

Masa Transisi dari SMP ke Madrasah Aliyah : Tantangan dan Strategi Pendampingan Siswa (Studi Kasus)

Yanuaristanti Rusfatus Aningtyas¹, Sri Panca Setyawati²

UN PGRI KEDIRI¹, UN PGRI KEDIRI²

tantirufatustyas@gmail.com¹, pancasetyawati164@gmail.com²

ABSTRACT

The transition from junior high school (SMP) to Madrasah Aliyah (MA) is not just a matter of changing schools, but also a crucial phase that brings various psychological and academic challenges for students. Many students experience anxiety, pressure, and lack of confidence as they try to adjust to a new learning environment. This study aims to explore the psychological and academic difficulties faced by 10th-grade MA students, as well as the strategies used by both students and the school to support their adjustment. This research used a qualitative approach with a case study design, conducted at MAN 2 Kota Kediri. Data were collected through interviews, observations, and documentation involving students, guidance and counseling teachers, and homeroom teachers. The findings revealed that students commonly struggle with social anxiety, identity issues, and difficulty keeping up with lessons. To address these problems, the school implemented several strategies such as counseling sessions, strengthening students' self-efficacy, and peer support. The study highlights the importance of comprehensive and continuous assistance to ensure a smoother educational transition for students.

Keywords: *educational transition, MA students, psychological challenges, academic issues, adaptation strategies*

ABSTRAK

Peralihan dari SMP ke Madrasah Aliyah bukan hanya soal pindah sekolah, tapi juga menghadirkan tantangan besar bagi siswa, terutama dari segi psikologis dan akademis. Banyak siswa merasa cemas, tertekan, bahkan kurang percaya diri saat harus menyesuaikan diri dengan lingkungan dan cara belajar yang baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apa saja kendala psikologis dan akademis yang dialami oleh siswa kelas X MA, serta strategi apa yang mereka dan pihak sekolah lakukan untuk membantu proses adaptasi tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus yang dilakukan di MAN 2 Kota Kediri. Data dikumpulkan lewat wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan melibatkan siswa, guru BK, dan wali kelas. Hasilnya menunjukkan bahwa kecemasan sosial, krisis identitas, dan kesulitan mengikuti pelajaran menjadi masalah utama yang dihadapi siswa. Untuk mengatasi hal itu, sekolah melakukan beberapa strategi seperti konseling, pemberdayaan guru BK, penguatan self-efficacy, serta dukungan sosial dari teman sebaya. Penelitian ini menegaskan pentingnya adanya pendampingan yang aktif dan menyeluruh untuk mendukung proses transisi siswa berjalan lebih lancar.

Kata Kunci: *transisi pendidikan, siswa MA, tantangan psikologis, masalah akademis, strategi adaptasi*

PENDAHULUAN

Masa Peralihan dari Sekolah Menengah Pertama (SMP) ke Madrasah Aliyah (MA) adalah salah satu tahap Penting dalam perkembangan pendidikan dan psikologis remaja. Proses ini tidak hanya mencakup perpindahan fisik ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi, tetapi juga memerlukan penyesuaian terhadap lingkungan belajar yang berbeda, metode pengajaran yang baru, serta standar akademik dan sosial yang lebih tinggi. Bagi banyak siswa, adaptasi ini sering kali tidak berjalan dengan lancar. Mereka sering menghadapi tekanan psikologis, seperti kecemasan, stres, atau kurangnya rasa percaya diri. Tekanan ini dapat berdampak langsung pada motivasi dan hasil belajar mereka. Menurut penelitian Yuliani dan Sari (2020), sekitar 65% siswa mengalami tingkat kecemasan yang cukup tinggi saat memasuki jenjang pendidikan yang baru, terutama di lingkungan yang memiliki perbedaan sistem dan budaya yang signifikan.

