

**STRATEGI SISWA MENGATASI KENDALA PSIKOLOGIS
DAN AKADEMIS PADA MASA PERALIHAN SMP KE
MADRASAH ALIYAH**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Prodi Bimbingan dan Konseling



Oleh :

YANUARISTANTI RUSFATUS ANINGTYAS

NPM : 22.14.01.0003

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

2026

Skripsi Oleh :

YANUARISTANTI RUSFATUS ANINGTYAS

NPM: 22.14.01.0003

Judul:

**STRATEGI SISWA MENGATASI KENDALA PSIKOLOGIS
DAN AKADEMIS PADA MASA PERALIHAN SMP KE
MADRASAH ALIYAH**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada

Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi Bimbingan dan Konseling
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 30 Juni 2026

Pembimbing I



Dr. Sri Panca Setyawati, M.Pd.

NIDN. 0716046202

Pembimbing II



Dr. Risaniatin Ningsih, S.Pd., M.Psi.

NIDN. 0720018601

Skripsi Oleh :

YANUARISTANTI RUSFATUS ANINGTYAS

NPM : 22.14.01.0003

Judul :

**STRATEGI SISWA MENGATASI KENDALA PSIKOLOGIS DAN
AKADEMIS PADA MASA PERALIHAN SMP KE MADRASAH ALIYAH**

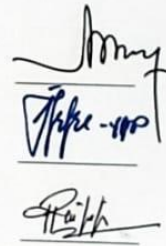
Telah dipertahankan di depan panitia Ujian/Sidang Skripsi
Prodi Bimbingan dan Konseling FKIP UN PGRI KEDIRI

Pada Tanggal : 22 - Juli - 2024

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji :

1. Ketua : Dr. Sri Panca Setyawati, M.Pd,
2. Penguji I : Dr. Ikke Yuliani Dhian P., M.Pd.
3. Penguji II : Dr. Risaniatin Ningsih, S.Pd, M.Psi



Mengetahui,

Dekan FKIP



Dr. Agus Widodo, M.Pd.
NIDN. 0024086901

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Yanuaristanti Rusfatus Aningtyas

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/ Tanggal Lahir : Sidoarjo, 15 Januari 2004

NPM : 22.14.01.0003

Fakultas/Program Studi : FKIP/ S1 Bimbingan dan Konseling

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara sengaja dan tertulis dalam naskah ini dan di sebutkan dalam daftar Pustaka.

Kediri, 30 Juni 2026

Yang menyatakan,



YANUARISTANTI RUSFATUS A.

NPM : 22.14.01.0003

LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Setetes keringat orang tuaku yang keluar, ada seribu langkahku untuk maju”

(Penulis)

“Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.”

(Qs. Al-Insyirah : 5-6)

“Masih banyak makanan yang harus dicoba, serial yang harus ditamatkan, dan tempat indah yang harus dikunjungi. Mungkin bagi kita hidup menyakitkan, tapi bagi orang-orang disekeliling kita akan lebih menyakitkan kalau kita nggak hidup. Seberat apapun keadaan, jangan menyerah ya.”

(Fiersa Besari)

“Life can be heavy, especially if you try to carry it all at once. Part of growing up and moving into new chapters of your life is about catch and release”

(Taylor Swift)

PERSEMBAHAN

“Tiada lembar paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan. Skripsi ini penulis persembahkan sebagai tanda bukti penulis kepada Tuhan YME, Keluarga tercinta terutama Ayah dan Ibu, Saudara, Sahabat dan Teman-teman yang selalu membantu, memberikan support untuk penyelesaian skripsi ini”

PRAKATA

Puji Syukur Kami panjatkan kehadirat Allah Tuhan Yang Maha Kuasa, karena hanya atas perkenan-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Penyusunan skripsi dengan Judul “Strategi Siswa Mengatasi Kendala Psikologis dan Akademis pada Masa Peralihan SMP ke Madrasah” merupakan bagian dari rencana penelitian guna penyusunan skripsi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Bimbingan dan Konseling. Pada kesempatan ini diucapkan terimakasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada :

