

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**

(Skripsi)

Oleh

ENDAH MARSHA



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
BIMBINGAN DAN KONSELING
UNIVERSITAS LAMPUNG
2019**

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018 / 2019

Oleh

Endah Marsha

Permasalahan dalam penelitian ini adalah Penyesuaian sosial siswa rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019. Metode penelitian yang digunakan bersifat kuantitatif. Populasi penelitian sebanyak 230 siswa dan sampel penelitian 46 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan skala. Teknik analisis data menggunakan korelasi *Product Moment*. Kesimpulan penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial siswa.

Kata kunci: kepercayaan diri, penyesuaian sosial.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF - CONFIDENCE AND SOCIAL ADJUSTMENT IN TENTH GRADE STUDENTS OF SMAN 8 BANDAR LAMPUNG ACADEMIC YEAR 2018/2019

By

Endah Marsha

The problem of this research was Social adjustment for low students This research was aimed to find out the relationship between self confident and student's social adjustment students of SMAN 8 Bandar Lampung academic year 2018/2019. This research was a quantitative research. The population of this research were 230 students and the sample were 46 students. Data collecting technique used were scale. The data analysis used was correlation product moment. In conclusion, there is a positive and significant relationship between self confident and students' social adjustment.

Keywords: *self confident, social adjustment*

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Oleh

ENDAH MARSHA

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Program Studi Bimbingan Konseling
Jurusan Ilmu Pendidikan
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

Judul Skripsi : **HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI
DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA SISWA
KELAS X SMA NEGERI 8 BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Nama Mahasiswa : **Endah Marsha**

No. Pokok Mahasiswa : **1413052025**

Program Studi : **Bimbingan dan Konseling**

Jurusan : **Ilmu Pendidikan**

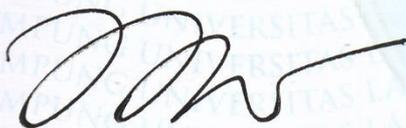
Fakultas : **Keguruan dan Ilmu Pendidikan**

MENYETUJUI

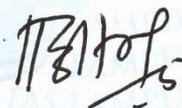
1. Komisi Pembimbing

Pembimbing Utama

Pembimbing Pembantu



Dr. Syarifuddin Dahlan , M.Pd.
NIP. 19591110 198603 1 005



Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.
NIP. 19730315 200212 2 002

2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan



Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP. 19760808 200912 1 001

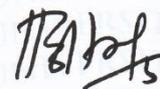
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

Ketua : Dr. Syarifuddin Dahlan , M.Pd.



Sekretaris : Ratna Widiastuti, S.Psi., M.A., Psi.



**Penguji
Bukan Pembimbing : Drs. Yusmansyah, M.Si.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.
NIP. 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 15 Mei 2019

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun Ajaran 2018/2019 adalah benar-benar karya saya sendiri. Dalam penyelesaian karya tulis ini, saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko, sanksi, atau klaim dari pihak lain yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan terhadap keaslian karya saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, penuh kesadaran yang dilandasi oleh kebenaran ilmiah yang berlaku dalam dunia akademik.

Bandar Lampung, Juli 2019
Yang membuat pernyataan,



Endah Marsha
NPM. 1413052025

RIWAYAT HIDUP

Penulis yang bernama Endah Marsha lahir di Tanjung Karang, Bandar Lampung tanggal 12 Juli 1996. Anak pertama dari tiga bersaudara, yaitu dari Bapak Marsidi dan Ibu Aisyah.

Jenjang pendidikan yang pernah ditempuh penulis yaitu, Pendidikan Sekolah Dasar (SD) Negeri 3 Kampung Sawah Bandar Lampung diselesaikan pada tahun 2008, Sekolah Menengah Pertama (SMP) Utama 3 Bandar Lampung diselesaikan pada tahun 2011, dan Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 3 Bandar Lampung diselesaikan pada tahun 2014.

Penulis terdaftar sebagai mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung pada tahun 2014. Pada tahun 2017 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di Pekon Gunung Sugih Liwa, Kecamatan Balik Bukit, Kabupaten Lampung Barat, dan melaksanakan Praktik Profesi Kependidikan (PPK) di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Liwa Kabupaten Lampung Barat.

MOTTO

“Allah tidak membebani seseorang, melainkan sesuai dengan kesanggupannya”

- (QS: Al- Baqarah: 286)

.”

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Robbil'alamiin...

*Teriring puji dan syukur ku kepada Allah SWT
Ku persembahkan skripsi ini sebagai awal pembuktian ku
kepada kedua orang tua*

*Ibu dan Bapak tercinta atas peluh keringat, cinta dan kasih
sayang serta do'a yang senantiasa dengan tulus mengiringi
langkah keberhasilan*

*Terima kasih atas dukungan serta do'a yang senantiasa tulus
mengiringi langkah, dan aku pastikan perjuangan menuntut
ilmu ini tidak akan pernah berakhir, aku ingin membuat
bangga seluruh keluarga ku*

Almamaterku Tercinta Universitas Lampung

SANWACANA

Puji syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya, Alhamdulillah, atas ridho dan karunia-Nya, serta kemudahan dari-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung Tahun ajaran 2018/2019” adalah sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Lampung. Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari peranan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. Hasriadi Mat Akin, M.P., selaku Rektor Universitas Lampung.
2. Prof. Dr. H. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Bapak Dr. Riswandi, M.Pd., selaku Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lampung.
4. Bapak Drs. Yusmansyah, M.Si., selaku Ketua Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Lampung sekaligus Dosen Penguji. Terimakasih atas

bimbingan, saran, dan masukan berharga yang telah bapak berikan kepada penulis.

5. Bapak Dr. Syarifuddin Dahlan, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing utama. Terimakasih atas kesediaan bapak yang telah memberikan bimbingan, nasehat, saran, dan kritik yang bersifat membangun untuk penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Ibu Ratna Widiastuti, S.Psi, M.A., Psi., selaku Dosen Pembimbing Pembantu sekaligus Pembimbing Akademik. Terimakasih atas bimbingan, saran, dan masukan yang berharga yang telah ibu berikan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Bimbingan dan Konseling FKIP UNILA terimakasih untuk semua bimbingan dan pelajaran yang begitu berharga yang telah bapak ibu berikan selama perkuliahan.
8. Staf dan Karyawan Program Studi Bimbingan dan Konseling yang telah membantu penulis selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
9. Belahan Jiwa ku Orang Tua saya, *Bapak* dan *Ibu* tercinta terimakasih atas semua yang senantiasa selalu memberikan restu, motivasi, do'a, serta dukungan yang luar biasa untuk ku
10. Ibu Drs. Nalan Zuraida selaku guru Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 8 Bandar Lampung, yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian di SMA Negeri 8 Bandar Lampung;
11. Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, Staff dan Siswa-Siswi SMA Negeri 8 Bandar Lampung yang telah bekerjasama membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian skripsi ini;

12. Saudara-saudara ku Marsidi Fam's yaitu Mila Tilas, Ridho Nugroho, Irma, Mba Vita, Mas Sigit, Mba Maya, Estri Intan, Eka Shella, Veni, dan seluruh keluarga besar yang selalu memberikan semangat kepada ku;
13. Saudara-saudara ku seperjuangan di Program Studi Bimbingan dan Konseling khususnya angkatan ku yaitu 2014 kelas A dan B yaitu Monica Meilisa BY, Nanda Sekar, Annisa Surachman, Visia riyanita, Vetriana, Lisa Fatmala, Laila Aziz, Ade Eryanti, Ayu Selfi, Azlia Febrina, siska, dan yang lain-lain yang tidak aku sebutkan semua satu persatu yang selalu berbagi rasa baik suka maupun duka sejak awal menjadi mahasiswa baru yang selalu mendukung dan memberikan kebahagiaan di kampus tercinta;
14. Manis Manjah ku (Rani Alvina, Pipit Atin Fitriana, Tanti Senja Pradita, Prisma Fadli, Shinta Silvia Noviana, Novia Fadila Sari, Putri Ayu Lestari, Pratam Suhendro dan Mardiana Ligawa) yang selalu membuat kebahagiaan tak terhingga dikala bersama berbagi rasa baik suka maupun duka, yang selalu memberi dukungan, yang selalu mendengarkan curhat ku disaat lagi sedih maupun senang, kalian selalu di hati, terima kasih kesayangan ku;
15. Peace Girl (Firyal Nabila Shafira, Anggi Mareta Siska, Anniz Elyza Muthia, Despy Pratiwi, dan Astri Alvi) Kalian Penyemangatku , yang selalu membuat kebahagiaan dengan cara uniknya masing-masing, tempat berbagi pengalaman, saling mendukung baik suka maupun duka, kalian luar biasa gaes, terima kasih kesayangan ku, kalian selalu di hati;

16. Serta semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, namun tidak mengurangi rasa terima kasih yang sebesar-besarnya;

Penulis ucapkan terima kasih. Semoga segala yang kalian berikan kepada penulis mendapat balasan dari Allah SWT. Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi sedikit harapan semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi pembaca. Aamiin.

Bandar Lampung,
Penulis,

Endah Marsha
NPM. 1413052025

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang dan Masalah	1
1. Latar Belakang.....	1
2. Identifikasi Masalah	9
3. Pembatasan Masalah.....	10
4. Rumusan Masalah	10
B. Tujuan dan Manfaat Penelitian	10
1. Tujuan Penelitian.....	10
2. Manfaat Penelitian.....	10
C. Ruang Lingkup	11
D. Kerangka Pikir.....	12
E. Hipotesis.....	16
II. TINJAUAN PUSTAKA	18
A. Kepercayaan Diri.....	18
1. Pengertian Kepercayaan Diri.....	18
2. Aspek - Aspek Kepercayaan Diri	19
3. Ciri-Ciri Individu yang Percaya Diri	20
4. Ciri-Ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah.....	22
5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	22
6. Upaya Meningkatkan Kepercayaan diri.	25
B. Penyesuaian Sosial.....	26
1. Pengertian Penyesuaian Sosial	26
2. Ciri Penyesuaian Sosial yang Baik	28
3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial.....	30
4. Aspek Penyesuaian Sosial	31
5. Kriteria Penyesuaian Sosial.....	33
C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial	33