Selain faktor psikologis, tantangan akademis juga menjadi hal yang signifikan bagi para siswa. Perubahan dalam struktur kurikulum, peningkatan beban tugas, serta ekspektasi yang lebih tinggi dari guru dan orang tua sering kali menjadi tekanan tambahan bagi siswa yang belum siap secara mental maupun kognitif. Penelitian oleh Handayani et al. (2021) mengungkapkan bahwa sekitar 40% siswa mengalami penurunan dalam prestasi akademik setelah memasuki tingkat sekolah menengah atas, disebabkan oleh ketidaksiapan mereka dalam menghadapi sistem pembelajaran yang lebih rumit. Dalam konteks madrasah, tantangan ini semakin terasa, karena siswa tidak hanya perlu beradaptasi dengan pelajaran umum, tetapi juga dengan kurikulum keagamaan yang lebih mendalam, serta budaya sekolah yang lebih religius dan terstruktur.

Dari sudut pandang psikososial, Erikson (1968) mengemukakan bahwa remaja mengalami tahap krisis identitas, di mana mereka mulai mengembangkan konsep diri dan mencari peran dalam masyarakat. Jika fase transisi ini tidak didukung oleh dukungan emosional yang cukup, siswa akan lebih rentan terhadap kebingungan peran dan kesulitan dalam penyesuaian diri. Schlossberg (1981) juga menekankan bahwa proses transisi individu dipengaruhi oleh empat faktor utama, yaitu: situasi yang dihadapi (situation), karakteristik individu (self), dukungan sosial (support), dan strategi koping yang diterapkan (strategies). Dalam konteks ini, peran guru, konselor, dan teman sebaya sangat penting dalam menentukan keberhasilan adaptasi siswa.

Berdasarkan pemikiran tersebut, sangat penting bagi sekolah, terutama madrasah aliyah, untuk memberikan perhatian khusus kepada siswa baru yang sedang mengalami masa transisi. Pendampingan yang dimaksud tidak hanya terbatas pada pengajaran di kelas, tetapi juga mencakup layanan konseling, program orientasi, pembinaan motivasi, serta penciptaan lingkungan yang mendukung. Menurut Bandura (1997), salah satu cara yang efektif untuk membantu siswa menghadapi tantangan adalah dengan memperkuat self-efficacy mereka, yaitu keyakinan akan kemampuan mereka untuk menyelesaikan tugas dan menghadapi tekanan. Siswa yang memiliki self-efficacy yang tinggi

cenderung lebih percaya diri, lebih gigih, dan lebih mampu mengatasi hambatan dalam belajar.

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi tantangan psikologis dan akademis yang dihadapi oleh siswa kelas X Madrasah Aliyah saat memasuki tahap awal pendidikan di jenjang baru. Selain itu, penelitian ini juga mengeksplorasi strategi pendampingan yang diterapkan oleh siswa, guru BK, dan pihak sekolah. Dengan menggunakan pendekatan studi kasus di MAN 2 Kota Kediri, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai kondisi transisi siswa serta strategi yang efektif dalam mendukung proses adaptasi mereka. Artikel ini juga diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi sekolah dalam merancang program layanan transisi yang lebih terarah, komprehensif, dan responsif terhadap kebutuhan siswa.

PEMBAHASAN

1. Kendala Psikologis pada Masa Transisi : Kecemasan, Stres, dan Krisis Identitas

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas X di Madrasah Aliyah mengalami tekanan psikologis saat memasuki fase awal masa transisi sekolah. Tekanan tersebut muncul dalam bentuk kecemasan yang tinggi terhadap tuntutan akademik, stres karena adaptasi terhadap ritme belajar yang baru, serta kebingungan dalam memahami norma dan budaya sekolah yang berbeda dari SMP asal. Ketakutan akan tidak mampu mengikuti pelajaran sering kali membuat siswa merasa minder dan kehilangan motivasi belajar. Kekhawatiran tentang bagaimana mereka akan diterima oleh teman sebaya, serta takut menjadi sasaran pengucilan sosial juga menjadi pemicu kecemasan yang signifikan. Dalam hal ini, fase transisi ke Madrasah Aliyah menjadi lebih dari sekadar perpindahan fisik—melainkan mencakup tantangan psikososial yang kompleks. Hal ini diperkuat oleh teori Erikson (1968) yang menyatakan bahwa remaja berada dalam tahap pencarian identitas (*identity versus role confusion*), di mana individu mengalami konflik internal seiring upaya mereka memahami peran dan eksistensinya dalam lingkungan sosial yang baru (Santrock, 2018).