1. Dr. Zainal Afandi, M.Pd. selaku Rektor Universitas Nusantara PGRI Kediri
2. Dr. Agus Widodo, M. Pd. Selaku Dekan FKIP Universitas Nusantara PGRI Kediri
3. Dr. Vivi Ratnawati, S. Pd., M.Psi selaku Kaprodi BK Universitas Nusantara PGRI Kediri
4. Dr. Hj, Sri Panca Setyawati, M.Pd selaku Dosen Pembimbing 1, yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini
5. Dr. Risaniatin Ningsih, S.Pd., M.Psi. selaku Dosen Pembimbing 2, yang telah meluangkan waktu dan tenaga dalam memberikan arahan, bimbingan, dan motivasi selama proses penyusunan skripsi ini
6. Kepada pemilik mutlak seluruh zat dan alam semesta, yang menguasai, mengatur, dan berkuasa atas segala sesuatu. Allah SWT, Sang Maha Pemilik Arah. Terimakasih telah menjadi satu-satunya rumah tempatku pulang saat dunia terasa kabur dan bising. Terimakasih telah menjaga waras dan langkahku, bahkan di saat penulis hampir lupa alasan tetap hidup.
7. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Rubiyanto dan pintu surgaku Ibunda Endang Sriwati. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang di berikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga

penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga ayah dan ibu sehat, panjang umur dan bahagia selalu.

8. Kakak kandung saya Nina Aviva Widyawati serta saudara persepupuan saya Iftitakul Nuryana dan Dea Yaul Auliyah, terimakasih karena selalu memberikan support yang tiada hentinya dan selalu mengingatkan untuk terus bersemangat dalam menjalani hidup juga dalam menyelesaikan tugas yang sedang dijalani.
9. Sahabat Penulis di bangku perkuliahan sedari maba yaitu Seftyhani Wulan, Hervina Fitriani, Sheyla Latifah, dan Hanlog Liana yang telah menemani penulis dalam menyelesaikan pendidikan di jurusan ini, terimakasih atas petualangan yang luar biasa, kenangan canda dan tawa yang sangat menyenangkan dan berkesan bagi penulis.
10. Kepada sahabat penulis yang jumpa semasa Magang Octavi Ayu Widyawati, Naili Rizqy, dan Regina Pingkan. Terima kasih telah hadir di waktu yang tidak pernah penulis duga, kalian menjadi bagian penting dalam perjalanan ini. Terima kasih telah menemani, menguatkan, dan tetap percaya pada penulis, bahkan ketika penulis mulai meragukan diri sendiri. Semoga kebaikan selalu menyertai setiap langkah kalian.
11. Sahabat saya sedari SMA, Ayu Nur Rosidah dan Robichatul Chasanah. Terima kasih telah bertahan dalam setiap cerita dan setiap fase kehidupan penulis. Kalian adalah saksi bagaimana penulis tumbuh, jatuh, bangkit, dan akhirnya sampai di titik ini. Semoga langkah kita selalu dipenuhi kebahagiaan dan persahabatan ini tidak pernah mengenal kata usai
12. Terimakasih atas dukungannya kepada teman-teman Angkatan 2022 Prodi Bimbingan dan Konseling Kelas A, yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.
13. *Last but not least*, terima kasih untuk Yanuaristanti Rusfatus A., diri penulis sendiri atas perjuangan yang mungkin tidak banyak terlihat oleh orang lain, atas mimpi tentang karir besar yang diam-diam kamu perjuangkan meskipun belum menjadi takdirmu untuk berjalan ke arah itu. Namun kamu

membuktikan bahwa kamu mampu mengimbangi segalanya dengan baik dan menyelesaikan perjalanan ini tepat waktu. Setiap lelah, setiap air mata, dan setiap doa yang terucap dalam diam adalah bukti keteguhan hatimu. Kamu telah melakukan yang terbaik. Teruslah melangkah dengan penuh keyakinan, dan jangan pernah meragukan kekuatan yang ada dalam dirimu. Kamu layak bangga, kamu layak bahagia. Dan hari ini, izinkan penulis berkata: *I'm so proud of you*, Yanuaristanti Rusfatus A.

