

HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA REMAJA DI KELAS II SMP MUHAMMADIYAH 1 MALANG

Aziza Fitriah

Jurusan Psikologi Islam Fakultas Ushuluddin dan Humaniora
IAIN Antasari Banjarmasin

Abstract

The purpose of this research was to know whether there was a relationship between these two variables, however those two variables were independence variable as self confidence and dependence variable as social adaptations. The type of this research was quantitative research (non-experiment). The respondents were 60 students of second grade in SMP Muhammadiyah 1 Malang. The supporting data of this research was gotten by observing and interviewing. And the collecting data technique used linkert scale questionnaire, and data analysis used correlation product moment by Karl Pearson. According to hypothesis test result could be taken the data between self confidence and social adaptation there was a significance correlations. Other wise the higher of teenage self confidence would make the teenage easier to do social adaptations with their social society around them.

Kata kunci: *kepercayaan diri, penyesuaian sosial, remaja.*

Pendahuluan

Di zaman modern sekarang ini, semenjak ilmu pengetahuan berkembang dengan pesat terutama ilmu psikologi dan ilmu pendidikan, maka fase-fase perkembangan manusia telah diperinci dan gejala-gejala yang tampak pada setiap fase perkembangan itu telah dipelajari secara mendalam.

Menurut Susilowindradini dalam bukunya Psikologi Perkembangan Masa Remaja, membagi periode-periode kehidupan remaja menjadi dua, yaitu masa remaja awal dari 13-17 tahun, dan masa remaja akhir dari usia 17-21 tahun.¹ Remaja merupakan generasi penerus bangsa. Merekalah yang nantinya menentukan kelangsungan kehidupan bangsa ini di masa yang akan datang. Oleh karena itu remaja harus dipersiapkan sejak dini, untuk dapat menjadi seorang individu yang mampu membangun bangsa ini menjadi bangsa yang lebih baik.

Pada fase peralihan ini dalam pencarian jati diri, seorang remaja harus mempunyai kepercayaan diri yang baik. Kepercayaan diri yang baik akan sangat membantu remaja dalam menjalankan tugas-tugas perkembangannya, baik itu dalam pembentukan citra diri ataupun jati diri pada remaja, dan proses penyesuaian diri terhadap sosialnya, baik itu teman sebaya ataupun orang-orang yang ada di sekitarnya.

Santrock dalam bukunya *Adolescence* mengatakan bahwa masyarakat yang konsumtif dapat memberikan kepada anak-anak mereka suntikan kesenangan, tetapi hal itu cenderung mengurangi

¹Susilowindradini, *Psikologi Perkembangan Masa Remaja* (Surabaya: Usaha Nasional, 1986), h. 21

kesempatan yang mereka miliki untuk menemukan jati diri mereka yang sebenarnya. Semakin seorang remaja mengikuti mode atau kelompok, maka ia akan semakin tidak yakin terhadap keinginan dan kecenderungan dirinya sendiri. Semakin ia jarang merasa cemas untuk memeriksa penerimaan orang lain terhadap dirinya, ia akan menjadi semakin percaya diri dan mandiri.²

Seorang remaja harus melaksanakan tugas perkembangannya untuk berhubungan dengan orang lain, bergaul dengan teman-teman sebaya dan orang dewasa lainnya, kemudian mengetahui dan menerima kemampuannya sendiri untuk menjalankan tugas perkembangannya dan belajar menyesuaikan diri dalam interaksi sosial yang lebih luas. Menurut Gunarsa kebutuhan sosial berarti berhubungan dengan orang lain, pengakuan, penerimaan dalam kelompok, agar dapat menyesuaikan diri dalam lingkungan masyarakat.³

Remaja akan merasa nyaman berada dalam suatu lingkungan sosial bilamana dia merasa kalau dirinya dibutuhkan dan diakui dalam kelompok sosial tersebut, sehingga hal itu dapat memenuhi kebutuhan aktualisasi dirinya dan dapat meningkatnya kepercayaan diri pada remaja.

Oleh karena itu kepercayaan terhadap diri sendiri sangatlah penting karena dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi remaja dapat meningkatkan eksistensi dirinya dalam masyarakat, sehingga masyarakat mengakui keberadaannya. Dengan mendapat pengakuan dari masyarakat di sekitarnya maka semakin mudah remaja menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosialnya.

Jika remaja belum mampu menyesuaikan diri dengan cara yang lebih baik, maka berusaha ke arah pembinaan akhlak yang mulia, insya Allah suatu saat nanti akan mampu. Seorang remaja jangan lekas putus asa dan patah hati dalam menghadapi kehidupan ini jika ingin lebih sukses dan cemerlang di masa akan datang.