Beberapa siswa menunjukkan keraguan saat berinteraksi dengan teman-teman baru, merasa malu ketika harus menyampaikan pendapat di kelas, serta merasakan tekanan dari lingkungan yang membuat mereka merasa kurang kompeten. Amelia dan Fauziah (2020) menyatakan bahwa siswa yang tidak memiliki kesiapan emosional dan dukungan sosial cenderung menghadapi tekanan yang lebih besar selama masa transisi, serta memiliki risiko tinggi mengalami gangguan penyesuaian. Dalam hal ini, peran guru BK dan wali kelas sangat krusial, seperti menyediakan ruang untuk diskusi terbuka, layanan konseling individu, serta mendorong siswa untuk berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial di sekolah. Peran pendidik, khususnya guru Bimbingan dan Konseling (BK) dan wali kelas, sangat krusial dalam mendampingi siswa melewati proses ini. Guru BK dapat membantu siswa dengan menyediakan layanan konseling individu maupun kelompok, mengadakan diskusi terbuka tentang pengalaman emosional siswa, serta menciptakan program penyesuaian diri di awal tahun ajaran. Wali kelas juga dapat berperan dengan

menciptakan suasana kelas yang inklusif, memberi penguatan positif, serta menjembatani komunikasi antara siswa dan guru mata pelajaran. Dalam praktik di lapangan, siswa yang memperoleh ruang untuk mengekspresikan perasaan mereka lebih mampu membentuk hubungan sosial yang sehat, yang kemudian berdampak positif pada kondisi psikologis mereka. Hal ini sejalan dengan temuan dari jurnal oleh Yuniarti & Hasanat (2021) yang menyatakan bahwa pemberian dukungan emosional dari lingkungan sekolah dapat memoderasi dampak tekanan transisi dan meningkatkan resiliensi siswa dalam menghadapi tantangan adaptasi awal.

Dalam teorinya, Schlossberg (1981) mengemukakan bahwa keberhasilan seseorang dalam beradaptasi pada situasi transisi dipengaruhi oleh empat faktor utama: situasi (*situation*), karakter diri (*self*), dukungan sosial (*support*), dan strategi coping (*strategies*). Temuan dari penelitian lapangan menunjukkan bahwa siswa yang mendapatkan dukungan emosional dari guru dan teman sebaya cenderung lebih efektif dalam mengatasi tekanan psikologis dibandingkan dengan mereka yang merasa terasing. Ini mengindikasikan bahwa keberadaan sosok pendamping yang empatik dapat berfungsi sebagai jembatan emosional, membantu siswa menjalani fase transisi dengan stabilitas psikologis yang lebih baik. Menurut Safaria (2019) dalam *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, kehadiran figur yang empatik, seperti guru atau teman dekat, dapat menjadi *emotional buffer* yang membantu siswa menstabilkan kondisi psikologis mereka selama masa transisi. Oleh karena itu, penting bagi institusi pendidikan untuk membangun sistem pendampingan yang terstruktur dan responsif terhadap kebutuhan psikososial siswa baru.

2. Kendala Akademis : Ketimpangan Kurikulum dan Penurunan Prestasi

Selain tantangan psikologis, siswa yang beralih dari SMP ke Madrasah Aliyah (MA) juga menghadapi berbagai kendala akademis yang cukup kompleks. Perubahan kurikulum menjadi salah satu penyebab utama, di mana siswa dihadapkan pada beban materi yang lebih padat, tingkat kesulitan yang meningkat, serta penambahan mata pelajaran keagamaan yang menuntut kompetensi kognitif dan afektif secara bersamaan. Sebagai contoh, siswa harus mempelajari fiqih, tafsir, hadis, dan akidah akhlak dengan pendekatan yang jauh lebih mendalam dibanding saat di SMP. Siswa yang sebelumnya terbiasa dengan metode ceramah dan hafalan ringan di tingkat sebelumnya kini dituntut memahami teks Arab klasik, menginterpretasikan ayat atau hadis, dan berdiskusi kritis secara aktif di kelas. Ketidaksiapan menghadapi peningkatan tuntutan akademik ini sering kali mengakibatkan keterkejutan kognitif, yang berujung pada kesulitan memahami materi, keterlambatan dalam menyelesaikan tugas, dan penurunan hasil belajar di semester awal (Handayani, Riyanti, & Astuti, 2021).

