-Emotional Learning* (SEL) yang terintegrasi dalam konteks pendidikan secara signifikan meningkatkan regulasi emosi dan kompetensi sosial remaja.

Pembentukan karakter melalui mentoring, role modeling (memanfaatkan Subjek 5 sebagai peer mentor), dan pendekatan restoratif berkontribusi pada pengembangan identitas positif dan peningkatan rasa tanggung jawab sosial. Bimbingan belajar terstruktur melalui tutor sebaya dan pembelajaran diferensiasi terbukti efektif memutus siklus kecemasan akademik dengan menyediakan *mastery experience* yang dapat meningkatkan *self-efficacy* akademik (Bandura, 1997, dalam Rustika, 2012).

Secara keseluruhan, kombinasi keempat intervensi menunjukkan bahwa pendekatan pekerjaan sosial yang holistik, berbasis kekuatan (*strengths-based*), dan berorientasi pada keberfungsian sosial terbukti relevan dan efektif dalam konteks pendidikan berasrama bagi kelompok rentan. Temuan ini memperkuat argumentasi bahwa kehadiran Pekerja Sosial di sekolah bukan sekadar pendamping administratif, melainkan komponen profesional yang esensial dalam ekosistem pendidikan inklusi.

Temuan ini memberikan implikasi praktis bagi desain program Sekolah Rakyat ke depan: (1) diperlukan standar kompetensi Pekerja Sosial sekolah yang mencakup asesmen perilaku maladaptif, intervensi berbasis trauma, dan fasilitasi

lingkungan berasrama yang terapeutik; (2) protokol intervensi terpadu yang melibatkan kolaborasi antara Pekerja Sosial, Psikolog, Guru BK, dan Wali Asuh perlu dikodifikasi sebagai standar pelayanan; dan (3) program orientasi asrama berdurasi minimal empat minggu dengan pendampingan intensif perlu dirancang khusus untuk siswa dari keluarga miskin ekstrem.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa perilaku maladaptif siswa Sekolah Rakyat merupakan fenomena multifaktorial yang bersumber dari empat faktor yang saling berinteraksi: perbedaan pola kehidupan keluarga dan asrama, hambatan sosialisasi lintas budaya, dinamika perkembangan remaja, dan tekanan psikologis akibat kesulitan akademik. Analisis berbasis empat dimensi koping adaptif Gibson (2015), mengungkapkan bahwa siswa menampilkan variasi pola koping dari internalisasi hingga eksternalisasi, dari koping maladaptif hingga koping adaptif, dengan masing-masing membutuhkan pendekatan intervensi yang berbeda dan tersegmentasi secara individual.

Intervensi pekerjaan sosial yang komprehensif—meliputi penciptaan lingkungan suportif, penguatan regulasi emosi dan empati, pembentukan karakter, serta bimbingan belajar terstruktur—terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan adaptasi dan keberfungsian sosial siswa secara bertahap. Efektivitas intervensi diperkuat oleh kolaborasi multiprofesional antara Pekerja Sosial, Psikolog, Guru BK, dan Wali Asuh yang bekerja dalam satu kerangka kerja terpadu.

Penelitian selanjutnya direkomendasikan menggunakan sampel yang lebih besar, desain longitudinal, dan pengukuran kuantitatif untuk memperkuat generalisasi temuan. Pengembangan instrumen asesmen koping adaptif yang terstandarisasi untuk konteks pendidikan berasrama di Indonesia juga sangat diperlukan sebagai kontribusi metodologis bagi praktik dan riset pekerjaan sosial.