Pada fase ini seorang individu diharapkan dapat melaksanakan perkembangan sosialnya secara baik, dalam hal ini berinteraksi dengan lingkungannya, baik di lingkungan keluarga, lingkungan sosial dan teman-teman sebayanya, maupun lingkungan sosial dimana individu tersebut hidup dan berinteraksi. Dan untuk berinteraksi secara baik dengan lingkungan sekitar maka penyesuaian sosialnya pun harus baik.

Menurut Hurlock, perubahan sosial pada masa remaja merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit, yaitu berhubungan dengan penyesuaian sosial. Pada perubahan sosial ini, remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah.⁴

Pada hakekatnya manusia adalah makhluk sosial yang selalu berinteraksi dengan orang lain, interaksi tersebut sangat diperlukan demi kelangsungan hidupnya. Namun dalam berinteraksi tersebut, dibutuhkan norma-norma sosial sebagai pedoman untuk mengatur perilaku dalam berinteraksi dengan masyarakat.

Menurut Ahmadi, norma sosial adalah patokan-patokan umum mengenai tingkah laku dan sikap individu anggota kelompok yang dikehendaki oleh kelompok mengenai bermacam-macam hal yang berhubungan dengan kehidupan kelompok yang melahirkan norma-norma itu.⁵

²John.W.Santrock, *ADOLESCENCE—Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2003) h. 335

³Gunarsa Singgih, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Gunung Mulia, 1988), h. 57

⁴Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: Erlangga, 1980), h. 213

⁵Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial* (Surabaya: Bina Ilmu, 1988), h. 47

Menurut Ahmadi “norma sosial merupakan pengertian yang meliputi bermacam-macam hasil interaksi kelompok, baik hasil interaksi dari pada kelompok-kelompok masyarakat yang telah lampau, maupun hasil interaksi kelompok-kelompok masyarakat yang sedang berlangsung. Termasuk padanya semua nilai-nilai dan harga-harga sosial, adat, konvensi dan sebagainya.”⁶ Dengan memahami dan menaati norma-norma sosial inilah remaja diharapkan agar dapat lebih mudah dalam penyesuaian diri terhadap sosial masyarakatnya.

Menurut Soesilowindrarini, jikalau seorang remaja tidak dapat mengikuti norma-norma kelompoknya, maka dia akan mengalami kesulitan yang menimbulkan persoalan-persoalan dalam dirinya. Biasanya ini akan menyebabkan munculnya rasa rendah diri, dan ini akan menghambat proses penyesuaian sosialnya, yang merupakan salah satu tugas perkembangan pada fase remaja.⁷

Dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan orang lain, baik itu teman-teman sebaya maupun orang-orang dewasa yang berada disekitarnya, kepercayaan diri pada seorang remaja yang sedang dalam masa transisi untuk menuju masa dewasa sangatlah penting. Apabila tingkat kepercayaan diri pada remaja tersebut rendah maka dia akan merasa dirinya seperti terasingkan dalam lingkungannya, karena dia tidak mempunyai kepercayaan diri yang baik untuk menempatkan dirinya sama seperti teman-teman. Dan hal ini cenderung membuat remaja menjadi rendah diri dan minder, akhirnya akan sulit untuk bergaul dengan lingkungannya.

Berdasarkan fenomena di kehidupan sehari-hari dapat dilihat di beberapa media, baik dari sumber media masa ataupun jurnal-jurnal penelitian, bahwasanya kenyataan memperlihatkan bahwa tidak semua remaja berhasil atau mampu melakukan penyesuaian sosial dalam lingkungannya. Penggunaan NAPZA, perkelahian antar pelajar, dan pergaulan bebas merupakan bentuk perilaku maladjustment remaja yang menunjukkan ketidak mampuan melakukan penyesuaian sosial dengan baik terhadap dirinya sendiri maupun dengan lingkungan di sekitarnya.

Seperti yang diungkapkan Budiman, remaja-remaja yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya tampak dengan banyaknya perilaku menyimpang yang dilakukan remaja, seperti misalnya pergaulan bebas, perkelahian remaja yang semakin hari semakin mengerikan, penggunaan obat-obatan terlarang yang semakin meluas dikalangan pelajar, dan masih banyak fakta-fakta di masyarakat yang menunjukkan semakin tidak mampunya remaja menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan perkembangan zaman yang semakin cepat.⁸

Usaha penyesuaian sosial yang dilakukan remaja tidak selalu berjalan dengan baik, remaja yang cenderung mempunyai penyesuaian sosial yang buruk biasanya memiliki karakter yang lebih tertutup, kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Namun tidak menutup kemungkinan seorang remaja yang mempunyai kepercayaan diri terlampaun tinggi juga dapat diterima oleh lingkungannya. Seperti yang di ungkapkan Harlock bahwasanya kondisi yang menyebabkan remaja ditolak (sistem alienasi) salah satunya adalah perilaku yang menonjolkan diri, merasa dirinya yang terbaik sehingga tidak mau bekerja sama dan sering suka memerintah.⁹ Remaja yang seperti ini akan ditolak oleh lingkungannya.