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa perbedaan antara harapan dan kenyataan dalam proses pembelajaran menjadi pemicu stres akademik pada sebagian besar siswa. Banyak siswa merasa bahwa metode pembelajaran di MA

terlalu menekankan pada kedalaman pemahaman konsep, bukan sekadar hafalan, serta lebih banyak menuntut partisipasi aktif dalam diskusi kelas dan kerja kelompok. Beberapa siswa mengaku tidak terbiasa dengan sistem penilaian yang menuntut kemampuan analisis kritis, terutama dalam mata pelajaran agama yang sebelumnya dipelajari secara tekstual dan pasif. Ketidaksesuaian ekspektasi ini memunculkan ketegangan belajar yang tidak hanya mempengaruhi nilai akademik, tetapi juga berdampak pada motivasi intrinsik mereka. Studi oleh Kusuma dan Indrawati (2020) memperkuat temuan ini dengan menyatakan bahwa siswa yang tidak siap secara akademik ketika memasuki jenjang menengah atas memiliki kecenderungan mengalami *academic burnout*, ditandai dengan kelelahan belajar, penurunan minat, dan hilangnya rasa percaya diri.

Menghadapi tantangan ini, peran guru menjadi sangat vital dalam membantu siswa beradaptasi dengan lingkungan akademik yang baru. Guru bukan hanya sebagai penyampai materi, tetapi juga harus berfungsi sebagai fasilitator, pembimbing, dan motivator yang mampu memberikan dukungan emosional dan akademik secara bersamaan. Strategi pembelajaran yang fleksibel, seperti pemberian waktu tambahan bagi siswa yang mengalami kesulitan, penggunaan metode yang variatif (diskusi, praktik, multimedia), serta pemberian *feedback* yang konstruktif, terbukti mampu membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri akademik. Sari dan Marlina (2020) menekankan bahwa guru yang mampu mengenali latar belakang akademik dan kemampuan awal siswa dapat menyusun pendekatan yang lebih personal dan adaptif. Dengan demikian, proses transisi akademik dapat berlangsung secara lebih inklusif dan tidak menimbulkan tekanan yang berlebihan. Lebih jauh, keterlibatan guru dalam membangun kebiasaan belajar yang sehat juga berperan penting dalam membentuk kesiapan akademik siswa secara berkelanjutan. Guru dapat memfasilitasi sesi orientasi belajar, memberikan pelatihan manajemen waktu dan strategi belajar efektif, serta menciptakan suasana kelas yang mendorong eksplorasi dan keingintahuan intelektual. Dalam jurnal *Educational Psychology Review*, Zimmerman (2002) menekankan pentingnya pengembangan regulasi diri dalam belajar (*self-regulated learning*) di kalangan siswa menengah atas, terutama dalam menghadapi kurikulum yang menuntut tanggung jawab belajar mandiri. Implementasi strategi ini dalam konteks MA sangat relevan, mengingat pentingnya kemampuan siswa dalam mengelola waktu, memahami instruksi guru, serta mengevaluasi capaian akademik secara mandiri dan kritis.

3. Strategi Pendampingan dan Penguatan Self-Efficacy

Untuk membantu siswa melewati masa transisi dari SMP ke Madrasah Aliyah (MA), sekolah-sekolah mulai menerapkan strategi pendampingan yang komprehensif dan berkelanjutan. Pendekatan ini mencakup layanan konseling yang proaktif, kegiatan orientasi siswa baru, serta program-program penguatan motivasi belajar. Kegiatan orientasi tidak hanya berfungsi sebagai ajang

pengenalan lingkungan fisik sekolah, tetapi juga diarahkan pada pembentukan relasi sosial, pemahaman budaya sekolah, dan penyampaian harapan akademik yang realistis. Layanan konseling juga tidak terbatas pada konseling reaktif (mengatasi masalah yang sudah muncul), melainkan difokuskan pada konseling preventif dan pengembangan, seperti sesi konseling kelompok dengan tema penyesuaian diri, pengelolaan stres, dan pengembangan strategi belajar. Strategi ini sejalan dengan temuan Fitriana dan Suryani (2021) yang menyebutkan bahwa pendekatan pendampingan sistemik di awal masa masuk sekolah menengah atas dapat memperkecil risiko siswa mengalami gangguan penyesuaian dan stres akademik berkepanjangan.