Daftar Pustaka

- Arnett, J. J. (1999). Adolescent storm and stress, reconsidered. *American Psychologist*, 54(5), 317–326. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.5.317>
- Bakhtiar. Syakarofath. N. A. Karmiyati. D. Widyasari. D. C. 2023. Peran Adverse Childhood Experienceterhadap Internalizing Problem dan Externalizing Problem pada Remaja. *Gadjah Mada Journal of Psychology(GamaJoP)*. Volume 9, Number 2. hal 277-292. Peran Adverse Childhood Experience terhadap Internalizing Problem dan

- Externalizing Problem pada Remaja | Bakhtiar | Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)
- Boruchovitch, E., Rufini, S. E., Ganda, D. R., & Miranda, L. C. (2022). Self-handicapping strategies in educational context: Construction and validation of the Brazilian Self-Handicapping Strategies Scale (EEAPREJ). National Library of Medicine. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8975976/>
- Dinata, A. (2024). Meta-analisis mengenai pembelajaran berdiferensiasi yang meningkatkan hasil belajar siswa. *Jurnal Pustaka Cendekia Hukum dan Ilmu Sosial*, 1(2), 175–182. <https://tinyurl.com/6ercvrd8>
- Diwanti, Yusrinda. S dan Abidin. Zainal. 2021. Psychological Well-being Guru Pendidikan Luar Biasa di SLB X Bandung Barat. *Psyche: Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Lampung Vol. 3 No.1, Februari 2021*. Psychological Well Being Guru Pendidikan Luar Biasa di SLB X Bandung Barat - Neliti
- Dybicz, P. (2015). From person-in-environment to strengths: The promise of postmodern practice. *Journal of Social Work Education*, 51, 237–249. <https://tinyurl.com/mpnrtzu4>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton & Company. <https://id.scribd.com/document/358374173/Erik-Erikson-Identity-Youth-and-Crisis-PDF>
- Gibson, L. C. 2015. *Adult Children of Emotionally Immature Parents. How To Heal From Distant, Rejecting, or Self-Involved Parents*. Oakland. New Harbinger Publications. Inc.
- Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 189/HUK/2025 tentang Pedoman Penerimaan Peserta Didik Baru Sekolah Rakyat. (2025). Kementerian Sosial RI.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer. <https://id.scribd.com/document/358374173/Erik-Erikson-Identity-Youth-and-Crisis-PDF>
- Martin, A. J. (2006). Academic buoyancy: Towards an understanding of students' everyday academic resilience. Faculty of Education and Social Work, University of Sydney. <https://tinyurl.com/3emyf794>
- Pfeiffer, J. P., Piquart, M., & Krick, K. (2016). Social relationships, prosocial behaviour, and perceived social support in students from boarding schools and day schools. *Canadian Journal of School Psychology*, 31(3), 228–241. <https://doi.org/10.1177/0829573516630303>

- Presiden Republik Indonesia. (2025). Instruksi Presiden Nomor 8 Tahun 2025 tentang Optimalisasi Pelaksanaan Pengentasan Kemiskinan dan Penghapusan Kemiskinan Ekstrem. Sekretariat Negara RI.
- Putnam, R. D. (2000). Bowling alone: The collapse and revival of American community. Simon & Schuster. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=rdzibodep7UC&oi=fnd&pg=PA13&dq=Bowling+Alone:+The+Collapse+and+Revival+of+American+Community&ots=G7Kdq-lmT-&sig=Jne_VFWOMT-9TD-XaudbiBli3QY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false
- Randi, P. O. (2021). Penyesuaian diri siswa sekolah berasrama: Studi deskriptif komparatif terhadap siswa SMAN 1 Sumatera Barat. *Indonesian Counseling and Psychology*, 1(2), 26–38. <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/ergasia/article/download/25761/16000>
- Rogge, M. E., & Cox, M. E. (2001). The person-in-environment perspective in social work journals: A computer-assisted content analysis. *Journal of Social Service Research*, 28(2). <https://tinyurl.com/2ue96jve>
- Rustika, I. M. (2012). Efikasi diri: Tinjauan teori Albert Bandura. *Buletin Psikologi*, 20(1–2), 18–25. <https://journal.ugm.ac.id/buletinpsikologi/article/view/11945/8799>
- Shabrina, P. A., & Savira, S. I. (2022). Gambaran keberfungsian sosial pada mahasiswa yang mengalami Zoom fatigue. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(2), 1–12. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/45976>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2019 tentang Pekerja Sosial. Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6397.
- Woolcock, M., & Narayan, D. (2000). Social capital: Implications for development theory, research, and policy. *World Bank Research Observer*, 15(2), 225–249. <https://tinyurl.com/28byyazh>