

## **Hubungan Romantis dan Penyesuaian Sekolah di Kalangan Siswa SMP: Studi Fenomenologis**

**Adinda Ery Larasati<sup>1\*</sup>, Lucia Rini Sugiarti<sup>2</sup>, Ira Kusumawaty<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia

<sup>2,3</sup>Universitas Semarang, Semarang, Indonesia

\*Corresponding author: adindaery@gmail.com

**Abstrak:** Hubungan romantis merupakan salah satu perkembangan yang mulai muncul pada masa remaja awal, termasuk pada siswa sekolah menengah pertama (SMP). Pengalaman menjalin hubungan romantis bisa memberikan dukungan emosional, meningkatkan rasa percaya diri, dan memperluas keterampilan social siswa. Namun, hubungan tersebut juga berpotensi menimbulkan konflik emosional yang memengaruhi kehidupan akademik dan sosial siswa di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman hidup siswa SMP yang menjalani hubungan romantis dan memahami bagaimana pengalaman tersebut memengaruhi penyesuaian mereka terhadap kehidupan sekolah. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi. Partisipan terdiri atas 12 siswa SMP yang memiliki pengalaman menjalani hubungan pacaran minimal tiga bulan. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Hasil penelitian diperkirakan menunjukkan bahwa hubungan romantis dimaknai sebagai sumber dukungan emosional, sarana memperoleh perhatian dan pengakuan sosial, serta menjadi media pembelajaran terkait komitmen dan komunikasi interpersonal. Selain itu, pengalaman pacaran memengaruhi penyesuaian sekolah melalui perubahan motivasi belajar, kualitas hubungan dengan teman sebaya, pengelolaan emosi, dan keterlibatan dalam aktivitas sekolah. Temuan penelitian diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan layanan bimbingan dan konseling yang mendukung perkembangan sosial-emosional remaja secara sehat dan adaptif.

**Kata kunci:** hubungan romantis, pacaran, penyesuaian sekolah, remaja awal, fenomenologi, siswa SMP

**Abstract:** Romantic relationships are one of the developments that start to emerge in early adolescence, including among junior high school students. Experiencing a romantic relationship can provide emotional support, boost self-confidence, and expand students' social skills. However, such relationships also have the potential to cause emotional conflicts that affect students' academic and social life at school. This study aims to explore the life experiences of junior high school students who are in romantic relationships and understand how these experiences influence their adjustment to school life. The study uses a qualitative approach with a phenomenological design. Participants consist of 12 junior high school students who have had at least three months of dating experience. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The results of the study are expected to show that romantic relationships are seen as a source of emotional support, a way to gain attention and social recognition, and a medium for learning about commitment and interpersonal communication. In addition, dating experiences affect school adjustment through changes in learning motivation, quality of relationships with peers, emotional management, and involvement in school activities. The research findings are expected to contribute to the development of guidance and counseling services that support adolescents' social-emotional development.

**Keywords:** romantic relationships, dating, school adjustment, early teens, phenomenology, middle school students.

### **Pendahuluan**

Masa remaja awal termasuk dalam periode transisi yang ditandai oleh perubahan biologis, kognitif, sosial, dan emosional yang signifikan. Menurut Erikson (1968), masa remaja merupakan tahap perkembangan identity versus role confusion, yaitu fase ketika individu mulai

mencari dan membentuk identitas dirinya melalui berbagai pengalaman sosial, termasuk hubungan dengan teman sebaya. Pada tahap ini, remaja mulai memperluas hubungan interpersonal dan mengembangkan kebutuhan akan kedekatan emosional dengan individu lain. Sejalan dengan pandangan tersebut, Santrock (2021) juga menjelaskan bahwa remaja mengalami perkembangan kemampuan berpikir, perubahan emosi, serta peningkatan ketertarikan terhadap hubungan sosial yang lebih kompleks, termasuk hubungan romantis. Individu mulai mengembangkan ketertarikan terhadap hubungan interpersonal yang lebih intens, termasuk hubungan romantis dengan teman sebaya.