Salah satu intervensi yang terbukti efektif dalam mengurangi tekanan selama masa transisi adalah penguatan self-efficacy siswa—yakni keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri dalam menyelesaikan tugas atau menghadapi tantangan (Bandura, 1997). Self-efficacy yang tinggi membuat siswa lebih gigih dalam menghadapi kesulitan belajar dan lebih percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial yang baru. Untuk membangun self-efficacy, sekolah perlu menciptakan pengalaman belajar yang memunculkan keberhasilan nyata, meskipun kecil. Misalnya, guru memberikan tantangan belajar yang sesuai dengan tingkat kemampuan siswa, kemudian memberikan umpan balik positif atas upaya yang mereka lakukan. Selain itu, kegiatan berbagi pengalaman dengan kakak kelas atau alumni yang berhasil melewati masa adaptasi juga berkontribusi dalam menciptakan gambaran positif tentang proses belajar. Lestari dan Pratama (2022) menekankan bahwa pengulangan pengalaman keberhasilan dalam konteks yang mendukung dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa dan membentuk daya tahan terhadap tekanan akademik maupun sosial.

Di samping penguatan individu, dukungan lingkungan juga memainkan peran kunci. Pendekatan pendampingan yang bersifat holistik memperhatikan aspek afektif, sosial, dan moral, tidak hanya aspek kognitif semata. Artinya, siswa dipandang sebagai individu yang unik dan utuh, dengan kebutuhan yang berbeda-beda. Dalam praktiknya, sekolah perlu menciptakan iklim kelas yang inklusif, di mana siswa merasa dihargai, didengar, dan diberi ruang untuk mengekspresikan diri. Guru, wali kelas, dan konselor sekolah harus membangun relasi yang hangat dan suportif, karena kehadiran figur yang empatik dapat menjadi jembatan bagi siswa untuk merasa aman dan termotivasi. Menurut Susanti dan Wijayanti (2020), suasana sekolah yang suportif secara emosional dan sosial merupakan fondasi utama dalam membantu siswa melewati fase transisi secara sehat dan produktif.

Dengan penerapan strategi pendampingan yang menyentuh berbagai dimensi kehidupan siswa, maka transisi pendidikan tidak harus selalu menjadi pengalaman yang penuh tekanan. Sebaliknya, masa ini dapat menjadi titik awal pembentukan karakter, peningkatan kemandirian, dan penguatan keterampilan hidup. Strategi yang bersifat jangka panjang dan disesuaikan dengan konteks perkembangan siswa terbukti lebih efektif dalam membentuk adaptasi yang positif. Jika sekolah mampu menjaga kesinambungan program pendampingan dan memastikan

bahwa strategi yang digunakan responsif terhadap kebutuhan nyata siswa, maka peralihan dari SMP ke MA akan menjadi fase yang memperkaya, bukan menakutkan. Dengan demikian, masa transisi dapat dimaknai sebagai ruang belajar sosial-emosional yang penting dalam perjalanan akademik dan kehidupan siswa secara keseluruhan.

4. Integrasi Temuan dengan Pengembangan Layanan BK di Madrasah

Layanan Bimbingan dan Konseling (BK) memainkan peran penting dalam mengelola transisi siswa. Namun, masih banyak siswa yang belum sepenuhnya memahami fungsi BK, dan beberapa di antaranya masih beranggapan bahwa layanan ini hanya diperuntukkan bagi siswa yang menghadapi masalah. Oleh karena itu, sangat penting bagi sekolah untuk menerapkan pendekatan yang bersifat promotif terhadap keberadaan layanan BK, seperti melalui sosialisasi di awal tahun ajaran, kerja sama dengan wali kelas, serta menciptakan suasana konseling yang bersahabat dan tidak menghakimi. Hal ini sejalan dengan pendapat Nurihsan (2015), yang menyatakan bahwa rebranding fungsi BK dengan pendekatan yang humanis dan edukatif dapat meningkatkan partisipasi siswa secara sukarela dalam layanan tersebut.