⁶Abu Ahmadi, *Psikologi Sosial*, h. 47

⁷Soesilowindradini, *Psikologi Perkembangan Masa Remaja*, h. 151

⁸Orthorita Putri Maharani & Budi Andayani, Hubungan antara dukungan sosial ayah dengan penyesuaian sosial pada remaja laki-laki, *Jurnal Psikologi*, (Yogyakarta: Juni 2003), h. 25

⁹Elizabeth B Hurlock, *Psikologi Perkembangan*, h. 217

Hipotesis

Hipotesis menurut Suryabrata adalah “Jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya masih harus diuji secara empiris.”¹⁰ Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Dengan demikian semakin seorang individu mempunyai rasa kepercayaan diri yang tinggi maka semakin mudah pula untuk melakukan penyesuaian sosial. Begitu pula sebaliknya, apabila kepercayaan diri kurang maka akan sulit untuk melakukan penyesuaian sosial.

Rancangan Penelitian

Rancangan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu penelitian yang datanya merupakan pendekatan angka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variable X dan Y, oleh karenanya jenis penelitian ini adalah korelasional.

Dalam penelitian ini variabel yang ingin diketahui adalah “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Terhadap Penyesuaian Sosial Remaja Pada Siswa-Siswi Kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang”

Identifikasi Variabel Penelitian

Menurut Azwar “Identifikasi Variabel merupakan langkah penetapan variable-variabel utama dalam penelitian dan penentuan fungsinya masing-masing”¹¹.

Dalam penelitian ini peneliti mengidentifikasi Variabel bebas (X) dan Variabel terikat (Y) sebagai berikut:

- Variabel Bebas (X) : Kepercayaan Diri
- Variabel Terikat (Y) : Penyesuaian Sosial

Definisi Operasional

Definisi Operasional Menurut Suryabrata “Definisi operasional adalah yang didasarkan atau sifat-sifat hal yang didefinisikan dan dapat di amati. Definisi operasional digunakan untuk menjelaskan pengertian operasional dari variable-variabel penelitian dan menyamakan persepsi agar terhindari dari kesalah fahaman dalam menafsirkan variable”¹².

1. Kepercayaan diri remaja: Kepercayaan diri merupakan keyakinan pada kemampuan diri sendiri untuk mencapai kesuksesan dalam hidup. Karena percaya pada diri sendiri merupakan salah satu langkah yang positif dalam hidup. Dengan memiliki kepercayaan diri yang baik individu dapat berperilaku sesuai dengan yang diharapkan, tidak mementingkan dirinya sendiri, mau melibatkan diri kelingkungan yang lebih luas tanpa membutuhkan dorongan dari orang lain, berani menghadapi berbagai tantangan dengan optimis, dan selalu merasa gembira sehingga orang-orang disekitarnya pun akan merasakan energi keceriaannya.

¹⁰Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian*. (Jakarta: Rajawali, 1999), h. 69

¹¹Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), h. 61

¹²Sumadi Suryabrata, *Metodologi Penelitian* (Jakarta: Rajawali, 1999), h. 83

2. Penyesuaian sosial remaja: Penyesuaian sosial pada remaja merupakan salah satu proses perkembangan di masa remaja, yang mana remaja melakukan proses sosial untuk dapat diterima di lingkungan sosialnya, dengan berpenampilan nyata agar memenuhi harapan dalam kelompoknya, sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap kelompok tersebut, anak juga harus mempunyai sikap sosial yang baik agar menyenangkan terhadap orang lain, disamping itu juga remaja harus merasa puas terhadap perang yang dia mainkan, baik sebagai pemimpin ataupun anggota dalam kelompok sosialnya. Dengan begitu dia dapat mengoptimalkan kemampuan yang ada dalam dirinya dan lebih dapat mengaktualisasikan dirinya dalam mengembangkan sikap sosial.

Populasi Dan Sampel

a. Populasi

Alimul menjelaskan bahwa Populasi merupakan seluruh subjek atau objek dengan karakteristik tertentu yang akan diteliti. Bukan hanya objek atau subjek yang dipelajari saja tetapi seluruh karakteristik atau sifat yang dimiliki subjek atau objek tersebut.¹³ Dan menurut Arikunto, Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian.¹⁴

Dalam penelitian ini populasinya adalah siswa-siswi kelas II SMP 1 Muhammadiyah Malang, yang berjumlah 60 siswa.