III. METODE PENELITIAN.....	41
A. Tempat dan Waktu Penelitian	41
B. Metode Penelitian.....	41
C. Populasi	42
D. Sampel.....	42
E. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	43
1. Variabel Penelitian	43
2. Definisi Operasional.....	43
F. Teknik Pengumpulan Data	44
G. Uji Persyaratan Instrumen.....	49
1. Uji Validitas.....	49
2. Uji Reliabilitas.....	51
H. Teknik Analisis Data.....	52
1. Uji Normalitas	53
2. Uji Linieritas.....	54
3. Uji Hipotesis.....	54
IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	56
A. Prosedur Penelitian.....	56
B. Analisis Hasil Penelitian	59
1. Uji Normalitas	59
2. Uji Linieritas.....	60
3. Uji Hipotesis.....	61
C. Pembahasan	62
V. KESIMPULAN DAN SARAN	71
A. Kesimpulan.....	71
B. Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN	76
Lampiran 1. Skala Kepercayaan Diri	77
Lampiran 2. Skala Penyesuaian Sosial	80
Lampiran 3. Hasil Uji Ahli Kisi-kisi Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial	83
Lampiran 4. Perhitungan Hasil Uji Ahli dengan Aiken's V	93
Lampiran 5. Data hasil uji coba skala kepercayaan diri	104
Lampiran 6. Data Hasil Uji Coba Skala Penyesuaian Sosial.....	106
Lampiran 8. Distribusi Nilai r_{tabel} Signifikansi 5% dan 1%	108
Lampiran 9. Uji Normalitas	109
Lampiran 10. Uji Linieritas.....	110
Lampiran 11. Uji Hipotesis.....	111
Lampiran 12. Dokumentasi.....	112
Lampiran 13. Surat Pengantar Penelitian.....	113
Lampiran 14. Surat Balasan Penelitian.....	114

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Skor Skala Likert.....	45
2. Kriteria Variabel Skala Kepercayaan Diri	46
3. Kisi-Kisi dan Pernyataan Skala Kepercayaan Diri	47
4. Kisi-Kisi Skala Penyesuaian Sosial	48
5. Kriteria Variabel Skala Penyesuaian Sosial.....	49
6. Kriteria reliabilitas menurut (Arikunto,2006) sebagai berikut:.....	52
7. Hasil <i>Skoring</i> Skala Kepercayaan Diri.....	58
8. Hasil <i>Skoring</i> Skala Penyesuaian Sosial	58
9. Kriteria Variabel Skala Kepercayaan Diri	59
10. Kriteria Variabel Skala Penyesuaian Sosial	59
11. Rangkuman Hasil Uji Normalitas	60
12. Hasil Uji Linieritas	60
13. Hasil Uji Hipotesis	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Arah kerangka pikir hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa	16

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang dan Masalah

1. Latar Belakang

Pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi siswa agar lebih bermartabat sebagai wujud ketakwaan kepada Tuhan Yang Maha Esa sebagaimana dijelaskan dalam Undang-Undang No 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Keberhasilan pendidikan hanya dapat dicapai melalui proses pendidikan secara menyeluruh baik pendidikan di sekolah, keluarga maupun masyarakat.

Pendidikan di sekolah merupakan pendidikan yang berlangsung secara sistematis, terarah, dan terukur. Pendidikan bertujuan untuk membantu siswa mengembangkan potensi dirinya. Siswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya sehingga dapat mengembangkan kualitas dirinya yaitu menjadi pribadi yang mandiri, percaya diri dan bertanggung jawab. Pendidikan sebagai proses pembentukan pribadi diartikan sebagai suatu kegiatan yang sistematis terarah pada terbentuknya kepribadian siswa. Proses pembentukan pribadi yang baik dapat dilakukan melalui komunikasi dan interaksi dengan lingkungannya.

Menurut Hakim (2002) rasa percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya. Percaya diri itu tumbuh dari dalam hati seseorang, menyatu dengan jiwanya diaplikasikan dengan sikapnya. Percaya diri menuntun individu menuju kearah keberhasilan. Seperti siswa di sekolah yang dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar, dapat mengatasi setiap kegagalannya.

Siswa di Sekolah Menengah Atas memasuki tahap perkembangan remaja. Di sekolah, remaja dihadapkan pada masalah penyesuaian diri. Proses penyesuaian diri pada remaja sering dihadapkan pada persoalan penerimaan dan penolakan dalam pergaulannya. Setiap individu juga cenderung mengharapkan dirinya berkembang dan dapat menjadi lebih baik. Hal ini diperoleh apabila remaja tersebut memahami kemampuan dan segala sesuatu yang ada dalam dirinya. Untuk dapat mengetahuinya tentu individu tersebut memiliki keyakinan dan keberanian dan kepercayaan diri untuk mencoba segala sesuatu. Dengan mencoba segala sesuatu individu tersebut mengetahui dan dapat mengembangkan kemampuan yang ia miliki.

Risnawita (2010) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Lauster (Ghufron dan Risnawita 2010) mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan akan kemampuan, kekuatan, dan kemampuan untuk mampu mengeluarkan pendapat, memberi tanggapan, dan

melakukan komunikasi dengan orang lain. Lauster (Ghufron dan Risnawita, 2010) Orang yang memiliki aspek-aspek kepercayaan diri yang positif, adalah sebagai berikut : yakin pada kemampuan sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis.

Ghufron (2010) menjelaskan bahwa jika siswa tidak memiliki rasa percaya diri maka siswa tersebut tidak akan bisa menerima kenyataan dalam hidup, tidak dapat mengembangkan kesadaran dirinya, selalu berfikir negatif terhadap orang lain, tidak memiliki kemandirian dalam hidup, serta tidak mempunyai kemampuan untuk mencapai segala sesuatu yang diinginkannya. Seperti dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik, mudah bersosialisasi baik dilingkungan sosial, dapat bekerjasama dalam hal positif dengan kelompok teman sebaya, memiliki tanggung jawab serta mampu bertindak segera, mampu berpartisipasi sosial terhadap perannya dalam kelompok, mempunyai kepuasan pribadi dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial, kepuasan pribadi secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri.

Oleh karena masa remaja merupakan masa yang penuh dengan gejolak, remaja sangat membutuhkan rasa kepercayaan diri yang tinggi agar mampu menyesuaikan diri dengan keadaan lingkungannya. Masa remaja merupakan masa dimana individu mulai belajar bergaul dengan kelompok. Remaja merupakan individu yang seringkali dipenuhi dengan keinginan menjadi orang terkenal, dikagumi, dan disukai oleh teman-temannya. Harapan-harapan tersebut bisa saja terwujud bagi mereka yang memiliki kemampuan lebih dalam menjalin hubungan dengan orang-orang di sekitarnya.

Hurlock (2006) berpendapat bahwa salah satu tugas perkembangan pada masa remaja yang tersulit adalah berhubungan dengan penyesuaian sosial. Dalam masa perkembangan ini sering kali muncul berbagai masalah kehidupan yang menuntut adanya penyesuaian baru yang terkadang sulit dihadapi oleh remaja tersebut. Masuknya remaja ke masa transisi menyebabkan mereka diharapkan beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan keadaan yang baru. Remaja yang dapat menyesuaikan diri dengan baik biasanya akan mampu melewati masa remaja dengan lancar dan diharapkan terjadi perkembangan ke arah kedewasaan yang optimal serta dapat diterima oleh lingkungannya.

Ali (2009) mengatakan proses dalam mencapai penyesuaian sosial secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain, dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian. Salah satu faktor yang perlu dikembangkan apabila siswa tersebut ingin melakukan interaksi dan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya adalah kepercayaan diri, karena dengan adanya kepercayaan diri akan membuat siswa tersebut berhasil dalam menjalani suatu proses penyesuaian sosial.

Siswa kelas X Saat pertama kali berada dalam lingkungan sekolah menengah atas, mereka akan menemukan sebuah lingkungan yang baru dan berbeda dengan lingkungan mereka sebelumnya yaitu sekolah menengah pertama. Hal ini merupakan sesuatu yang tidak mudah bagi sebagian siswa yang usianya masih dalam kategori remaja awal. Ini dikarenakan masa remaja adalah masa penyempurnaan dalam pengembangan dirinya yang mungkin belum diselesaikan pada masa kanak-kanak, dan salah satunya adalah penyesuaian diri dengan

lingkungan sosial dalam hal ini lingkungan sekolah yang baru, dimana siswa memiliki kebutuhan untuk penyesuaian diri agar dapat diterima sekaligus menjalani kehidupannya dengan baik di dalam lingkungan sekolah yang baru tersebut.

Berdasarkan pengamatan penulis selama melakukan penelitian di SMA Negeri 8 Bandar Lampung, terdapat fakta dilapangan atau fenomena yang terjadi di SMA tersebut terlihat dikelas beberapa siswa terlihat hanya akrab dengan teman sebangku ataupun teman yang berasal dari SMP yang sama. Siswa-siswa tersebut terlihat kurang dapat beradaptasi dilingkungan sekolah yang baru. Ada juga siswa yang terlihat minder karena masalah ekonomi yang menjadikan siswa sulit untuk menyesuaikan dengan lingkungan baru. Hal ini banyak menjadi pemicu kurang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial karena ekonomi seringkali menjadi kesenjangan. Siswa yang dapat dikatakan dari kalangan bawah cenderung menarik diri, karena dirinya tidak memiliki status seperti teman-teman yang berasal dari keluarga yang ekonominya berada pada kalangan menengah ke atas.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap guru bimbingan konseling dan beberapa guru mata pelajaran yang dilakukan oleh peneliti, ada seorang siswa yang kurang dapat melakukan penyesuaian sosial karena merasa malu karena berasal dari keluarga yang mengalami *broken home*. Siswa terlihat kurang percaya diri karena kehidupan keluarganya tidak seperti dengan teman-temannya yang lain. Ketika teman-teman yang lain segala potensi yang dimiliki didukung kuat oleh keluarganya, bagi siswa ini apa yang dilakukan sering dianggap salah, sehingga menjadikan siswa minder karena merasa dia tidak memiliki potensi yang dapat

dibanggakan. Hal tersebut menjadikan siswa canggung untuk berinteraksi. Siswa ini sering menolak saat mendapatkan giliran menyampaikan pendapat di kelas dikarenakan ia takut pendapatnya salah atau akan ditertawakan temannya.

Guru bimbingan konseling di SMA Negeri 8 Bandar Lampung juga memberikan pernyataan tentang beberapa siswa di kelas X saat guru tersebut memberikan layanan di kelas, siswa tersebut terlihat pasif dan kurang responsif terhadap guru BK, hal ini dikarenakan penyesuaian dengan lingkungan yang baru belum maksimal sehingga masih ada rasa malu, minder dan kurang percaya diri dalam mengutarakan atau menanggapi pernyataan-pernyataan atau permasalahan pribadi kepada guru pembimbing saat di kelas. Atas dasar ini penulis berkesimpulan bahwa beberapa siswa kelas X di SMA Negeri 8 Bandar Lampung belum memiliki kepercayaan diri yang cukup untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru, yang berakibat kepada proses belajarnya di sekolah.