Selain memperkuat pemahaman siswa terhadap layanan BK, guru BK juga perlu merancang program transisi yang terstruktur dan relevan dengan kebutuhan siswa baru. Program seperti peer monitoring, orientasi psikologis, dan bimbingan kelompok adaptasi akademik dapat menjadi strategi efektif dalam membantu siswa melewati masa peralihan. Misalnya, kegiatan “teman sebaya penyesuaian” dapat membantu siswa baru mendapatkan dukungan dari kakak kelas dalam memahami budaya sekolah. Program ini tidak hanya meningkatkan kenyamanan siswa di lingkungan baru, tetapi juga berperan sebagai media deteksi dini terhadap potensi masalah psikologis yang muncul. Nurhidayah dan Suparno (2020) menegaskan bahwa kehadiran program transisi yang konsisten dalam layanan BK berdampak signifikan terhadap kesejahteraan emosional siswa dan kelancaran adaptasi akademik mereka.

Dalam konteks madrasah, integrasi layanan BK dengan nilai-nilai keislaman menjadi keunikan sekaligus kekuatan. Temuan lapangan menunjukkan bahwa siswa cenderung lebih terbuka terhadap konseling yang mengakomodasi aspek spiritual dan budaya pesantren. Oleh karena itu, guru BK di MA dapat mengembangkan pendekatan konseling berbasis nilai (*value-based counseling*), seperti konseling Islami, pembinaan akhlak melalui bimbingan kelompok, atau kegiatan spiritual healing. Latipun dan Kurniawati (2021) mengungkapkan bahwa konseling yang menyelaraskan aspek psikologis dengan nilai-nilai religius dapat meningkatkan efektivitas intervensi dan memperkuat identitas siswa sebagai individu yang utuh secara spiritual dan emosional.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Masa transisi dari SMP ke Madrasah Aliyah merupakan periode yang penuh dinamika, baik secara psikologis maupun akademis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa siswa kelas X MA yang baru memasuki jenjang pendidikan menengah atas menghadapi berbagai tekanan emosional seperti kecemasan, perasaan tidak percaya diri, dan kebingungan peran sosial. Situasi ini semakin kompleks ketika mereka juga harus menyesuaikan diri dengan perubahan dalam sistem pembelajaran, struktur kurikulum, dan lingkungan sekolah yang memiliki karakteristik religius yang berbeda dari jenjang sebelumnya. Ketidaksiapan dalam menghadapi perubahan tersebut berpotensi mengganggu proses pembelajaran dan adaptasi sosial siswa.

Meskipun demikian, proses pendampingan yang diberikan oleh guru BK, wali kelas, dan lingkungan sekolah terbukti memiliki peran penting dalam membantu siswa melewati masa peralihan ini. Strategi pendampingan yang berbasis penguatan self-efficacy, penyediaan layanan konseling, serta pembiasaan dalam lingkungan belajar yang suportif, memberikan dampak positif terhadap kemampuan siswa dalam mengatasi hambatan yang muncul. Dengan kata lain, keberhasilan transisi tidak hanya bergantung pada kesiapan individu, tetapi juga ditentukan oleh kualitas dukungan yang tersedia di lingkungan pendidikan. Temuan ini mendukung pandangan bahwa pendekatan psikososial dan akademik yang terintegrasi menjadi kunci dalam menciptakan pengalaman transisi yang sehat dan produktif bagi siswa.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, penting bagi sekolah, khususnya madrasah aliyah, untuk menyusun program pendampingan transisi yang sistematis dan berbasis kebutuhan nyata siswa. Layanan Bimbingan dan Konseling sebaiknya diarahkan tidak hanya untuk menangani siswa bermasalah, tetapi juga sebagai sarana preventif dan penguatan dalam fase-fase kritis pendidikan seperti masa transisi. Guru BK dapat berperan lebih aktif dalam menciptakan ruang aman dan terbuka bagi siswa untuk mengekspresikan kesulitan mereka, baik secara emosional maupun akademik.