Kediri, 30 Juni 2026

Penulis

RINGKASAN

Yanuaristanti Rusfatus Aningtyas. *Strategi Mengatasi Kendala Psikologis dan Akademis pada Masa Peralihan Siswa SMP ke Madrasah Aliyah di MAN 2 Kota Kediri.* Skripsi. Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2026.

Kata kunci: masa peralihan, kendala psikologis, kendala akademis, strategi adaptasi, siswa MA.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena yang menunjukkan bahwa siswa yang berasal dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) menghadapi berbagai tantangan ketika memasuki jenjang Maadrasah Aliyah (MA). Perubahan lingkungan belajar, meningkatnya tuntutan akademik, serta penyesuaian terhadap budaya madrasah yang lebih religius menyebabkan munculnya berbagai kendala psikologis dan akademis yang memengaruhi proses adaptasi siswa. Oleh karena itu, perlu pemahaman mengenai strategi yang digunakan siswa dalam mengatasi berbagai kendala tersebut agar proses penyesuaian diri dapat berlangsung secara optimal.

Rumusan masalah dalam penelitian ini meliputi: (1) Apa saja kendala psikologis yang dialami siswa kelas 10 saat memasuki jenjang Madrasah Aliyah setelah lulus dari SMP? (2) Apa kendala akademis yang dihadapi siswa dalam proses pembelajaran selama masa transisi SMP ke MA? (3) Bagaimana strategi yang dilakukan oleh siswa dalam menghadapi permasalahan tersebut?

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan jenis penelitian studi kasus. Penelitian dilaksanakan di MAN 2 Kota Kediri dengan subjek penelitian dua siswa kelas X yang berasal dari SMP sebagai informan utama, serta guru BK dan Wali kelas sebagai informan pendukung. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan Kesimpulan, sedangkan keabsahan data diperoleh melalui triangulasi sumber, triangulasi teknik, member check, dan peer debriefing.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa mengalami kendala psikologis berupa rasa cemas, kurang percaya diri, dan kekhawatiran tidak mampu mengikuti pembelajaran, terutama pada mata pelajaran berbasis keagamaan. Kendala akademis yang dialami meliputi kesulitan memahami mata pelajaran seperti Bahasa Arab dan Al-Qur'an Hadis, meningkatnya beban tugas, serta perlunya penyesuaian terhadap sistem pembelajaran di Madrasah Aliyah. Untuk mengatasi kendala tersebut, siswa menerapkan berbagai strategi, antara lain belajar mandiri, mengulang materi, bertanya kepada teman sebaya dan guru, membangun hubungan sosial yang positif, mengikuti kegiatan madrasah, serta meningkatkan motivasi belajar. Selain itu, dukungan guru Bimbingan dan Konseling, wali kelas, keluarga, dan teman sebaya turut berperan dalam membantu proses adaptasi siswa.

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa keberhasilan siswa dalam menghadapi masa peralihan dari SMP ke Madrasah Aliyah dipengaruhi oleh kemampuan adaptasi pribadi yang didukung oleh lingkungan sekolah, keluarga, dan teman sebaya. Strategi yang dilakukan secara mandiri maupun melalui dukungan sosial mampu membantu siswa mengurangi hambatan psikologis dan akademis sehingga proses penyesuaian diri berlangsung lebih efektif.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
PERNYATAAN	ii
LEMBAR MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PRAKATA.....	v
RINGKASAN	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Penelitian	1
B. Fokus Penelitian.....	3
C. Rumusan Masalah.....	3
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	4
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	6
A. Kajian Peneliti Terdahulu	6
B. Definisi Operasional Konsep	9
1. Masa peralihan siswa	9
2. Kendala psikologis dan akademis siswa	10
3. Strategi mengatasi kendala psikologis dan akademis	11
C. Alur Berfikir.....	12
BAB III METODE PENELITIAN	14
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian	14
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	15
C. Data dan Sumber Data	15
D. Prosedur Pengumpulan Data.....	16
E. Pengecekan Keabsahan Data	18
F. Pengecekan Keabsahan Data	18
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	21
A. Deskripsi Data.....	21