Peneliti menyimpulkan apabila hal ini dibiarkan maka akan menyebabkan kegagalan dalam proses belajar dan dalam proses penyesuaian sosial siswa. Dampak dari kepercayaan diri yang rendah diantaranya yang dapat muncul seperti perasaan mudah mengeluh, dan sulit dalam menyesuaikan dirinya dalam lingkungan sosialnya, serta munculnya rasa putus asa dan mengalami kegagalan. Jadi peneliti menyimpulkan adanya hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa.

Hal ini diperkuat dengan adanya penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya. Dalam penelitian lain yang telah diteliti oleh peneliti-peneliti sebelumnya penulis menemukan adanya hubungan positif antara kepercayaan diri

dengan penyesuaian sosial misalnya pada penelitian yang dilakukan oleh : (1) Ibnu Ardi (2015), dengan judul “Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X di SMK Negeri 1 Kalasan”. Bahwa adanya hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X di SMK Negeri 1 Kalasan. Semakin tinggi tingkat kepercayaan diri yang dimiliki siswa, maka semakin tinggi pula kemampuan penyesuaian sosial yang dilakukan oleh siswa. Ditunjukkan dengan hasil analisis korelasi ditemukan koefisien korelasi 0,632 dengan taraf signifikan 0,000. (2) Peneliti lain yang dilakukan oleh Rokhaniah (2012) dengan judul Hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Demak, dengan hasil akhir terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Demak dengan indeks determinasi sebesar 0,315. (3) Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Fitriah (2013), dengan judul Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa SMP di Jakarta. Pada penelitian ini ditemukan korelasi yang positif dan tingkat signifikansi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial sebesar 0,610. Hal ini berarti ada hubungan yang positif dan signifikan artinya semakin tinggi kepercayaan diri remaja maka semakin baik penyesuaian sosialnya.

Dari beberapa hasil penelitian yang telah dijelaskan tersebut dapat disimpulkan bahwa Penyesuaian sosial memiliki hubungan dengan Kepercayaan diri. Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti berasumsi bahwa remaja dimana dalam kehidupan sehari-hari dituntut untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik dalam berinteraksi dengan lingkungannya dibutuhkan kepercayaan diri.

Siswa yang memiliki percaya diri, mereka percaya pada kemampuan sendiri dalam menyelesaikan masalah ataupun mengerjakan tugas-tugas sekolah. Mereka juga sudah bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain, serta adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan. Ada hal yang menarik disini, walaupun siswa tersebut belum dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru. Mereka cenderung menyendiri, kemanapun mereka pergi selalu sendiri karena merasa tidak ada yang mau berteman dengannya, mereka kesulitan dalam memilih teman baru, tidak cocok dengan lingkungannya dan teman baru di lingkungan belajar yang berbeda pada saat di Sekolah Menengah Pertama (SMP). Mereka juga tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Mereka tidak bisa bekerjasama dengan kelompok dan merasa tidak puas dengan kondisi di lingkungan sosialnya. Dengan kondisi seperti itu maka mereka menjadi malas untuk mengawali pembicaraan dengan teman-temannya, bahkan mereka tidak mempunyai teman dekat yang biasanya dimiliki oleh remaja-remaja yang lain serta menjadi penghambat proses belajarnya.

Berdasarkan fenomena tersebut, terlihat gejala-gejala rendahnya kepercayaan diri pada siswa yang cukup jelas menghambat proses Penyesuaian sosial siswa khususnya kelas X yang dapat memberikan dampak pada Penyesuaian diri dilingkungan sosialnya. Semua permasalahan tersebut tidak lepas dari kepercayaan diri. Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Kepercayaan diri siswa berpengaruh terhadap Penyesuaian sosial siswa. Hal inilah

yang melatar belakangi penulis untuk mengetahui lebih jelasnya maka penulis bermaksud mengadakan penelitian di SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019. Secara sederhana peneliti bertujuan untuk mengetahui Apakah terdapat hubungan yang signifikan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian sosial Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019”

2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah-masalah yang ada dari variabel dependent yaitu Penyesuaian Sosial dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Ada siswa kelas X yang terlihat kurang percaya diri karena masalah ekonomi yang menjadikan siswa sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
2. Ada siswa kelas X yang mengalami permasalahan keluarga dan menyebabkan siswa malu dan kurang percaya diri akibat kondisi keluarganya tersebut, sehingga menghambat penyesuaian sosial.
3. Ada siswa yang kurang dapat beradaptasi dilingkungan sekolah yang baru, akibatnya siswa tersebut tidak memiliki teman dekat seperti remaja lainnya.
4. Ada Siswa yang mengalami kesulitan bergaul dengan teman sebayanya.
5. Ada Siswa yang belum bisa menyesuaikan diri dengan baik terhadap kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa.
6. Ada Siswa yang tidak bisa bekerjasama dengan kelompok sebayanya.
7. Ada Siswa yang kemampuan penyesuaian terhadap lingkungan sosialnya masih belum maksimal dikarenakan siswa tersebut kurang percaya diri atau minder dalam bergaul dengan teman sebayanya.

3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan uraian identifikasi masalah diatas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu “hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar tahun ajaran 2018/2019”.

4. Rumusan Masalah

Masalah dalam penelitian ini adalah Penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah rendah. Adapun permasalahannya adalah “Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian tentang Kepercayaan diri dengan Penyesuaian sosial diharapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan teori Bimbingan dan Konseling khususnya pada layanan bimbingan pribadi dan sosial.

b. Secara Praktisi

1. Bagi sekolah, penelitian ini dapat memberi masukan untuk SMA Negeri 8 Bandar Lampung tentang hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial.
2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling, Diharapkan pula dengan adanya penelitian ini, konselor dapat memahami adanya keterkaitan hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa, sehingga konselor dapat memaksimalkan pemberian layanan pribadi dan sosial.
3. Bagi siswa, Dapat mendorong siswa SMA Negeri 8 Bandar Lampung untuk lebih percaya diri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dimanapun individu berada.
4. Sebagai bahan rujukan bagi orang tua siswa (melalui konsultasi dengan guru BK) agar dapat memberikan informasi tentang kepercayaan diri yang seharusnya diajarkan sejak dini, agar anak lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

C. Ruang Lingkup

Sesuai dengan perumusan masalah penulis membatasi ruang lingkup penelitian ini agar penelitian ini lebih jelas dan tidak menyimpang dari tujuan yang telah ditetapkan, diantaranya adalah:

1. Ruang Lingkup Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup ilmu bimbingan dan konseling.

2. Ruang Lingkup Objek

Ruang lingkup objek dalam penelitian ini adalah mengenai sejauh mana kepercayaan diri dan penyesuaian sosial pada siswa yang kurang baik dapat ditingkatkan.

3. Ruang Lingkup Wilayah

Subjek dalam penelitian ini adalah siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

4. Ruang Lingkup Waktu

Ruang Lingkup waktu dalam penelitian ini akan dilakukan pada semester genap tahun ajaran 2018/2019.

D. Kerangka Pikir

Kerangka pikir atau kerangka berfikir adalah dasar pemikiran dari penelitian yang disintesis dari fakta-fakta, observasi dan kajian kepustakaan.

Remaja dalam hal ini siswa sebagai makhluk sosial yang akan menjalin hubungan dengan orang lain, karena untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya remaja memerlukan bantuan orang lain. Untuk memenuhi kebutuhan fisik maupun psikis haruslah berinteraksi dengan orang lain dan harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Remaja sebagai generasi penerus bangsa, dan calon pemimpin masa depan, harus dibimbing dan diarahkan dari sekarang agar memiliki kualitas yang terbaik dan berhasil dalam meraih kesuksesan. Dalam pencapaian suatu kesuksesan bukanlah suatu hal yang mudah, begitu banyak faktor yang harus diperhatikan, salah satu faktor tersebut adalah kepercayaan diri.

Asmadi (2006) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan uraian dari pengertian kerangka pikir diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, dan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkannya, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Proses terbentuknya kepercayaan diri siswa berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik yang sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki siswa untuk dapat menimbulkan relasi yang positif, dan menggunakan segala kelebihan yang ada dalam diri individu agar menimbulkan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri merupakan sumber kekuatan diri kita untuk dapat bergaul dengan lingkungan sosial. Seorang siswa yang memiliki kepercayaan diri akan bertindak dengan tegas dan memiliki sikap yang optimis, kreatif dan memiliki harga diri.

Siswa yang menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik, maka menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri karena dengan kepercayaan diri dalam bergaul dengan orang lain dan berinteraksi dengan lingkungan sosial tidak akan mengalami hambatan.

Penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar

mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya. Tidak semua siswa dapat memiliki kemampuan penyesuaian sosial seperti yang diharapkan, problem khusus yang biasa terjadi pada remaja salah satunya adalah kurang percaya diri. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya adalah faktor sosial karena kepercayaan diri terbentuk melalui keadaan keluarga dan lingkungan sosial yang merupakan lingkungan hidup utama dalam kehidupan setiap orang. Seorang siswa sebagai makhluk sosial yang dituntut dapat menerima dan menghargai setiap orang yang ada disekelilingnya.

Siswa yang mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya dan mendapatkan kepercayaan diri yang baik mempunyai ciri bertindak mandiri dengan membuat pilihan dan mengambil keputusan sendiri, seperti menjalin relasi dengan orang lain, memiliki tanggung jawab serta mereka mampu bertindak dengan segera, memiliki keyakinan yang kuat, memiliki persepsi diri yang positif, suka mencari tantangan baru, mau melibatkan diri dengan lingkungan yang lebih luas, mengungkapkan perasaan kasih sayang dengan spontan, dan mampu mempengaruhi orang lain.

Siswa yang mempunyai kepercayaan diri yang baik maka penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya pun akan berlangsung lancar, seperti pada proses penyesuaian diri, apabila penyesuaian diri positif akan ditandai oleh kepercayaan

terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian, dan itu akan mempermudah mereka dalam mengaktualisasikan diri dan akan memperlancar mereka mencapai kesuksesan dalam kehidupan.

Kepercayaan diri bagi siswa dalam memulai hubungan penyesuaian dalam lingkungan sangat penting karena sikap individu dalam berinteraksi dengan lingkungan tergantung pada kepercayaan diri individu. Remaja yang mempunyai percaya diri yang tinggi akan mudah bersosialisasi dan remaja yang mempunyai percaya diri kurang cenderung menutup diri dan sulit dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Hurlock (2006) menyatakan bahwa suksesnya penyesuaian diri individu bergantung pada kepercayaan diri individu. Pada masa remaja, salah satu tugas perkembangan individu adalah melakukan penyesuaian diri, dimana individu pada saat bersamaan harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dengan dirinya terkait pubertas dan beradaptasi pula dengan perubahan lingkungan sosial mereka. Santrock (2003) menambahkan bahwa kemampuan remaja menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial mereka sangat bergantung pada kepercayaan dirinya. Oleh karenanya, jika remaja memiliki kepercayaan diri yang rendah, maka tingkat penyesuaian dirinya rendah. Akan berbeda jika remaja memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka tingkat penyesuaian dirinya juga tinggi.