Hubungan romantis pada remaja tidak lagi dipandang sebagai perilaku yang terbatas pada masa remaja akhir, melainkan telah menjadi bagian dari pengalaman perkembangan yang muncul sejak usia sekolah menengah pertama. Menurut Collins (2003), hubungan romantis remaja merupakan bagian penting dari perkembangan sosial karena memberikan kesempatan bagi remaja untuk belajar mengenai keintiman, komunikasi interpersonal, regulasi emosi, serta pemahaman terhadap hubungan dengan orang lain. Dalam perspektif teori kelekatan (attachment theory) Bowlby (1982), kebutuhan individu terhadap kedekatan emosional merupakan bagian dari perkembangan manusia, sehingga hubungan romantis pada masa remaja dapat menjadi salah satu bentuk pencarian rasa aman dan keterhubungan sosial.

Dalam perspektif perkembangan, hubungan romantis memiliki fungsi penting dalam pembentukan identitas, pengembangan keterampilan komunikasi, serta pembelajaran mengenai kedekatan emosional dan komitmen. Melalui interaksi dengan pasangan, remaja mendapatkan pengalaman yang membantu mereka memahami diri sendiri maupun orang lain. Namun demikian, hubungan romantis juga dapat menghadirkan berbagai tantangan seperti konflik interpersonal, kecemburuan, tekanan emosional, dan gangguan terhadap aktivitas akademik. Furman dan Shaffer (2003) menjelaskan bahwa pengalaman hubungan romantis pada masa remaja dapat memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan psikososial, tetapi juga berpotensi menimbulkan permasalahan apabila remaja belum memiliki kemampuan regulasi emosi dan keterampilan sosial yang matang.

Salah satu aspek yang dapat dipengaruhi oleh hubungan romantis adalah penyesuaian sekolah (school adjustment). Penyesuaian sekolah merujuk pada kemampuan siswa untuk beradaptasi dengan tuntutan akademik, menjalin hubungan positif dengan guru dan teman sebaya, serta mematuhi norma dan aturan sekolah. Menurut Baker dan Siryk (1984), penyesuaian sekolah mencakup beberapa aspek, yaitu penyesuaian akademik (academic adjustment), penyesuaian sosial (social adjustment), penyesuaian emosional (emotional adjustment), dan keterikatan terhadap institusi sekolah (institutional attachment). Siswa yang mampu melakukan penyesuaian sekolah secara baik umumnya menunjukkan keterlibatan

belajar yang tinggi, prestasi akademik yang lebih baik, dan kesejahteraan psikologis yang lebih positif.

Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis dapat memberikan dampak yang beragam terhadap kehidupan sekolah. Pada satu sisi, hubungan tersebut dapat menjadi sumber motivasi, dukungan emosional, dan rasa aman. Hal ini sesuai dengan pandangan teori dukungan sosial (*social support theory*) Cohen dan Wills (1985) yang menyatakan bahwa hubungan interpersonal yang positif dapat membantu individu menghadapi tekanan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis. Pada sisi lain, konflik dalam hubungan romantis dapat mengganggu konsentrasi belajar, meningkatkan stres, dan menurunkan keterlibatan akademik. Menurut Connolly dan McIsaac (2009), kualitas hubungan romantis remaja memiliki keterkaitan dengan perkembangan emosional dan kemampuan remaja dalam menjalankan peran sosial lainnya, termasuk peran mereka sebagai siswa.

Artikel ini disusun berdasarkan Kompleksitas pengalaman yang menunjukkan bahwa hubungan romantis dan penyesuaian sekolah merupakan fenomena yang perlu dipahami secara mendalam melalui perspektif siswa sebagai pelaku utama. Meskipun penelitian mengenai hubungan romantis remaja telah banyak dilakukan, kajian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman siswa SMP dalam memaknai hubungan romantis dan pengaruhnya terhadap penyesuaian sekolah masih relatif terbatas, khususnya dalam di Indonesia. Oleh karena itu, pendekatan fenomenologi dipilih untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman subjektif siswa dalam menjalani hubungan romantis selama masa remaja awal.