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Matriks Reduksi Data	34
Tabel 4.2 Matriks Verifikasi dan Pengecekan Keabsahan Data	43
Tabel 4.3 Matriks Temuan Hasil Penelitian	46

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Hasil Observasi.....	63
Lampiran 2 Pedoman Wawancara	72
Lampiran 3 Verbatim Wawancara Subjek Utama	74
Lampiran 4 Verbatim Wawancara dengan Guru BK.....	78
Lampiran 5 Verbatim Wawancara dengan Wali Kelas.....	81
Lampiran 6 Dokumentasi Penelitian.....	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Saat siswa beralih dari Sekolah Menengah Pertama ke Madrasah Aliyah (MA), mereka dihadapkan pada perubahan lingkungan belajar serta tantangan psikologis dan akademis. Transisi ini membutuhkan kesiapan yang matang dari siswa. Banyak dari mereka mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan tuntutan pembelajaran yang lebih kompleks, peningkatan beban akademik, dan harapan sosial yang lebih tinggi di MA. Hal ini bisa memengaruhi pencapaian akademis dan kesejahteraan emosional siswa. Perubahan-perubahan tersebut menunjukkan bahwa pada Masa ini tidak hanya berdampak pada kondisi psikologis siswa, tetapi juga berpengaruh terhadap kemampuan akademis mereka dalam mengikuti proses pembelajaran di Madrasah Aliyah.

Dari segi psikologis, pada tahap ini siswa sedang mengalami masa remaja. Menurut Santrock (2018), masa ini ditandai dengan pencarian identitas diri, peningkatan kesadaran sosial, dan pergeseran dari ketergantungan menuju kemandirian. Kombinasi antara tekanan akademik dan dinamika emosional remaja seringkali menyebabkan stres, kecemasan, dan bahkan gangguan motivasi belajar. Penelitian yang dilakukan oleh Yuliani dan Sari (2020) menemukan bahwa 65% siswa merasakan kecemasan yang berlebihan ketika memasuki jenjang pendidikan baru, terutama di lingkungan yang memiliki karakteristik dan sistem yang berbeda. Contoh di MA yang memiliki karakteristik keagamaan, selain ada kurikulum umum juga ada tambahan kurikulum yang berbasis keagamaan, contoh : Fiqih, Al-Qur'an Hadist, Aqidah Akhlak, serta Bahasa Arab. Selain itu, terdapat kegiatan tambahan seperti praktik ibadah, dan pembiasaan kegiatan religius harian. Kondisi ini dapat membuat siswa merasakan *burnout* dalam beban belajar siswa, sehingga tidak sedikit siswa yang merasa kewalahan dalam mengatur waktu dan menyesuaikan diri.

Sejalan dengan hal tersebut, dari segi akademis, siswa menghadapi tantangan yang kompleks. Mereka harus menghadapi kurikulum yang lebih padat, meningkatnya tuntutan untuk berpikir kritis, dan standar evaluasi yang semakin tinggi. Siswa yang kesulitan beradaptasi dengan perubahan tersebut cenderung mengalami penurunan kinerja akademik dan kehilangan minat belajar. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Handayani et.al (2021), sekitar 40% siswa mengalami penurunan nilai akademik saat mereka pindah dari SMP ke MA. Hal ini menekankan pentingnya menerapkan strategi yang tepat untuk membantu siswa menghadapi transisi tersebut.