Penyesuaian sosial yang berhasil akan menuju pada kondisi mental yang mampu dalam menyesuaikan masalah yang dihadapi, memahami kekurangan-kekurangan yang ada pada dirinya. Remaja yang memiliki sikap takut, cemas, cenderung

menarik diri dari pergaulan lingkungan akan mengakibatkan penolakan dari lingkungan sehingga remaja akan mempunyai rasa kesepian, kecemasan dan merasa kurang bahagia, dan perasaan itu disebabkan karena kurang percaya pada diri sendiri sehingga tidak mampu menciptakan hubungan yang harmonis dengan orang lain.

Berdasarkan uraian di atas, maka untuk lebih jelasnya hubungan antara Kepercayaan diri dengan Penyesuaian sosial secara teoritis terlihat dalam kerangka pikir berikut ini.



Gambar 1. Arah kerangka pikir hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa

E. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Berdasarkan uraian rumusan masalah di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019. Hipotesis statistiknya adalah:

Ho : Tidak Terdapat hubungan positif yang Signifikan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

Ha : Terdapat hubungan positif yang Signifikan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019.

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri adalah sesuatu yang tidak ternilai. Dengan memiliki percaya diri, seseorang dapat melakukan apa pun dengan keyakinan bahwa itu akan berhasil, apabila ternyata gagal, seseorang tidak lantas putus asa, tetapi tetap masih mempunyai semangat, tetap bersikap realistis, dan kemudian dengan mantap mencoba. Seperti yang dikemukakan oleh Thursan Hakim (2002), yaitu percaya diri setiap orang merupakan salah satu kekuatan jiwa yang sangat menentukan berhasil tidaknya orang tersebut dalam mencapai berbagai tujuan hidupnya.

Seperti yang dikemukakan oleh Hasan (2010) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan akan kemampuan diri sendiri dan menyadari kemampuan-kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkannya secara tepat.

Enung Fatimah (2006) mengartikan kepercayaan diri sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun lingkungan ataupun situasi yang dihadapinya. Rasa percaya diri memang tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang.

Beberapa penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri sebagai sikap positif yang mencerminkan adanya keyakinan diri terhadap kemampuan-

kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, kepercayaan diri bersumber dari dalam diri sendiri.

2. Aspek - Aspek Kepercayaan Diri

Aspek-aspek kepercayaan diri merupakan hal-hal yang selalu ada dalam diri seseorang yang percaya diri. (Ghufron, 2010) mengemukakan aspek-aspek yang terkandung dalam kepercayaan diri antara lain:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif anak tentang dirinya bahwa anak mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif anak yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Obyektif yaitu anak yang percaya diri memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan anak untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional yaitu analisis terhadap sesuatu masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berbeda dengan Hurlock (2006) yang mengungkapkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri individu meliputi aspek fisik, aspek psikis, dan aspek sosial. Berikut ini merupakan garis besar penjabarannya.

- a. Aspek Fisik
Keadaan fisik seperti kegemukan, kurang tinggi, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera, kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain, dan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena individu amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Hal tersebut membuat individu tidak dapat bereaksi secara positif dan memunculkan rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri.
- b. Aspek Psikis
Individu akan percaya diri karena mempunyai kemampuan yang tinggi meliputi perasaan, keahlian khusus yang dimiliki, dan sikap individu terhadap diri sendiri.
- c. Aspek Sosial
Kepercayaan diri terbentuk melalui dukungan sosial yakni dukungan dari orang tua dan orang yang ada di sekitarnya. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan hidup utama dalam kehidupan seseorang.

Berdasarkan uraian di atas mengenai aspek-aspek kepercayaan diri dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek kepercayaan diri yang diungkapkan oleh beberapa ahli di atas memiliki pendapat yang hampir sama dan dapat saling melengkapi satu dengan yang lainnya. Aspek-aspek tersebut berpengaruh terhadap kepercayaan diri siswa.

3. Ciri-Ciri Individu yang Percaya Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan. Menurut Hakim (2002) orang yang mempunyai rasa percaya diri antara lain memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
- c. Mampu menetralkan ketegangan

- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang menunjang penampilan
- f. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupan
- g. Memiliki kemampuan bersosialisasi

Ciri-ciri perilaku yang mencerminkan percaya diri menurut Hakim (2002)

adalah:

- a. Yakin kepada diri sendiri yaitu seseorang yang percaya diri akan memahami kemampuan yang dimiliki dan mengetahui apa yang dilakukan.
- b. Tidak tergantung pada orang lain yaitu orang yang percaya diri akan bersikap mandiri dan berusaha mengerjakan sesuatu hal dengan kemampuan dirinya sendiri.
- c. Merasa diri berharga yaitu orang yang percaya diri memiliki *self esteem* yang positif sehingga dari harga diri yang positif dirinya akan selalu diharapkan oleh orang lain.
- d. Tidak ragu-ragu yaitu orang yang percaya diri akan selalu melaksanakan pekerjaan tanpa ragu-ragu.
- e. Tidak menyombongkan diri, dengan kemampuan yang dimiliki seseorang yang percaya diri tidak lantas menyombongkan diri kepada orang lain.

Ghufroon (2010) juga menyebutkan ciri-ciri individu yang mempunyai rasa

percaya diri sebagai berikut:

- a. Tidak mementingkan diri sendiri
- b. Tidak membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan
- c. Bersikap optimis dan gembira
- d. Tidak merisaukan diri untuk memberi kesan yang menyenangkan
- e. Yakin akan kemampuan diri

Dapat ditarik kesimpulan bahwa ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri diantaranya adalah memiliki *self esteem* yang positif sehingga dari harga diri yang positif dirinya akan selalu diharapkan oleh orang lain, memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, bersikap optimis, berfikir positif,

mudah beradaptasi di lingkungan dimanapun individu berada, serta mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.

4. Ciri-Ciri Individu yang Memiliki Kepercayaan Diri Rendah

Setiap inividu berbeda antara satu dengan yang lain, masing-masing memiliki ciri yang khas pada dirinya, dari perbedaan itu dapat diketahui bahwa ada inividu yang memiliki kepercayaan diri. Berikut ini merupakan ciri-ciri individu yang tidak percaya diri menurut Hakim (2002) adalah:

- a. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial atau ekonomi.
- b. Mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu
- c. Memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi mental, fisik, sosial atau ekonomi.
- d. Gugup dan terkadang bicara gagap
- e. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga kurang baik
- f. Sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih dari dirinya
- g. Mudah putus asa

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri individu yang memiliki kepercayaan diri rendah diantaranya ialah memiliki kelemahan atau kekurangan dari segi fisik, sosial, ataupun ekonomi, Sering menyendiri dari kelompok yang dianggap lebih darinya, tidak memiliki keberanian berbicara didepan banyak orang, memiliki latar belakang keluarga yang kurang baik, serta mudah putus asa.

5. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan faktor eksternal (Ghufron, 2010):

a. Faktor internal, meliputi:

1) Konsep diri

Terbentuknya percaya diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok.

2) Harga diri

Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Individu yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Individu yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri.

3) Kondisi fisik

Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada rasa percaya diri. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

4) Pengalaman hidup

Ghufron (2010) mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Apalagi jika pada dasarnya individu memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

b. Faktor eksternal meliputi

1) Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi percaya diri individu. Ghufron (2011) lebih

lanjut mengungkapkan bahwa tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu.

2) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri.

3) Lingkungan

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi.

Sementara itu menurut Asmadi (2006) faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah: faktor fisik, faktor mental, dan faktor sosial.

a. Faktor Fisik

Keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau tidak berfungsinya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain yang akan menimbulkan perasaan tidak berharga. Seseorang amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi dari hal tersebut seseorang tersebut tidak dapat bereaksi secara positif dan timbullah rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri Asmadi (2006).

b. Faktor Mental

Seseorang akan percaya diri karena mempunyai kemampuan yang tinggi.

c. Faktor sosial

Kepercayaan diri terbentuk melalui dukungan sosial dari dukungan orang tua dan dukungan orang sekitarnya. Keadaan keluarga merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap orang (Asmadi, 2006).

Berdasarkan pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu berasal dari Faktor internal yang diantaranya konsep diri, keberhasilan, kondisi fisik, dan pengalaman, sedangkan faktor eksternal yang dapat diantaranya orang tua, sekolah, dan teman sebaya.

6. Upaya Meningkatkan Kepercayaan diri.

Menurut Santrock (2003) ada empat cara untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja yaitu:

- a. Mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan diri, Hal-hal yang harus diperhatikan ketika ingin meningkatkan rasa percaya diri remaja yaitu mengenai penyebab dari rendahnya rasa percaya diri. Kelebihan remaja diapresiasi, sementara kelemahan dibantu untuk diatasi. Remaja memiliki tingkat rasa percaya diri yang paling tinggi ketika mereka berhasil pada aspek dalam diri yang penting.
- b. Dukungan emosional dan penerimaan sosial, Dukungan emosional dan persetujuan sosial dari orang lain merupakan pengaruh yang penting bagi rasa percaya diri remaja (Santrock, 2003). Sumber dukungan alternatif dapat diterima secara informal seperti dukungan dari guru, pelatih, atau orang dewasa lainnya yang berpengaruh terhadap dirinya, dan sumber dukungan secara formal melalui program-program.

- c. Prestasi merupakan salah satu faktor untuk dapat memperbaiki tingkat rasa percaya diri remaja (Santrock, 2003). Rasa percaya diri remaja meningkat lebih tinggi karena mereka tahu tugas-tugas penting untuk mencapai tujuan dan telah menyelesaikan tugas yang serupa.
- d. Mengatasi masalah (*coping*), Rasa percaya diri juga dapat meningkat ketika remaja menghadapi masalah dan berusaha untuk mengatasinya, bukan menghindarinya (Santrock, 2003). Ketika remaja memilih mengatasi masalah dan bukan menghindari, remaja menjadi lebih mampu menghadapi masalah secara nyata, jujur, dan tidak menjauhinya.

Beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan mengidentifikasi kelebihan dan kelemahan diri, dukungan emosional dan penerimaan sosial, membuat sebuah prestasi, dan berani mencoba hal-hal yang baru.

B. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk berinteraksi. Agar hubungan interaksi berjalan baik diharapkan manusia mampu untuk beradaptasi atau menyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik maupun lingkungan sosialnya. Dengan kata lain berhasil atau tidaknya manusia dalam menyelaraskan diri dengan lingkungannya sangat tergantung dari kemampuan penyesuaian dirinya.

Penyesuaian sosial merupakan faktor yang sangat penting bagi siswa karena penyesuaian sosial akan membuat individu merasa senang bersama-sama dengan

kelompoknya dan menimbulkan perasaan bebas dan senang. Penyesuaian sosial didefinisikan secara berbeda-beda dalam literature psikologi.

Yusuf (2007) mengungkapkan penyesuaian sosial sebagai kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi dan relasi. Siswa dituntut untuk memiliki kemampuan baik dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat.

Sedangkan penyesuaian sosial menurut Hurlock (2006) mengatakan penyesuaian sosial merupakan proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya. Penyesuaian sosial dapat berlangsung karena adanya dorongan manusia untuk memenuhi kebutuhan. Pemenuhan kebutuhan ini adalah untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan yang ada dalam dirinya.

Menurut Susilowati (2013) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan terhadap lingkungannya

Menurut Hurlock (2006), Penyesuaian sosial diartikan sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompok pada khususnya

Menurut Djalali (2005) penyesuaian sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang

disekitarnya. Secara singkat dikatakan bahwa kemampuan penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian sosial adalah kemampuan seseorang untuk dapat menyesuaikan diri dalam berbagai kelompok dilingkungan sosialnya, serta memenuhi tuntutan baik yang bersifat fisik maupun sosial sehingga tercipta suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan dimanapun individu berada.

2. Ciri Penyesuaian Sosial yang Baik

Yusuf (2007) menyatakan penyesuaian sosial yang baik sebagai berikut:

- a. Mampu menilai diri secara realistis, yaitu mampu menilai diri sebagaimana adanya, baik kelebihan maupun kelemahan.
- b. Mampu menilai situasi secara realistis, yaitu mampu menghadapi situasi atau kondisi kehidupan secara realistis dan mampu menerimanya secara wajar.
- c. Mampu menilai prestasi yang diperoleh secara realistis, yaitu beraksi secara rasional.
- d. Menerima tanggung jawab, yaitu memiliki keyakinan terhadap kemampuannya untuk mengatasi masalah-masalah kehidupan yang dihadapi.
- e. Kemandirian, yaitu memiliki sikap mandiri dalam cara berpikir dan bertindak, mampu mengambil keputusan, mengarahkan, serta menyesuaikan diri secara konstruktif dengan norma yang berlaku di lingkungannya.
- f. Dapat mengontrol emosi, yaitu merasa aman dengan emosinya, dapat menghadapi situasi frustrasi, depresi atau stress secara positif atau konstruktif.

- g. Berorientasi tujuan, yaitu mampu merumuskan tujuan berdasarkan pertimbangan secara matang, tidak atas paksaan dari orang lain.
- h. Berorientasi keluar, yaitu bersifat respek, empati terhadap orang lain, mempunyai kepedulian terhadap situasi, masalah-masalah lingkungan.
- i. Penerimaan sosial, dinilai positif oleh orang lain, berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosial dan memiliki sifat bersahabat.

Schneiders (1964) mengemukakan ciri penyesuaian sosial yang baik sebagai berikut:

- a. Memiliki pengendalian diri yang tinggi dalam menghadapi situasi atau persoalan, dengan kata lain tidak menunjukkan ketegangan emosi yang berlebihan.
- b. Tidak menunjukkan mekanisme psikologis yang berlebihan, bertindak wajar dalam memberikan reaksi terhadap masalah dan konflik yang dihadapi, mampu mengolah pikiran dan perasaan dengan baik, sehingga menemukan cara-cara yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya.
- c. Memiliki pertimbangan rasional dan pengendalian diri, memiliki kemampuan dasar berfikir serta dapat memberikan pertimbangan terhadap tingkah laku yang diperbuat untuk mengatasi masalah yang dihadapinya.

Dapat disimpulkan penyesuaian sosial yang baik yaitu sikap manusia yang mampu berpartisipasi secara produktif dalam kegiatan sosial dimasyarakat dan untuk mengenal, memahami dan menerima orang lain.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Individu mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya karena berbagai faktor. Menurut Hurlock (2006), faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

- a. Pola perilaku sosial yang dikembangkan dirumah
Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah yang buruk akan menyebabkan kesulitan dalam penyesuaian diri dimasyarakat dan juga sebaliknya, perilaku sosial yang baik di rumah dalam penyesuaian sosial tidak ada hambatan.
- b. Model perilaku untuk ditiru
Dengan memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru dilingkungan rumah akan mempermudah penyesuaian di luar rumah
- c. Belajar
Dengan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberikan dalam penyesuaian sosial.
- d. Bimbingan dari orang tua
Untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik, bimbingan dari orang tua mutlak dilakukan agar anak dapat menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya dengan baik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah yang buruk akan menyebabkan kesulitan dalam penyesuaian diri dilingkungan sosial, dan juga sebaliknya model perilaku yang baik untuk ditiru dilingkungan rumah akan mempermudah penyesuaian di luar rumah.

Menurut Hurlock (2006) hal yang dapat menyebabkan individu diterima dalam suatu kelompok adalah sebagai berikut:

- a) Kesan pertama yang menyenangkan, seperti penampilan yang menarik, sikap yang tenang dan gembira
- b) Penampilan diri yang sesuai dengan penampilan teman-teman sebaya.
Seseorang akan diterima dalam kelompok jika berpenampilan yang sesuai, seperti gaya rambut, berpakaian, dll.

- c) Perilaku sosial yang baik ditandai dengan kerjasama, tanggungjawab, panjang akal, kesenangan bersama orang lain, bijaksana dan sopan.
- d) Sifat kepribadian yang menimbulkan penyesuaian sosial yang baik seperti jujur, setia, tidak mementingkan diri sendiri. Sikap ramah, jujur dan tidak egois membuat orang tersebut diterima dalam kelompok

Jadi dapat disimpulkan bahwa bila ingin diterima dalam kelompok sosial, Individu harus memenuhi berbagai hal yang harus dilakukan untuk dapat diterima dalam kelompok sosial, serta individu harus dapat melakukan proses belajar yang baik di dalam lingkungan sosial.

4. Aspek Penyesuaian Sosial

Menurut Schneiders (1964), penyesuaian sosial memiliki beberapa aspek-aspek sebagai berikut:

- a) Pengakuan/Penghargaan

Menghormati dan menerima hak-hak orang lain. Hal ini individu tidak melanggar hak-hak orang lain yang berbeda dengan dirinya untuk menghindari terjadinya konflik sosial ketika individu dapat menghargai dan menghormati hak-hak orang lain, maka orang lain akan menghormati dan menghargai hak-hak kita sehingga hubungan sosial antar individu dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.

- b) Pengikutsertaan

Setiap individu harus dapat mengembangkan dan melihara persahabatan. Seseorang yang tidak mampu membangun relasi dengan orang lain dan lebih menutup diri dari relasi sosial akan menghasilkan penyesuaian sosial yang buruk. Individu ini tidak memiliki ketertarikan untuk berpartisipasi dengan

aktivitas dilingkungannya serta tidak mampu untuk mengekspresikan diri mereka sendiri, sedangkan bentuk penyesuaian akan dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, serta menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat.

c) Persetujuan sosial

Minat dan simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Hal ini dapat merupakan bentuk penyesuaian sosial di masyarakat, dimana individu dapat peka dengan masalah dan kesulitan orang lain di sekelilingnya serta bersedia membantu meringankan masalahnya.

d) Mementingkan kepentingan orang lain

Saling membantu dan mementingkan orang lain merupakan nilai-nilai moral yang aplikasi dari nilai-nilai tersebut merupakan bagian dari penyesuaian moral yang baik.

e) Penyesuaian

Menghormati dan mentaati nilai-nilai integritas hukum, tradisi dan kebiasaan. Adanya kesadaran untuk mematuhi dan menghormati peraturan dan tradisi yang berlaku di lingkungan maka ia akan dapat diterima dengan baik di lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa Aspek-Aspek Penyesuaian Sosial harus terpenuhi dengan baik oleh individu. Aspek-aspek penyesuaian sosial ini meliputi Pengikutsertaan (setiap inidividu harus daapat mengembangkan dan memelihara persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial, memiliki ketertarikan untuk berpartisipasi dengan aktivitas lingkungannya, menghargai dan

menghormati hak-hak orang lain, saling mementingkan orang lain, sehingga hubungan sosial antar individu dapat terjalin dengan sehat dan harmonis.

5. Kriteria Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock (2006), menyebutkan ada 4 kriteria penyesuaian sosial yaitu:

- a. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok
Bentuk dari penyesuaian diri adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab dan setia kawan. Individu mempunyai sikap hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran.
- b. Sikap sosial
Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap ini adalah ikut dalam kegiatan sosial dalam masyarakat, empati, dan ringan tangan.
- c. Kepuasan pribadi
Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan, dan percaya diri. Individu yang mempunyai kepuasan pribadi secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kriteria dalam penyesuaian sosial adalah penyesuaian diri dengan baik terhadap kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa, menunjukkan sikap sosial yaitu berpartisipasi sosial, melakukan kegiatan sosial disekolah, menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan terhadap orang lain, serta individu merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial.

C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial

Kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, dan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan yang

diharapkannya, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Kepercayaan diri juga merupakan gambaran dari kepribadian seseorang sehingga sangat berpengaruh dalam menentukan kemampuan untuk penyesuaian dirinya. Menurut Iswikharmanjaya (2004), kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan dan kemampuan pada diri sendiri karena mempunyai sifat positif terhadap kemampuannya sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain. Dengan adanya kepercayaan diri yang memadai, individu akan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, individu mampu menghadapi masalah dan memiliki keyakinan positif terhadap dirinya sehingga dapat meraih keberhasilan dan merupakan modal utama bagi individu guna mewujudkan potensi yang dimilikinya dan keberhasilan dalam penyesuaian dirinya (Santrock, 2003).

Menurut Agustiani (2009) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil membentuk hubungan yang baik dengan individu dilingkungan dimanapun ia berada. Penyesuaian yang baik tergantung pada kepercayaan diri seorang individu karena dengan memiliki kepercayaan diri yang baik maka akan lebih mudah dalam penyesuaian diri dilingkungan.