## **Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*). Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif siswa SMP dalam menjalani hubungan romantis serta makna yang mereka berikan terhadap pengalaman tersebut dalam konteks penyesuaian sekolah. Menurut Creswell dan Poth (2018), penelitian kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang diberikan individu terhadap suatu fenomena sosial. Sementara itu, desain fenomenologi interpretatif menurut Smith, Flowers, dan Larkin (2009) berfokus pada eksplorasi pengalaman hidup (*lived experience*) individu serta proses interpretasi individu terhadap pengalaman tersebut. Oleh karena itu, desain IPA dianggap sesuai untuk mengungkap bagaimana siswa SMP memaknai hubungan romantis dan pengaruhnya terhadap kehidupan akademik, sosial, dan emosional di lingkungan sekolah. Sementara, subjek penelitian ini adalah siswa SMP yang memiliki pengalaman menjalani

hubungan romantis. Pemilihan subjek dilakukan menggunakan teknik purposive sampling dengan mempertimbangkan kriteria tertentu, yaitu siswa berusia 13–15 tahun, pernah atau sedang menjalani hubungan romantis minimal tiga bulan, serta bersedia menjadi partisipan penelitian. Jumlah partisipan penelitian sebanyak 12 siswa.

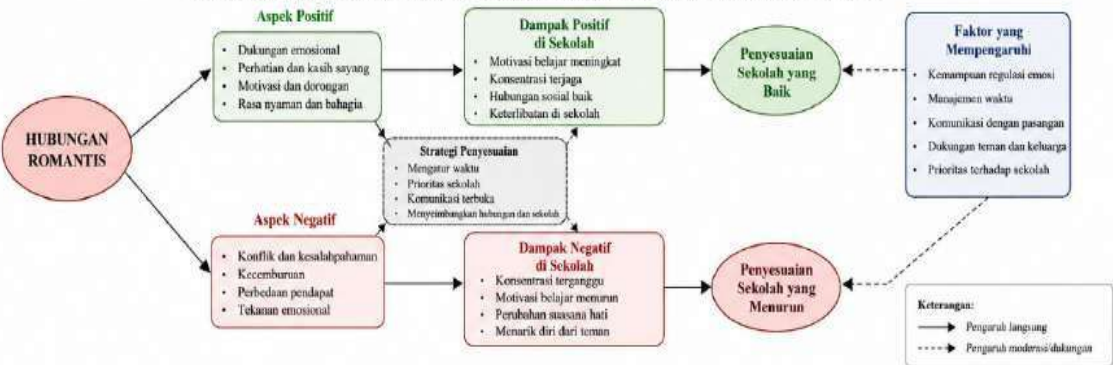
Penelitian ini dilaksanakan di lingkungan Sekolah Menengah Pertama (SMP). Lokasi penelitian dipilih karena masa SMP merupakan periode remaja awal yang ditandai dengan perkembangan hubungan sosial, emosional, dan munculnya pengalaman hubungan romantis. Selain itu, lingkungan sekolah menjadi konteks penting untuk memahami bagaimana pengalaman hubungan romantis berhubungan dengan proses penyesuaian akademik, sosial, dan emosional siswa. Pengumpulan data dilakukan melalui tiga teknik utama, yaitu: wawancara semi terstruktur, catatan lapangan, dan jurnal refleksi.

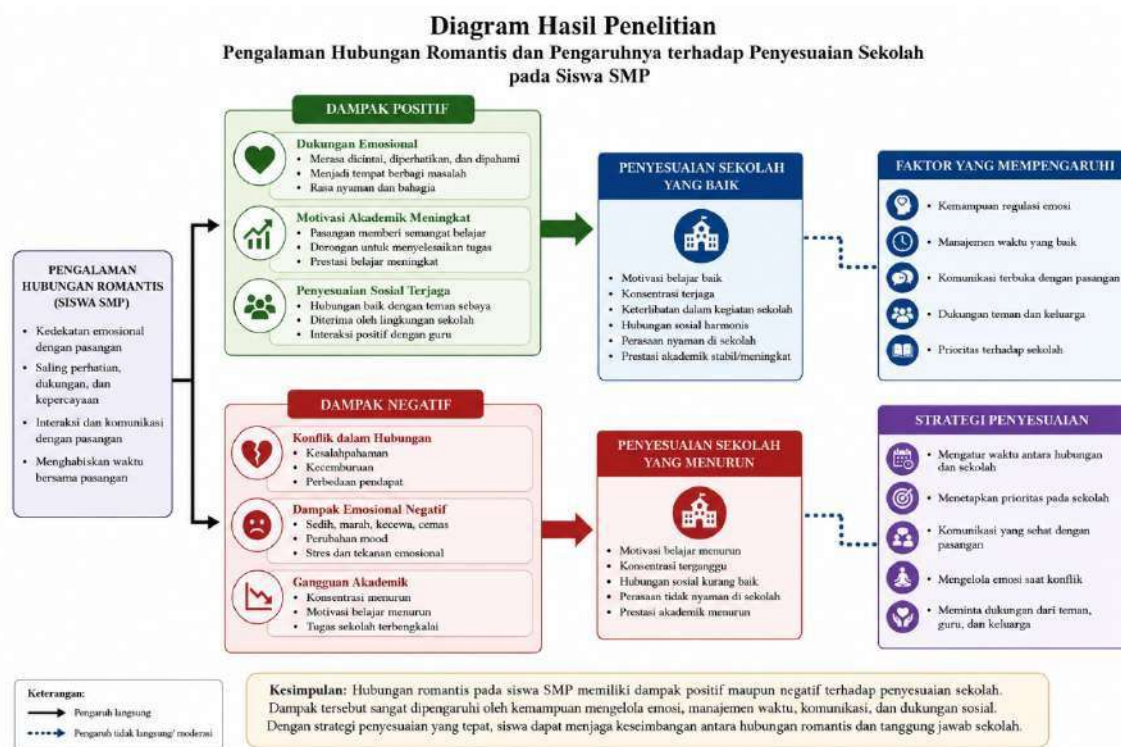
Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Tema Utama, Subtema, dan Temuan Penelitian