Selain itu, guru dan wali kelas perlu lebih peka terhadap perubahan perilaku siswa dan menjalin komunikasi yang lebih intensif, terutama pada masa-masa awal tahun ajaran. Strategi pengajaran juga dapat disesuaikan dengan kebutuhan adaptasi siswa baru, misalnya melalui pendekatan pembelajaran kolaboratif dan bimbingan belajar individual. Dari sisi teoritis, penelitian ini membuka peluang pengembangan lebih lanjut terkait penerapan konsep self-efficacy dan teori transisi dalam konteks pendidikan Islam, khususnya madrasah aliyah. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan kajian yang lebih luas dengan melibatkan variasi sekolah dan subjek yang lebih heterogen, atau bahkan menguji efektivitas program intervensi khusus yang dirancang untuk

memperkuat kesiapan psikologis dan akademis siswa selama masa peralihan sekolah.

DAFTAR RUJUKAN

- Amelia, R., & Fauziah, N. (2020). Kesiapan Transisi dan Dukungan Sosial pada Siswa Baru. *Jurnal Psikologi Remaja*, 5(1), 11-20.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: W.H. Freeman.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Fitriana, R., & Suryani, N. (2021). *Implementasi layanan BK dalam mendukung penyesuaian siswa baru*. *Jurnal Konseling Pendidikan*, 9(2), 110–120.
- Handayani, D., Riyanti, F., & Astuti, S. (2021). *Dampak transisi pendidikan terhadap prestasi akademik siswa MA*. *Jurnal Pendidikan Madrasah*, 8(1), 45–58.
- Kusuma, A. & Indrawati, E. (2020). *Academic Burnout dan penyesuaian akademik siswa baru*. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 7(2), 122–135.
- Latipun, L., & Kurniawati, D. (2021). *Konseling Berbasis Nilai untuk Menunjang Penyesuaian Diri Siswa Madrasah*. *Jurnal Psikologi Islam dan Budaya*, 4(2), 110–120.
- Lestari, F., & Pratama, A. (2022). *Peningkatan Self-Efficacy Siswa pada Masa Peralihan Sekolah*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edukasi*, 6(2), 45–53.
- Mohsen, H., Siregar, I., & Ahmad, A. K. (2023). *Jurnal Penelitian Pendidikan Agama dan PENGELOLAAN PROGRAM PENDIDIKAN MADRASAH ALIYAH NEGERI INSAN CENDEKIA: STUDI KASUS DI MAN IC SORONG MANAGEMENT OF THE STATE MADRASAH ALIYAH EDUCATION PROGRAM FOR CENDE. EDUKASI: Jurnal Penelitian Pendidikan Agama Dan Keagamaan*, 21(3), 352–370. <http://jurnaledukasikemenag.org>
- Nurhidayah, A., & Suparno. (2020). *Peran Guru BK dalam Membantu Siswa Menghadapi Masa Transisi Sekolah*. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(1), 22–31.
- Nurihsan, J. (2015). *Pendidikan Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Bandung: Refika Aditama.
- Sari, D. P., & Rahayu, S. (2021). *Analisis Kesiapan Siswa dalam Menghadapi Transisi dari SMP ke SMA/MA*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 7(2), 114–123.
- Sari, D. P., & Marlina, L. (2020). *Strategi Guru Bimbingan dan Konseling dalam Mengatasi Masalah Psikologis Siswa Saat Masa Transisi*. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(2), 135–141.
- Santrock, J. W. (2018). *Adolescence*. 16th ed. McGraw-Hill Education.
- Safaria, T. (2019). *Dukungan sosial dan stres pada siswa baru SMA*. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Konseling*, 5(2), 87-94.
- Schlossberg, N. K. (1981). *A model for analyzing human adaptation to transition*. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18.
- Siswanto, A. H. (2024). *Psikologi Remaja Tantangan Dan Dinamika Perkembangan*. Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia, 1–15. <http://circlearchive.com/index.php/carc/article/view/158%0Ahttps://circle>
- Susanti, E., & Wijayanti, A. (2020). *Peran lingkungan sekolah terhadap penyesuaian diri siswa baru*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(3), 67–75.
- Yuniarti, A., & Hasanat, A. (2021). *Peran guru BK dalam menurunkan kecemasan siswa selama masa transisi*. *Jurnal Kajian Psikologi*, 10(3), 45-55.
- Zakiah, U. (2021). *Pendekatan Spiritualitas dalam Layanan BK Madrasah*. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Islam*, 5(1), 45–58.
- Zimmerman, B. J. (2002). *Becoming a self-regulated learner: An overview*. *Educational Psychology Review*, 14(1), 1–25.