Kepercayaan diri bagi siswa dalam memulai hubungan penyesuaian dalam lingkungan sangat penting karena sikap individu dalam berinteraksi dengan

lingkungan tergantung pada kepercayaan diri individu. Remaja yang mempunyai percaya diri yang tinggi akan mudah bersosialisasi dan remaja yang mempunyai percaya diri kurang cenderung menutup diri dan sulit dalam menyesuaikan diri dengan sosialnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rokhaniah (2012) dengan judul Hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Demak, dengan hasil akhir terdapat hubungan positif antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa-siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Demak dengan indeks determinasi sebesar 0,635. Salah satu aspek yang dapat membantu remaja dalam menyesuaikan diri dilingkungan sosial adalah dengan memiliki kepercayaan diri. Kepercayaan diri dibutuhkan untuk mengembangkan diri dan mengatasi permasalahan dalam kehidupan remaja.

Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Proses terbentuknya kepercayaan diri berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik yang sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki individu untuk dapat menimbulkan relasi yang positif, dan menggunakan segala kelebihan yang ada dalam diri individu agar menimbulkan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri merupakan sumber kekuatan diri kita untuk dapat berinteraksi atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya (terutama lingkungan baru).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Mutahari H (2016) dengan judul Hubungan antara Kepercayaan diri dengan Kecemasan Sosial pada siswa kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015/2016. Hasil yang didapat bahwa hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial yang dialami siswa kelas VII SMP 2 Bersifat negatif dengan koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,502$. Siswa kelas VII tentu saja pernah mengalami gejala kecemasan sosial, terutama diawal masuk sekolah. Hal tersebut karena para siswa bertemu dengan teman baru, guru baru. Selain itu beberapa siswa malu ketika berinteraksi dengan orang lain.

Salah satu tanda kepercayaan diri yang rendah adalah mudahnya seorang individu merasa cemas dalam menjalani kehidupannya. Bahkan individu yang tidak percaya diri akan mengalami motivasi diri serta ketahanan hidup yang rendah karena selalu dirinya diliputi perasaan cemas dan persepsi negatif baik terhadap orang lain maupun terhadap diri sendiri. Penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya.

Siswa yang mampu menyesuaikan diri dilingkungan sosial (terutama lingkungan yang baru), dapat lebih mudah berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Begitu pula, seseorang yang sudah memiliki kepercayaan diri yang tinggi dapat lebih mudah melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolah. Siswa yang mampu menyesuaikan diri dilingkungan sosial juga siswa yang menunjukkan sikap yang menyenangkan

terhadap orang lain dalam berhubungan dengan kelompok sosial dan juga ikut serta dalam berpartisipasi sosial terhadap perannya dalam kelompok.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetya (2011), dengan judul Hubungan antara kepercayaan diri Interaksi sosial pada siswa Muhammadiyah 2 Medan. Pada penelitian ini ditemukan korelasi yang positif dan tingkat signifikansi antara kepercayaan diri dengan interaksi sosial sebesar 0,0610. Hal ini berarti ada hubungan yang positif dan signifikan artinya semakin tinggi kepercayaan diri remaja maka semakin baik interaksinya. Bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi yaitu siswa yang mampu menjalin hubungan dengan orang lain, mudah beradaptasi dengan lingkungan baru, mudah berinteraksi, mudah menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya, dan siswa juga memiliki keberanian untuk berbicara didepan banyak orang.

Suksesnya penyesuaian diri individu bergantung pada kepercayaan diri individu. Pada masa remaja, salah satu tugas perkembangan individu adalah melakukan penyesuaian diri, dimana individu pada saat bersamaan harus beradaptasi dengan perubahan yang terjadi dengan dirinya terkait pubertas dan beradaptasi pula dengan perubahan lingkungan sosial mereka. Oleh karenanya, jika remaja memiliki kepercayaan diri yang rendah, maka tingkat penyesuaian dirinya rendah. Akan berbeda jika remaja memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka tingkat penyesuaian dirinya juga tinggi.

Hal ini sejalan dengan penelitian lain yang dilakukan oleh Irfan, M (2014) dengan judul Hubungan self-efficacy dengan penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi

pada mahasiswa baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. Bahwa terdapat hubungan yang bermakna dan signifikan antara self-efficacy dengan penyesuaian diri terhadap mahasiswa baru, bahwa self-efficacy merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri terhadap perguruan tinggi. Dalam penyesuaian diri yang baik terdapat hal-hal dasar seperti mengontrol perilaku, lingkungan, pikiran, dan perasaan.

Kemampuan penyesuaian diri para remaja tidak hanya dipengaruhi oleh kepercayaan diri, tetapi ada faktor lain yaitu *self-efficacy*. Kemampuan untuk mengontrol kompetensi, atau penguasaan seseorang, penyesuaian diri yang baik sulit untuk dicapai tanpa adanya keyakinan diri (*self-efficacy*).

Kepercayaan diri dapat dijadikan acuan untuk melihat kemampuan penyesuaian diri. Siswa atau siswi yang memiliki kepercayaan diri yang baik maka akan lebih mudah dalam penyesuaian diri, apabila penyesuaian diri positif akan ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih, dan itu akan mempermudah mereka dalam mengaktualisasikan diri dan bersosialisasi dilingkungannya.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rufaida H (2016) dengan judul Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro, dengan hasil akhir terdapat hubungan positif antara Dukungan sosial teman sebaya dengan penyesuaian diri dengan indeks determinasi sebesar 0,655. Bahwa dukungan sosial teman sebaya yang tinggi sehingga penyesuaian diri yang dimiliki oleh mahasiswa rantau juga positif.

Dukungan sosial teman sebaya dari lingkungan dapat menggambarkan individu menjadi mampu dan menganggap dunia menjadi ramah, yang mana akan menghasilkan penilaian mengenai penyesuaian diri yang baik. Siswa yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, maka akan menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, siswa berpartisipasi sosial terhadap perannya dalam kelompok, siswa mampu bekerjasama dalam hal positif dengan kelompok.

Penelitian ini juga sejalan dengan riset yang telah dilakukan oleh Indrajat (2013), yang menjelaskan bahwa siswa yang tidak percaya diri pada dasarnya akan selalu merasa ragu dengan segala sesuatu yang ada pada dirinya, kemudian tidak akan melihat bahwa sebenarnya dirinya masih memiliki kelebihan-kelebihan yang dapat dikembangkan untuk kebaikan dirinya. Dengan demikian, siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi dapat dengan mudah menyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik dan sosial di sekolah, sehingga dapat dikatakan melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Dengan penyesuaian diri yang baik menjadikan remaja dapat memenuhi tuntutan lingkungan, menumbuhkan rasa berharga dan berarti serta dapat menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik dibutuhkan kepercayaan diri dalam diri remaja. Karena kepercayaan diri merupakan faktor pendukung dalam melakukan penyesuaian diri yang baik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa Siswa dengan kepercayaan diri yang tinggi akan membuat dirinya dapat menyesuaikan diri dengan baik dilingkungan sekolah. Dari adanya kepercayaan diri dalam diri siswa akan membuat siswa tersebut berhasil dalam menjalani suatu proses penyesuaian sosial baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Oleh sebab itu, pembentukan kepercayaan diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi penyesuaian diri siswa dilingkungan sosial yaitu lingkungan sekolah maupun masyarakat.

III. METODE PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 8 Bandar Lampung. Sekolah ini beralamat di Jalan Laksamana Malahayati nomor 10 Talang Teluk Betung Selatan Bandar Lampung Kode Pos 35229. Dan waktu pelaksanaan penelitiannya pada tahun ajaran 2018/2019.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan cara atau ilmiah yang digunakan untuk mengumpulkan data dengan tujuan tertentu. Penggunaan metode dimaksudkan agar kebenaran yang diungkap benar-benar dapat di pertanggungjawabkan dan memiliki bukti ilmiah yang akurat dan dapat dipercaya. Sesuai dengan masalah yang terdapat dalam penelitian ini, penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan metode penelitian yang digunakan adalah korelasional. Penelitian korelasional adalah penelitian yang bermaksud mendeteksi sejauh mana variasi-variasi dalam suatu faktor berhubungan dengan variasi-variasi pada satu atau lebih faktor lain berdasarkan koefisien korelasinya (Arikunto,2006).

Kemudian menurut Sugiyono (2012) penelitian korelasi berkaitan dengan pengumpulan data untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih dan seberapa tingkat hubungannya. Sehingga metode penelitian ini sangat tepat untuk digunakan meneliti permasalahan yang ada.

C. Populasi

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian. Adapun menurut (Sugiyono, 2012) pengertian populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dengan kata lain, populasi adalah kumpulan objek penelitian.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung yang berjumlah 230 siswa yang terdiri dari 7 kelas.

D. Sampel

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2012). Dalam penelitian ini sampel yang diambil hanya 20% dari jumlah populasi. Arikunto (2006) “Penentuan pengambilan sampel apabila kurang dari 100 lebih baik diambil semua hingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 20-25% atau lebih”.

Berdasarkan pada pendapat diatas dirumuskan sebagai berikut:

$$S=n.20\%$$

Keterangan :

S= Jumlah sampel yang diambil

n= Jumlah anggota populasi

Dari rumus diatas maka dapat dihitung jumlah sampel yang diambil yaitu

$$S=n.20\% = 230. \frac{20}{100} = \frac{4600}{100} = 46$$

Berdasarkan perhitungan di atas, maka sampel yang dapat diambil dari populasi sebanyak 46 siswa.

Digunakan cara ini karena sampel akan diambil secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi. Selain itu anggota populasi terdapat pada satu sekolah yang sama dan juga berada pada tingkat yang sama, yaitu kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung. Teknik yang akan digunakan untuk menentukan sampel dengan menggunakan random sampling yaitu dengan cara mengundi nomor absen siswa.

E. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen), yaitu :

1. Variabel Bebas dalam penelitian ini yaitu Kepercayaan Diri.
2. Variabel Terikat dalam penelitian ini yaitu Penyesuaian Sosial.

2. Definisi Operasional

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel, yaitu Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial.

a. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri sebagai sikap positif yang mencerminkan adanya keyakinan pada diri siswa terhadap kemampuan-kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, kepercayaan diri bersumber dari dalam diri sendiri.

b. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian Sosial diartikan sebagai kemampuan siswa untuk dapat

menyesuaikan diri dalam berbagai kelompok dilingkungan sekolahnya, serta memenuhi tuntutan baik yang bersifat fisik maupun sosial sehingga tercipta suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan dimanapun individu berada.

F. Teknik Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini skala yang digunakan ialah skala kepercayaan diri dengan model skala *Likert*. Menurut Azwar (2014), skala model *Likert* menilai sikap atau tingkah laku yang diinginkan oleh peneliti dengan cara mengajukan beberapa pertanyaan atau pernyataan kepada responden.