Dalam konteks lembaga pendidikan bercorak keislaman, karakteristik Madrasah Aliyah (MA) membawa tantangan tersendiri bagi siswa yang sebelumnya bersekolah di lingkungan sekolah umum. Adaptasi terhadap budaya keagamaan, tata tertib, dan kurikulum berbasis keislaman menjadi faktor penting yang memengaruhi kenyamanan dan keberhasilan belajar siswa. Kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan perubahan ini dapat meningkatkan tekanan psikologis dan akademis yang sudah ada.

Untuk mengatasi kendala psikologis dan akademis yang dihadapi siswa selama masa transisi ini, diperlukan strategi yang komprehensif dan berkelanjutan. Pendekatan yang diterapkan tidak hanya fokus pada aspek akademis, tetapi juga harus memperhatikan pendekatan psikososial yang membantu siswa dalam mengelola stres, membangun kepercayaan diri, dan meningkatkan motivasi intrinsik mereka. Peran guru, konselor, dan lingkungan sekolah sangat penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan mendukung.

Peran layanan Bimbingan dan Konseling di Madrasah Aliyah sangatlah penting terutama dalam membantu siswa dalam menghadapi masa peralihan. Layanan ini dapat membantu siswa dalam penyesuaian diri secara emosional dan akademis. Namun tidak semua siswa memanfaatkannya dikarenakan terdapat beberapa alasan seperti kurangnya pemahaman tentang fungsi BK, rasa malu, atau anggapan bahwa BK hanyalah untuk siswa yang bermasalah. Penting untuk mengevaluasi hal ini agar strategi siswa dalam mengatasi masalah psikologis dan

akademis dapat disinkronkan dengan peran guru BK. Penelitian ini mungkin cukup relevan untuk pengembangan layanan BK yang lebih responsif dan sesuai dengan kebutuhan siswa saat berada dimasa transisi terkhusus dari SMP ke MA.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui komunikasi awal dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di MAN 2 Kota Kediri, diperoleh Gambaran bahwa pada awal tahun ajaran baru beberapa siswa kelas X mengalami proses beradaptasi khususnya pada siswa dari jenjang SMP ke MA. Proses adaptasi ini menunjukkan munculnya rasa kurang percaya diri, terutama dalam mengikuti kegiatan pembelajaran di lingkungan yang baru. Selain itu, sebagian siswa juga mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan karakteristik pembelajaran MA, terkhusus pada mata pelajaran yang memiliki muatan keagamaan, serta kegiatan religious yang menjadi bagian dari budaya madrasah. Kondisi ini menunjukkan bahwa proses peralihan ke MA tidak selalu mudah bagi beberapa siswa, sehingga memerlukan perhatian dan pendampingan yang lebih optimal dari pihak madrasah.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, penelitian ini difokuskan ingin mengetahui pengalaman siswa kelas X MAN 2 Kota Kediri yang berasal dari SMP pada kendala psikologis (cemas dan rasa kurang percaya diri) dan akademis yang memengaruhi motivasi belajar serta bagaimana strategi yang dilakukan oleh siswa pada saat mengalami kendala tersebut.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apa saja kendala psikologis yang dialami siswa kelas X saat memasuki jenjang Madrasah Aliyah setelah lulus dari SMP?
2. Apa kendala akademis yang dihadapi siswa dalam proses pembelajaran selama masa transisi SMP ke MA?

3. Bagaimana strategi yang dilakukan oleh siswa dalam menghadapi permasalahan kendala psikologis dan akademis tersebut?

D. Tujuan Penelitian

Mengacu pada rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengidentifikasi kendala psikologis yang dialami siswa kelas 10 Madrasah Aliyah selama masa transisi dari SMP, termasuk faktor-faktor seperti stres, kecemasan, dan penurunan motivasi belajar.
2. Menganalisis kendala akademis yang dihadapi siswa dalam proses pembelajaran di MA, termasuk tantangan terkait kurikulum, metode belajar, dan tuntutan akademik yang lebih tinggi.
3. Mendeskripsikan strategi adaptasi yang digunakan siswa untuk mengatasi kendala psikologis dan akademis selama masa transisi tersebut.