| Tema Utama                                             | Subtema                                                                                                                                                    | Temuan Utama                                                                                                                                                                               | Contoh Kutipan Partisipan                                                                                               |
|--------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Hubungan Romantis sebagai Sumber Dukungan Emosional | <ul style="list-style-type: none"><li>Perhatian dan kasih sayang</li><li>Dukungan saat menghadapi masalah</li><li>Rasa nyaman dan diterima</li></ul>       | Sebagian besar siswa memaknai hubungan romantis sebagai sumber dukungan emosional yang membuat mereka merasa bahagia, dihargai, dan tidak kesepian.                                        | "Pacar saya selalu ada ketika saya sedih, memberi semangat dan mendengarkan cerita saya."                               |
| 2. Pengaruh terhadap Motivasi dan Akademik             | <ul style="list-style-type: none"><li>Motivasi belajar meningkat</li><li>Dorongan menyelesaikan tugas</li><li>Konsentrasi terganggu saat konflik</li></ul> | Hubungan romantis dapat meningkatkan motivasi belajar karena adanya dukungan pasangan, tetapi konflik dapat mengganggu konsentrasi dan menurunkan semangat belajar.                        | "Dia selalu mengingatkan saya untuk belajar, jadi saya lebih rajin. Tapi kalau kami bertengkar, saya jadi susah fokus." |
| 3. Penyesuaian Sosial di Sekolah                       | <ul style="list-style-type: none"><li>Hubungan dengan teman sebaya</li><li>Penerimaan sosial</li><li>Interaksi dengan guru</li></ul>                       | Sebagian besar siswa tetap mampu menjaga hubungan baik dengan teman dan guru. Teman sebaya umumnya memberikan dukungan dan penerimaan.                                                     | "Teman-teman tahu saya punya pacar, tapi mereka tetap menerima dan tidak menjauhi saya."                                |
| 4. Dinamika Emosional dan Konflik                      | <ul style="list-style-type: none"><li>Kecemburuan dan kesalahpahaman</li><li>Perbedaan pendapat</li><li>Perasaan sedih, marah, kecewa</li></ul>            | Konflik dalam hubungan menimbulkan tekanan emosional seperti sedih, marah, dan cemas yang berdampak pada konsentrasi belajar dan suasana hati di sekolah.                                  | "Kalau kami salah paham, saya jadi sedih sehabian dan tidak semangat belajar."                                          |
| 5. Strategi Penyesuaian dan Manajemen Waktu            | <ul style="list-style-type: none"><li>Mengatur waktu</li><li>Prioritas sekolah</li><li>Komunikasi yang baik dengan pasangan</li></ul>                      | Siswa melakukan berbagai strategi untuk menyeimbangkan hubungan romantis dengan tuntutan sekolah, seperti mengatur waktu, memprioritaskan belajar, dan komunikasi terbuka dengan pasangan. | "Saya buat jadwal belajar dulu, baru chatting atau ketemu kalau ada waktu luang."                                       |

Gambar 1. Model Pengaruh Hubungan Romantis terhadap Penyesuaian Sekolah pada Siswa SMP