Dengan skala model *Likert* maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen berupa pernyataan. Jawaban setiap item instrumen yang menggunakan skala *Likert* mempunyai gradasi dari sangat positif sampai sangat negatif.

Prosedur dalam membuat skala model *Likert* adalah sebagai berikut

- a. Peneliti mengumpulkan *item-item* yang cukup banyak, relevan dengan masalah yang sedang diteliti, dan terdiri dari *item* yang cukup jelas disukai dan tidak disukai
- b. Kemudian *item-item* tersebut dicoba kepada sekelompok responden yang cukup representatif dari populasi yang ingin diteliti
- c. Responden di atas diminta untuk mengecek tiap *item*, apakah ia menyenangi (+) atau tidak menyukainya (-). Responsi tersebut dikumpulkan dan jawaban yang memberikan indikasi menyenangi diberikan skor tertinggi. Tidak ada masalah untuk memberikan skor 4 untuk yang tertinggi dan skor 1 untuk yang

terendah atau sebaliknya. Yang penting adalah konsistensi dari arah sikap yang diperlihatkan.

- d. Total skor dari masing-masing individu adalah penjumlahan dari skor masing-masing *item* dari individu tersebut
- e. Respons dianalisis untuk mengetahui *item-item* mana yang sangat nyata batasan antara skor tinggi dan skor rendah dalam skala total. Misalnya, respons responden pada *upper 25%* dan *lower 25%* dianalisis untuk melihat sampai berapa jauh tiap *item* dalam kelompok ini berbeda. *Item-item* yang tidak menunjukkan beda yang nyata, apakah masuk ke dalam skor tinggi atau rendah juga dibuang untuk mempertahankan konsistensi internal dari pernyataan.

Tabel 1. Skor Skala Likert

Jawaban	Skor Favorable	Skor Unfavorable
Sangat Sesuai	4	1
Sesuai	3	2
Tidak sesuai	2	3
Sangat tidak sesuai	1	4

Skala ini terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), sangat tidak sesuai (STS). Penilaian item *favorabel* bergerak dari skor 4 menunjukkan sangat sesuai (SS), 3 sesuai (S), 2 tidak sesuai (TS), 1 menunjukkan sangat tidak sesuai (STS). Sedang item *unfavorable* bergerak dari 1 sangat sesuai (SS), 2 sesuai (S), 3 tidak sesuai (TS), 4 sangat tidak sesuai (STS). Skala yang akan digunakan yaitu skala kepercayaan diri.

Kriteria skala kepercayaan diri dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan : i : interval

NT : nilai tertinggi

NR : nilai terendah

K : jumlah kategori

$$i = \frac{NT - NR}{K} = \frac{(120 - 30)}{3} = \frac{90}{3} = 30$$

Berdasarkan perhitungan interval yang telah dilakukan diatas diperoleh hasil interval 30 sehingga kriteria (Interval) kepercayaan diri adalah sebagai berikut.

Tabel 2. Kriteria Variabel Skala Kepercayaan Diri

Interval	Kriteria
74 - 104	Tinggi
43 - 73	Sedang
12 - 42	Rendah

Semakin besar skor yang diperoleh menunjukkan semakin tinggi pula kepercayaan diri. Sebaliknya, semakin rendah skor yang diperoleh menunjukkan kepercayaan diri yang rendah.

a. Skala Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri disusun dari aspek-aspek kepercayaan diri, menurut Lautser (2010) ciri-ciri rasa percaya diri yaitu yakin pada kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, realistis, dan menerima kritikan orang lain. Jumlah skala kepercayaan diri terdiri dari item *favorabel* dan *unfavorabel*.

Tabel 3. Kisi-Kisi dan Pernyataan Skala Kepercayaan Diri

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>UnFavorable</i>	
1. Keyakinan akan kemampuan diri	1. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri	1	-	1
	2. Mengetahui tugas yang harus dilakukan	3, 4, 17, 8	10	5
2. Optimis	1. Tidak mudah putus asa ketika menghadapi masalah	5	6, 7, 15	4
	2. Memandang diri mampu menghadapi masalah belajar	9	-	1
	3. Memiliki harapan untuk berhasil	11, 12	2, 13	4
3. Objektif	1. Memandang masalah sesuai fakta yang ada	14, 16	-	2
	2. Memahami masalah bukan hanya dari sudut pandang diri sendiri	-	-	0
4. Bertanggung Jawab	1. Mampu menjalankan kewajiban dengan baik	18, 19	-	2
	2. Menerima konsekuensi dalam segala hal	20	-	1
5. Rasional	1. Memahami segala sesuatu dengan penjelasan yang masuk akal	21	22	2
	2. Menerima kenyataan yang ada	23	24	2
6. Menerima kritikan dari orang lain	1. Mampu menerima kritikan dari orang lain	25	26, 27	3
	2. Menghargai Pendapat orang lain	28, 29	30	3
Jumlah Item		19	11	30

b. Skala Penyesuaian Sosial

Skala penyesuaian sosial disusun dari ciri-ciri individu, menurut Schneiders (1964), aspek-aspek penyesuaian sosial yaitu Recognition, Participation, Social Approval, Altruisme, dan Conformity. Jumlah skala penyesuaian sosial terdiri dari item *favorabel* dan *unfavorabel*.

Tabel 4. Kisi-Kisi Skala Penyesuaian Sosial

Aspek	Indikator	No Item		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>UnFavorable</i>	
1. Recognition	1.Menghormati hak-hak orang lain	1, 2	3, 4	4
	2.Menerima hak-hak orang lain	5	-	1
2. Participation	1. Menciptakan relasi yang baik	12, 7, 8	9, 10, 11	6
	2. Menjalin persahabatan	6, 13, 14	15, 16	5
3. Social Approval	1. Memiliki Kepekaan terhadap lingkungan	-	17, 18, 19	3
	2. Menunjukkan rasa simpati pada orang lain	20, 22, 31	23, 24, 25	6
4. Altruisme	1. Suka menolong	21, 26, 27	28, 29, 30	6
	2. Mengutamakan kepentingan orang banyak	32, 33	34	3
5. Conformity	1. Menghormati nilai-nilai yang ada	35, 36, 37	38, 39	5
	2. Mengikuti aturan-aturan yang ada dilingkungan sekolah maupun lingkungan masyarakat	40, 41	42, 43	4
Jumlah		22	21	43

Kriteria skala penyesuaian sosial dikategorikan menjadi 3 yaitu: tinggi, sedang, dan rendah. Untuk mengkategorikannya, terlebih dahulu ditentukan besarnya interval dengan rumus sebagai berikut:

$$i = \frac{NT - NR}{K}$$

Keterangan : i : interval

NT : nilai tertinggi

NR : nilai terendah

K : jumlah kategori

$$i = \frac{NT-NR}{K} = \frac{(172-43)}{3} = \frac{129}{3} = 43$$

Berdasarkan perhitungan interval yang telah dilakukan diatas diperoleh hasil interval 43 sehingga kriteria (Interval) penyesuaian sosial adalah sebagai berikut.

Tabel 5. Kriteria Variabel Skala Penyesuaian Sosial

Interval	Kriteria
113 – 156	Tinggi
69 – 112	Sedang
25 – 68	Rendah

G. Uji Persyaratan Instrumen

Untuk menjadi alat ukur yang memadai, maka alat ukur yang ada haruslah reliabel dan valid. Sebab itulah alat ukur atau instrumen haruslah di uji reliabilitas dan validitasnya. Karena hal ini sangat berpengaruh terhadap ketepatan kesimpulan yang akan ditarik sebagai hasil penelitian.

1. Uji Validitas

Validitas menurut Arikunto (2006) ialah suatu yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrument yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaiknya instrument yang kurang valid memiliki validitas rendah.

Peneliti menghitung koefisien validitas menggunakan formula *Aiken's V* yang didasarkan pada hasil penilaian panel ahli sebanyak n orang terhadap suatu item. Penilaian dilakukan dengan cara memberikan angka 1 (yaitu sangat tidak mewakili atau sangat tidak relevan) sampai dengan angka 4 (yaitu sangat

mewakili atau sangat relevan). Adapun rumus dari *Aiken's V* dalam Azwar (2014) adalah sebagai berikut :

$$V = \sum S / [n(c-1)]$$

Keterangan:

- n = Jumlah panel penilaian (*expert*)
- Io = Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini 1)
- c = Angka penilaian validitas tertinggi (dalam hal ini 4)
- r = angka yang diberikan oleh penilai
- S = r – Io

a. Uji Ahli Instrumen (Uji Validitas)

1) Pelaksanaan Uji Ahli Instrumen

Sebelum dilaksanakan penelitian, peneliti melakukan uji ahli instrumen yang akan digunakan untuk penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan skala. Uji ahli instrumen penelitian dilaksanakan pada tanggal 17 Juli 2018, peneliti memberikan instrumen kepada tiga dosen ahli yaitu: Ibu Citra Abriani Maharani, S.Pd., M.Pd., Kons., Ibu Yohana Oktarina, S.Pd., M.Pd., dan Bapak Ashari Mahfud, S.Pd., M.Pd.

2) Tujuan Uji Ahli

Tujuan dari pelaksanaan uji instrumen ini adalah untuk melihat keandalan penggunaan skala sebagai teknik pengumpulan data dan untuk melihat tepat atau tidaknya item-item skala yang akan digunakan dalam penelitian, dalam hal ini instrumen digunakan untuk mengungkap Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial Siswa.

3) Hasil Uji Ahli

Penelitian ini menggunakan validitas isi. Adapun Azwar (2012) berpendapat bahwa untuk menguji validitas isi dapat digunakan pendapat para ahli (*judgment experts*). Setelah dilakukan uji ahli, adapun hasil yang diperoleh yaitu sebagai berikut: (Terlampir)

Berdasarkan hasil uji ahli (*judgment experts*) yang dilakukan oleh 3 dosen Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Lampung, koefisien validitas isi *Aiken's V* dari 101 item adalah ada 73 item pernyataan dengan rentang 0,88 dan 28 item pernyataan dengan rentang 0,66 dengan rata-rata nilai *V* adalah 0,720 berkaidah keputusan tinggi. Dengan demikian, koefisien validitas skala kepercayaan diri dan penyesuaian sosial ini dapat memenuhi persyaratan sebagai instrumen yang valid dan dapat digunakan dalam penelitian ini.

2. Uji Reliabilitas

Reliabilitas merujuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik (Arikunto, 2006). Pada penelitian ini untuk mengukur reliabilitas dilakukan dengan menggunakan rumus koefisien *alpha crombach* dengan bantuan *Statistical Product and Service Solution V.16.0* (SPSS 16.0).