E. Manfaat Penelitian

Secara garis besar manfaat penelitian ini dilihat dari dua sisi, yaitu manfaat dari segi teoritis dan manfaat dari segi praktis :

1. Manfaat teoritis

Dalam dunia ilmu pendidikan dan psikologi, penelitian ini memiliki nilai yang sangat penting. Fokusnya adalah pada perubahan yang dialami siswa ketika beralih dari SMP ke MA. Dengan memeriksa tantangan psikologis (seperti stres, kecemasan, atau penurunan motivasi) dan akademis (seperti perbedaan kurikulum atau cara belajar), penelitian ini memberikan wawasan baru tentang fase penting dalam perjalanan pendidikan siswa. Temuannya dapat memperkaya pemahaman kita tentang transisi pendidikan dan ketahanan akademis, serta membuka pintu untuk penelitian lebih lanjut tentang cara-cara adaptasi yang efektif dalam konteks pendidikan Islam.

2. Manfaat praktis

Dalam penelitian ini diberikan kontribusi nyata bagi berbagai pihak yang terlibat dalam proses transisi pendidikan dari SMP ke MA, dengan solusi yang dapat langsung diimplementasikan di lapangan.

- a. Untuk Siswa: Menyediakan strategi konkret untuk menghadapi tantangan psikologis seperti kecemasan dan stres, serta kesulitan akademis selama masa transisi. Temuan penelitian dapat diwujudkan dalam bentuk modul pelatihan manajemen stres, program mentoring, atau panduan adaptasi belajar yang lebih terstruktur.
- b. Untuk Guru BK, Guru, dan Lembaga Pendidikan: Agar menjadi landasan untuk merancang program pendampingan transisi yang lebih terkait, seperti pembangunan orientasi siswa yang lebih diperkuat, perubahan cara membelajarkan, atau pengembangan layanan konseling yang lebih sensitif terhadap kebutuhan siswa di tingkat lanjut.
- c. Bagi penelitian selanjutnya: hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi gambaran serta sebagai bahan acuan bahwasanya kemungkinan ada pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik siswa Madrasah Aliyah dan dapat meneliti masalah yang sama.

DAFTAR RUJUKAN

- Amelia, R., & Fauziah, N. (2020). *Kesiapan Transisi dan Dukungan Sosial pada Siswa Baru. Jurnal Psikologi Remaja*, 11–20.
- Ahmad, F. R. (2025). *ACADEMIC RESILIENCE OF STUDENTS: WHAT IS ITS RELATIONSHIP WITH LEARNING MOTIVATION OF ISLAMIC EDUCATION STUDENTS?* 2025. <https://repository.radenintan.ac.id/41828/>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging adulthood: The winding road from the late teens through the twenties*. Oxford University Press.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H.
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). *Lazarus and Folkman's Psychological Stress and Coping Theory*. <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/9781118993811.ch21>
- Dan, R., Sari, A. R., Si, M., Ed, C., Husnawati, H. Al, Pd, S. I., & Pd, M. (n.d.). *METODE PENELITIAN KUALITATIF* ,.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R&D*.
- Lestari, F., & Pratama, A. (2022). *Peningkatan Self-Efficacy Siswa pada Masa Peralihan Sekolah. Jurnal Bimbingan dan Konseling Edukasi*. 45–53.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Sari, D. P., & Rahayu, S. (2021). *Analisis Kesiapan Siswa dalam Menghadapi Transisi dari SMP ke SMA/MA. Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*. 114–123.
- Schlossberg, N. K. (1981). *A model for analyzing human adaptation to transition*.

The Counseling Psychologist (pp. 2–18).

Muhammad Rizki Putrawan, Nur and , Dr. Wiwien Dinar Pratisti M.Si, P. (2020). *Regulasi Emosi Siswa Dalam Menghadapi Masa Transisi Dari Sd Menuju Ke SMP / MTS (Studi Kasus di Mts Negeri 1 Surakarta)*.
<https://eprints.ums.ac.id/82683/>

Karawitan, L., Smp, D. I., & Kediri, N. (2025). *DINAMIKA INTERAKSI SOSIAL SISWA DALAM LATIHAN KARAWITAN DI SMP NEGERI 8 KEDIRI*.