Gambar 1. Diagram Hasil Penelitian

### Makna Hubungan Romantis sebagai Sumber Dukungan Emosional

Hasil wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan memaknai hubungan romantis sebagai sumber kebahagiaan, teman berbagi cerita, serta sarana untuk mengurangi rasa kesepian. Responden menyatakan bahwa keberadaan pasangan memberikan rasa nyaman, tenang, dan bahagia dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu responden mengungkapkan bahwa pacaran menjadi “penyemangat hidup yang mendukung dan memotivasi kita”, sementara responden lain menyebutkan bahwa hubungan romantis membantu mereka “mengisi kekosongan supaya tidak kesepian”. Temuan ini menunjukkan bahwa pada masa remaja awal, kebutuhan akan kedekatan emosional dan penerimaan sosial mulai berkembang seiring dengan perkembangan identitas diri.

Secara teoritis, hasil ini sejalan dengan pandangan bahwa hubungan romantis pada masa remaja berfungsi sebagai konteks penting bagi perkembangan sosial dan emosional. Hubungan tersebut memberikan kesempatan bagi remaja untuk belajar tentang keintiman, komitmen, empati, dan dukungan interpersonal. Oleh karena itu, pengalaman berpacaran tidak selalu dipersepsikan sebagai perilaku negatif, tetapi dapat menjadi sumber kesejahteraan psikologis apabila dijalani secara sehat.

### **Hubungan Romantis sebagai Faktor Pendorong Motivasi Akademik**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar partisipan merasakan dampak positif hubungan romantis terhadap motivasi belajar. Beberapa responden mengaku menjadi lebih semangat datang ke sekolah karena dapat bertemu pasangan. Selain itu, pasangan juga berperan sebagai pemberi dukungan akademik melalui motivasi belajar dan pengingat untuk menyelesaikan tugas sekolah.

Seorang responden menjelaskan bahwa pasangannya “memberikan motivasi dan membantuku untuk belajar”, sedangkan responden lainnya menyatakan bahwa pacaran membuat dirinya lebih termotivasi untuk berprestasi karena pasangan merupakan siswa yang aktif dan berprestasi di sekolah.

Fenomena ini menunjukkan bahwa hubungan romantis dapat berfungsi sebagai sumber motivasi ekstrinsik yang mendorong keterlibatan siswa dalam aktivitas akademik. Kehadiran pasangan yang mendukung mampu meningkatkan rasa percaya diri dan semangat belajar. Temuan ini mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa kualitas hubungan romantis yang positif berhubungan dengan peningkatan motivasi dan keterlibatan sekolah pada remaja.

Namun demikian, tidak semua responden merasakan pengaruh akademik yang signifikan. Beberapa peserta menyatakan bahwa kegiatan belajar mereka tetap sama seperti sebelum berpacaran. Hal ini menunjukkan bahwa dampak hubungan romantis terhadap akademik sangat dipengaruhi oleh karakteristik individu dan kualitas hubungan yang dijalani.

### **Penyesuaian Sosial di Lingkungan Sekolah Tetap Terjaga**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan romantis tidak menyebabkan perubahan berarti dalam hubungan sosial partisipan dengan teman-teman maupun guru di sekolah. Mayoritas responden menyatakan bahwa hubungan pertemanan tetap berjalan seperti biasa meskipun mereka sedang berpacaran.

Sebagian besar teman sebaya memberikan respons positif terhadap hubungan yang dijalani responden. Beberapa responden bahkan menyebutkan bahwa teman-teman mereka memberikan dukungan dan nasihat terkait hubungan tersebut. Selain itu, tidak ditemukan indikasi bahwa hubungan romantis menghambat interaksi dengan guru.

Temuan ini mengindikasikan bahwa para partisipan mampu mempertahankan relasi sosial yang sehat meskipun sedang menjalani hubungan romantis. Kemampuan mempertahankan hubungan dengan teman dan guru merupakan salah satu indikator penyesuaian sosial yang baik di lingkungan sekolah.

Dalam perspektif perkembangan remaja, hubungan romantis dan hubungan pertemanan bukanlah dua hal yang saling menggantikan, melainkan dapat berjalan secara bersamaan. Oleh

karena itu, siswa yang mampu menjaga keseimbangan antara hubungan romantis dan relasi sosial cenderung menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik di lingkungan sekolah.