Adapun tingkat reliabilitas skala dapat dilihat dengan menggunakan teknik rumus *alpha*.

$$r = \left[\frac{k}{(k-1)} \right] \left[1 - \frac{\sum \alpha_b^2}{\alpha_t^2} \right]$$

Keterangan:

r = koefisien reliabilitas (*Alpha Crombach*)

k = banyaknya butir pernyataan

$\sum \sigma_b^2$ = total varian butir

σ_t^2 = total varian

Tabel 6. Kriteria reliabilitas menurut (Arikunto,2006) sebagai berikut:

Besaran dalam nilai	Kriteria
0,800 – 1,000	Sangat tinggi
0,600 – 0,800	Tinggi
0,400 – 0,600	Sedang
0,200 – 0,400	Rendah
0,000 – 0,200	sangat rendah

Reliabilitas skala dengan menggunakan rumus *alpha crombach* (Penghitungan komputerisasi menggunakan bantuan *software SPSS 16*) sebesar 0,897 (Terlampir). Berdasarkan kriteria realibilitas menurut Arikunto maka realibilitas skala ini dapat dikatakan memiliki tingkat reliabilitas yang sangat tinggi. Berdasarkan penjelasan hasil uji validitas dan uji reliabilitas, maka skala ini kepercayaan diri dan penyesuaian sosial dapat digunakan untuk mengumpulkan data dan mengungkap masalah kepercayaan diri dan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMA Negeri 8 Bandar Lampung.

H. Teknik Analisis Data

Analisis data dimulai dengan memahami seluruh data yang tersedia dari berbagai sumber yang telah dilakukan sesuai metode pengumpulan data sebelumnya. Analisis dilakukan agar peneliti segera dapat menyusun strategi selanjutnya sehingga memperoleh kesimpulan. Penelitian ini dalam pengolahan

data menggunakan statistik inferensial. Statistik inferensial digunakan untuk jenis penelitian yang mencari hubungan, pengaruh, perbedaan antara satu variabel dan variabel lainnya. Statistik inferensial meliputi statistik parametris dan non parametris. Penggunaan statistik parametris dan non parametris tergantung pada asumsi dan jenis data yang akan dianalisis. Dalam penelitian ini jenis data dua variabel yang digunakan adalah data interval sehingga akan menggunakan statistik parametris. Statistik parametris kebanyakan digunakan untuk menganalisis data interval dan rasio.

Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *Product Moment* karena jenis data dua variabel yang diolah menggunakan data interval. Data interval adalah data hasil pengukuran yang dapat diurutkan atas dasar kriteria tertentu serta menunjukkan semua sifat yang dimiliki oleh data ordinal. Kelebihan sifat data interval dibandingkan dengan data ordinal adalah memiliki sifat kesamaan jarak (*equality interval*) atau memiliki rentang yang sama antara data yang telah diurutkan. Karena kesamaan jarak tersebut, terhadap data interval dapat dilakukan operasi matematika penjumlahan dan pengurangan (+, -). Namun demikian masih terdapat satu sifat yang belum dimiliki yaitu tidak adanya angka Nol mutlak pada data interval.

1. Uji Normalitas

Sebelum uji hipotesis dilakukan terlebih dahulu dilakukan uji normalitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh berasal dari populasi yang memiliki distribusi normal. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan *one sample kolmogrov-smirnov* dengan bantuan program *SPSS Statistics 16*. Jika nilai $\text{sign} > 0,05$ maka data tersebut berdistribusi normal.

Hasil dari normalitas sebaran data Kepercayaan Diri diperoleh nilai *kolmogrov-smirnov Z* sebesar 0,845 dengan *asym sig (2-tailed)* 0,473 > 0,05. Normalitas sebaran data Penyesuaian Sosial diperoleh nilai *kolmogrov-smirnov Z* sebesar 0,817 dengan *asym sig (2-tailed)* 0,517 > 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa sebaran data skala kepercayaan diri dan skala penyesuaian sosial berdistribusi normal. (lampiran ke 9 hal 13).

2. Uji Linieritas

Uji linieritas adalah suatu teknik statistik yang digunakan untuk menguji apakah hubungan antara dua buah variabel (biasanya variabel bebas dengan variabel terikat) memiliki hubungan yang bersifat linier atau tidak linier. Pengujian linieritas dalam penelitian ini menggunakan bantuan program *SPSS Statistics 16*.

Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas yakni jika nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka sebarannya dianggap linier. Sebaliknya, jika nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 maka sebarannya dianggap tidak linier. Hasil Uji linieritas sebesar 0.553 yang berarti berpola linier karena nilai 0,553 > 0,05. (Lampiran ke 10 hal 14)

3. Uji Hipotesis

Setelah dilakukan uji normalitas dan uji linieritas, langkah selanjutnya adalah melakukan perhitungan dan menguji hipotesis yang diajukan dengan teknik korelasi *product moment*. Rumus yang digunakan sebagai berikut:

$$r_{xy} = \frac{N(\Sigma XY) - (\Sigma X)(\Sigma Y)}{\sqrt{\{N\Sigma X^2 - (\Sigma X)^2\}\{N\Sigma Y^2 - (\Sigma Y)^2\}}}$$

Keterangan

r_{xy} = Koefisien korelasi antara X dan Y

Σx = Jumlah skor butir, masing – masing item

Σy = Jumlah skor total

N = Jumlah responden

ΣX^2 = Jumlah kuadrat butir

ΣY^2 = Jumlah kuadrat total (Arikunto, 2006).

Kaidah keputusan : Jika $r_{hit} > =$ valid

Jika $r_{hit} < =$ tidak valid

Setelah dilakukan uji hipotesis diperoleh hasil “terdapat hubungan antara Kepercayaan diri dengan Penyesuaian Sosial pada siswa kelas X SMA Negeri 8 Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019”. Perhitungan menggunakan taraf signifikansi 0,05 dengan N = 46 diperoleh nilai r_{tabel} sebesar 0,291. Hasil perhitungan menunjukkan nilai $r_{xy} = 0,651 > 0,291$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima (lihat lampiran 11 hal 15).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Semakin tinggi kepercayaan diri siswa maka semakin baik penyesuaian sosial siswa. Dari adanya kepercayaan diri dalam diri siswa akan membuat siswa tersebut berhasil dalam menjalani suatu proses penyesuaian sosial baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat. Oleh sebab itu, pembentukan kepercayaan diri pada remaja sangat penting karena akan mempengaruhi penyesuaian diri siswa di lingkungan sosial yaitu lingkungan sekolah maupun masyarakat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan diatas, maka penulis dapat memberikan saran sebagai berikut:

1. Kepada siswa

Siswa sebagai subjek dalam penelitian ini diharapkan untuk dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan yakin terhadap diri sendiri, dapat bertindak mandiri, serta memiliki penilaian yang positif terhadap diri sendiri, karena dengan berbekal pada kepercayaan diri maka dapat membantu siswa dalam menyesuaikan diri dengan baik di lingkungan sosial.

2. Kepada guru bimbingan dan konseling

Guru BK agar dapat memaksimalkan pemberian layanan pribadi dan sosial, agar siswa dapat memahami dirinya yang positif sehingga dapat berpengaruh terhadap kepercayaan diri dan penyesuaian sosialnya. Serta memberikan tips-tips dan cara meningkatkan rasa percaya diri ataupun membuat permainan-permainan yang mampu meningkatkan rasa percaya diri siswa.

3. Kepada peneliti

Dalam penelitian ini, Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dan menggali informasi lebih lanjut kaitannya dengan faktor-faktor lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial.

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. 2009. *Psikologi Remaja*. Bumi Aksara, Jakarta.
- Agustiani, H. 2009. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Ekologi Kaitannya Dengan Konsep Diri Pada Remaja*. Replika Aditama, Jakarta.
- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian : suatu pendekatan praktek*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Asmadi. 2006. Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Psikologis*. 2: 50-55.
- Azwar, S 2014. *Penyusunan Skala Psikologis*. Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Chaplin, J. P. 2008. *Kamus Lengkap Psikologi*. Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Fitriah, A. 2013. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja. Di Kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*. 1: 70-78.
- Iswidharmanjaya, D. & Agung, A. 2004. *Satu Hari Menjadi Lebih Percaya Diri: Panduan Bagi Remaja Yang Masih Mencari Jati Diri*. PT. Media Komputindo, Jakarta.
- Hakim, T. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Rineka Cipta, Jakarta.
- Hasan, 2010. Kamus Istilah Psikologi. Pusat pengembangan bahasa, Dep DikBud, Jakarta.
- Hasmayni. B. 2017. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. Medan: Program Pascasarjana Psikologi, Universitas Medan Area. *Jurnal Analitika*. 4: 20-23.
- Ibnu, A. 2015. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X di SMK Negeri 1 Kalasan. Yogyakarta: Jurusan Psikologi Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling*. 2: 40-44.

- Indrajat, A. 2013. Peningkatan Percaya Diri Melalui Metode Journal Writing pada Siswa Kelas XI SMK N 1 Depok. *Jurnal Psikologis*. 2: 50-59.
- Irfan, M., & Suprpti, V. 2014. Hubungan Self-Efficacy dengan Penyesuaian Diri Terhadap Perguruan Tinggi Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga. *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan*. 3: 42-46.
- Kristianawati, E., & Djalali, M.A. 2015. Hubungan antara Kematangan Emosi Dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial. *Jurnal Psikologi Indonesia*. 3: 71-75.
- Mutahari, H. 2016. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015/2016. Yogyakarta : Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Yogyakarta. *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan Konseling*. 5: 37-43.
- Prasetya, I.T. 2011. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial Pada Siswa Muhammadiyah 2 Medan. *Jurnal Psikologis*. 2: 15-19.
- Putri, A. D. 2011. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Pada Remaja Awal. *Jurnal Psikologi Perkembangan*. 1: 9-95.
- Risnawati, R. & Ghufron, M. N. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Ar-Ruzz. Media, Yogyakarta.
- Rokhaniah, A. 2012. Hubungan antara Kematangan Emosi dengan Kepercayaan Diri Pada siswa siswi Madrasah Aliyah Negeri 1 Demak. Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Psikologi dan Perkembangan*. 3: 29-32.
- Rufaida, H., & Kustanti, E. R. 2016. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Rantau dari Sumatera di Universitas Diponegoro. Semarang: Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*. 7: 61-65.
- Santrock. 2003. *Edisi keenam Adolfsence Perkembangan Remaja*. Erlangga, Jakarta.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Alfabeta, Bandung.
- Susilowati, E 2013. Hubungan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa tingkat SMP. *Jurnal Online Psikologi*. 1: 49-56.
- Schneiders. 1964. *Personal Adjustment And Mental Health*. Holt Rinehart dan Winston, New York.
- Yusuf, S. 2007. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. PT. Remaja Rosdakarya, Bandung.