Siswa, A., Di, P., & Negeri, S. M. A. (2026). *ANALISIS FENOMENA CULTURE SHOCK DAN PROSES*.

Purwati, E., Balgies, S., & Kunaefi, A. (2020). *Analisis Masalah Psikologi Siswa Madrasah Tsanawiyah Berbasis Sistem Informasi Online dalam Pendidikan Islam*.
<https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=yeLcDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA31&dq=psikologi+pendidikan&ots=r0Of9CC9u-&sig=235BfwUeVpFGQVoHM5nAr0KSeQU>

Studi, P., Program, K., Kesehatan, F. I., & Gombong, U. M. (2023). *KOPING PADA SISWA SELAMA PEMBELAJARAN LURING PASCA PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 1 KARANGGAYAM KABUPATEN KOPING PADA SISWA SELAMA PEMBELAJARAN LURING PASCA PANDEMI COVID-19 DI SMP NEGERI 1 KARANGGAYAM KABUPATEN*.

Putrawan, et al. (2020). *Regulasi Emosi Siswa Dalam Menghadapi Masa Transisi Dari Sd Menuju Ke SMP/MTS (Studi Kasus di Mts Negeri 1 Surakarta)*.
<http://eprints.ums.ac.id/id/eprint/82683>

Handayani, P. et al. (2022). *Seminar Nasional Hasil Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat 2022 Penguatan Ekonomi Bangsa Melalui Inovasi Digital Hasil Penelitian dan PROGRAM PELATIHAN PENYESUAIAN SOSIAL SISWA KELAS 7 DAN 8 SMPN 20 TANGERANG UNTUK*

MENGHADAPI TRANSISI SEKOLAH. 158–175.

Rosadi, N. (2021). Problematika Pembelajaran Online di Masa Pandemi Covid-19. *Duconomics Sci-Meet (Education & Economics Science Meet)*, 1, 8–14.
<https://doi.org/10.37010/duconomics.v1.5300>

Suriansyah, A., Mulya, A., Harsono, B., Iskandar, B. A., & Pratiwi, D. A. (2024). *Pendekatan Guru Dalam Mengelola Perubahan Emosional Siswa Kelas V Selama Masa Pubertas Di SD Negeri 4 Sungai Buluh. 01(02)*, 149–154.

Holidazia, R., & Rodliyah, R. S. (2020). Strategi Siswa dalam Pembelajaran Kosa Kata Bahasa Inggris. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 20(1), 111–120.
<https://doi.org/10.17509/jpp.v20i1.24562>

Rosya, S. A. (2014). *Sita Aulia Rosya, 2014 Program Bimbingan melalui Strategi Kelompok untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. 38–55.*

Konseling, P., Dengan, K., Instruction, S., Mereduksi, U., Peserta, A., & Kelas, D. (2024). *Oleh : Nadia Dwi Saputri NPM : 2011080321 Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam BIMBINGAN DAN KONSELING PENDIDIKAN ISLAM RADEN INTAN LAMPUNG 1446 H / 2024 M Oleh : NPM : 2011080321 Jurusan : Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam Pembimbing.*

Salsabila. (2024). *SELF-EFFICACY SISWA SMA KELAS XII SEBAGAI BENTUK PROBLEM SOLVING DALAM MENGHADAPI QUARTER LIFE CRISIS BENTUK PROBLEM SOLVING DALAM MENGHADAPI QUARTER LIFE CRISIS.*

NURJANNA. (2024). *MOTIVASI BELAJAR PESERTA DIDIK PADA PEMBELAJARAN IPS DI MASA TRANSISI (SMPN 3 PAREPARE) OLEH: 1–23.*

Ramadani, R. D. (2022). *Upaya Guru Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa pada Pembelajaran IPS di SMP Ma'arif 09 Seputih Banyak*. 1–23.