### **Konflik Romantis dan Dampaknya terhadap Kondisi Emosional**

Meskipun hubungan romantis umumnya dipandang positif oleh partisipan, seluruh responden mengaku pernah mengalami konflik dengan pasangan. Konflik yang muncul umumnya berupa kesalahpahaman, kecemburuan, atau ketidaksepakatan mengenai aktivitas sehari-hari.

Beberapa responden mengungkapkan bahwa konflik tersebut memengaruhi suasana hati dan konsentrasi belajar. Salah satu responden menyatakan bahwa dirinya menjadi "malas dan bad mood di kelas" ketika sedang bertengkar dengan pasangan. Responden lain mengaku menjadi kurang fokus dalam kegiatan belajar karena terus memikirkan konflik yang sedang terjadi.

Temuan ini menunjukkan bahwa hubungan romantis memiliki potensi menjadi sumber stres emosional bagi remaja. Ketika konflik tidak dapat dikelola dengan baik, kondisi emosional siswa dapat terganggu dan berdampak pada aktivitas akademik di sekolah.

Hasil ini mendukung teori bahwa hubungan romantis pada masa remaja bersifat ambivalen, yaitu dapat memberikan manfaat sekaligus risiko. Di satu sisi hubungan tersebut memberikan dukungan emosional, namun di sisi lain dapat menimbulkan tekanan psikologis ketika terjadi konflik interpersonal.

### **Strategi Penyesuaian Sekolah Melalui Manajemen Waktu dan Prioritas Akademik**

Seluruh responden menekankan pentingnya kemampuan membagi waktu antara hubungan romantis dan kewajiban sekolah. Strategi yang paling sering digunakan adalah mengutamakan kegiatan akademik, mengatur jadwal belajar, serta menjaga komunikasi yang sehat dengan pasangan.

Sebagian besar partisipan menyatakan bahwa sekolah harus tetap menjadi prioritas utama. Mereka memandang hubungan romantis sebagai pelengkap yang tidak boleh mengganggu pencapaian akademik. Salah satu responden menyampaikan bahwa "pacaran boleh, tetapi sekolah tetap yang utama", sementara responden lain menyatakan bahwa pasangan seharusnya menjadi motivator untuk berprestasi, bukan penghambat.

Temuan ini menunjukkan adanya kesadaran diri pada remaja mengenai pentingnya keseimbangan antara kehidupan pribadi dan tuntutan akademik. Kemampuan mengelola waktu serta menetapkan prioritas merupakan faktor penting yang mendukung keberhasilan penyesuaian sekolah pada siswa yang sedang menjalani hubungan romantis.

### **Sintesis Pembahasan**

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman hubungan

romantis pada siswa SMP tidak selalu berdampak negatif terhadap kehidupan sekolah. Sebaliknya, sebagian besar partisipan memandang hubungan romantis sebagai sumber dukungan emosional, motivasi belajar, dan semangat untuk berprestasi. Namun demikian, konflik yang terjadi dalam hubungan dapat memengaruhi kondisi emosional dan konsentrasi belajar apabila tidak dikelola dengan baik.

Temuan ini mengindikasikan bahwa kualitas hubungan romantis dan kemampuan siswa dalam mengatur waktu menjadi faktor utama yang menentukan keberhasilan penyesuaian sekolah. Siswa yang mampu mempertahankan keseimbangan antara hubungan romantis dan tanggung jawab akademik cenderung menunjukkan penyesuaian sekolah yang lebih positif. Dengan demikian, hubungan romantis pada masa remaja dapat dipahami sebagai pengalaman perkembangan yang kompleks, yang memiliki potensi memberikan manfaat maupun tantangan bagi kehidupan sekolah siswa.

### **Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman hubungan romantis pada siswa SMP merupakan fenomena perkembangan yang memiliki makna serta dampak yang kompleks terhadap kehidupan sekolah. Berdasarkan pendekatan fenomenologi interpretatif (Interpretative Phenomenological Analysis/IPA), ditemukan bahwa siswa memaknai hubungan romantis sebagai bentuk kedekatan emosional yang dapat memberikan rasa nyaman, perhatian, dukungan, serta menjadi sumber motivasi dalam menjalani aktivitas sehari-hari.

Hubungan romantis yang dijalani secara sehat dapat memberikan pengaruh positif terhadap penyesuaian sekolah, terutama melalui peningkatan motivasi belajar, dukungan emosional, dan perkembangan kemampuan komunikasi interpersonal. Kehadiran pasangan dapat menjadi sumber dorongan bagi siswa untuk lebih bersemangat dalam belajar dan menjalankan tanggung jawab akademik.

Namun, penelitian ini juga menemukan bahwa hubungan romantis memiliki potensi memberikan dampak negatif apabila tidak dikelola dengan baik. Konflik dalam hubungan seperti kesalahpahaman, kecemburuan, dan perbedaan pendapat dapat memengaruhi kondisi emosional siswa, menyebabkan perubahan suasana hati, gangguan konsentrasi, serta menurunkan keterlibatan dalam kegiatan akademik.

Dalam aspek sosial, sebagian besar siswa tetap mampu mempertahankan hubungan yang baik dengan teman sebaya dan guru. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan romantis tidak selalu menghambat penyesuaian sosial di sekolah selama siswa mampu menjaga keseimbangan antara kehidupan pribadi dan tanggung jawab sebagai pelajar.

Secara keseluruhan, keberhasilan penyesuaian sekolah pada siswa yang menjalani hubungan romantis dipengaruhi oleh kemampuan mengelola emosi, komunikasi dengan

pasangan, manajemen waktu, serta kemampuan menentukan prioritas. Oleh karena itu, hubungan romantis pada masa remaja awal dapat dipahami sebagai pengalaman perkembangan yang dapat memberikan manfaat maupun tantangan bagi kehidupan siswa.

### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih secara khusus disampaikan kepada pihak sekolah, guru, serta siswa SMP yang telah bersedia menjadi partisipan dan memberikan informasi berharga sehingga penelitian mengenai pengalaman hubungan romantis dan penyesuaian sekolah ini dapat terlaksana dengan baik. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada dosen pembimbing dan rekan-rekan yang telah memberikan arahan, masukan, serta dukungan selama proses penelitian dan penyusunan artikel ini. Tidak lupa, penghargaan diberikan kepada keluarga yang senantiasa memberikan doa, motivasi, dan dukungan moral. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu psikologi perkembangan, psikologi pendidikan, serta layanan bimbingan dan konseling dalam memahami perkembangan sosial-emosional remaja.

### **Referensi**

- Baker, R. W., & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to college. *Journal of Counseling Psychology*, 31(2), 179–189. <https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). New York, NY: Basic Books.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310–357. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.98.2.310>
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1–24. <https://doi.org/10.1111/1532-7795.1301001>
- Connolly, J., & McIsaac, C. (2009). Adolescents' romantic relationships: An emerging portrait of their nature and developmental significance. *Personal Relationships*, 16(4), 567–586. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2009.01241.x>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York, NY: W. W. Norton.
- Furman, W. (2002). The emerging field of adolescent romantic relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 11(5), 177–180. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00195>
- Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. In P. Florsheim (Ed.), *Adolescent romantic relations and sexual behavior: Theory, research, and practical implications* (pp. 3–22). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Giordano, P. C., Longmore, M. A., & Manning, W. D. (2006). Gender and the meanings of adolescent romantic relationships: A focus on boys. *American Sociological Review*, 71(2), 260–287. <https://doi.org/10.1177/000312240607100205>
- Heidegger, M. (1962). *Being and time*. New York, NY: Harper & Row.
- Husserl, E. (1931). *Ideas: General introduction to pure phenomenology*. London: George Allen & Unwin.
- Longobardi, C., Prino, L. E., Marengo, D., & Settanni, M. (2016). Student–teacher relationships as a protective factor for school adjustment during the transition from middle to high school. *Frontiers in Psychology*, 7, 198. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00198>
- Santrock, J. W. (2021). *Adolescence* (17th ed.). New York, NY: McGraw-Hill Education.

- Smith, J. A. (1996). Beyond the divide between cognition and discourse: Using interpretative phenomenological analysis in health psychology. *Psychology and Health*, 11(2), 261–271.  
<https://doi.org/10.1080/08870449608400256>
- Smith, J. A., Flowers, P., & Larkin, M. (2009). *Interpretative phenomenological analysis: Theory, method and research*. London: SAGE Publications.
- Wentzel, K. R. (2017). Peer relationships, motivation, and academic performance at school. In A. J. Elliot, C. S. Dweck, & D. S. Yeager (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (2nd ed., pp. 586–603). New York, NY: Guilford Press.