Tabel Jumlah Populasi Objek yang diteliti

Kelas	Jenis Kelamin	Jumlah
II A	Laki – laki	16 Siswa
	Perempuan	14 Siswa
II B	Laki – laki	18 Siswa
	Perempuan	12 Siswa
JUMLAH		60 Siswa

b. Sampel

Menurut Alimul sampel merupakan bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi.¹⁵ Adapun pedoman pengambilan sampel menurut Arikunto, yaitu “untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil, adalah apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua, akan tetapi jika jumlah subjeknya besar maka jumlah sampel yang diambil adalah antara 10-15% atau 20-25”¹⁶. Dalam penelitian ini populasi subjek yang diteliti berjumlah 60 siswa, karena kurang dari 100 maka peneliti mengambil keseluruhan dari populasi untuk diteliti. Jadi penelitian ini adalah penelitian populasi sampel, yang mana peneliti mengambil semua populasi untuk dijadikan sampel.

¹³A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika, h.35

¹⁴Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian* (Jakarta: Rineka Cipta, 1998), h. 115

¹⁵A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h.35.

¹⁶A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 120

Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan beberapa metode pengumpulan data untuk memperoleh data dan informasi yang relevan dan terkait dengan permasalahan yang akan diteliti. Adapun metode pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah:

a. Observasi

Menurut Arikunto “Observasi adalah pengamatan yang merupakan kegiatan pemuatan perhatian terhadap suatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra.”¹⁷ Metode ini digunakan peneliti untuk mengamati dan untuk mengetahui fenomena yang ada di lokasi penelitian.

b. Wawancara

Wawancara biasa disebut juga dengan Interview, adalah sebuah dialog yang dilakukan oleh pewawancara (*interviewer*) untuk memperoleh informasi dari terwawancara (*interviewee*).¹⁸ Dalam penelitian ini teknik wawancara digunakan untuk mengetahui keadaan sekolah dan murid-muridnya.

Wawancara dilakukan dengan Kepala Sekolah SMP I Muhammadiyah Malang, untuk mengetahui segala informasi yang berkaitan tentang sekolah dan siswa-siswi yang akan diteliti.

c. Dokumentasi

Metode dokumentasi menurut Arikunto adalah mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, legger, agenda dan sebagainya.¹⁹ Proses dokumentasi ini dilakukan peneliti untuk mengumpulkan data dan informasi tentang jumlah siswa dan informasi tentang sekolah.

d. Angket

Angket atau Kuesioner adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang ia ketahui.²⁰

Alat ukur ini digunakan bila responden jumlahnya besar dan dapat membaca dengan baik yang dapat mengungkapkan hal-hal yang bersifat rahasia. pembuatan angket ini mengacu pada parameter yang sudah ada dalam blue print.

Instrumen Penelitian

Instrumen Penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengambil informasi dan data yang terdiri dari sumber data atau pengambilan data dengan memperhatikan masalah-masalah dari variabel yang diteliti.

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah Angket atau Kuesioner. Jenis angket yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner tertutup, responden sudah disediakan

¹⁷A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 146

¹⁸A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 145

¹⁹A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 236

²⁰A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 140

jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Angket yang digunakan ini juga menggunakan kuesioner langsung, yaitu responden menjawab tentang dirinya. Bentuk angket yang digunakan adalah skala bertingkat, yaitu sebuah pernyataan diikuti oleh kolom-kolom yang menunjukkan tingkat-tingkatan misalnya mulai dari sangat setuju sampai ke sangat tidak setuju.

Untuk mengukur variabel yang diteliti, peneliti menggunakan skala likert dalam bentuk angket yang akan digunakan. Skala Likert merupakan skala untuk mengukur sikap, persepsi, pendapat yang terdiri dari komponen sangat setuju (SS), setuju (S), ragu-ragu (R), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS)²¹.

Pernyataan item-item dalam angket dibedakan menjadi dua bagian, yaitu item favourable dan item unfavourable. Pernyataan favourable adalah pernyataan yang mendukung atau memihak pada objek sikap, sedangkan unfavourable adalah yang tidak mendukung objek sikap. Pernyataan Unfavourable berfungsi untuk menguji keakuratan instrumen.²² Sistem penilaian kedua item itu dibedakan, sebagai berikut:

1. Item Favourable	2. Item Unfavourable
Sangat Setuju : 1	Sangat Setuju : 4
Setuju : 2	Setuju : 3
Tidak Setuju : 3	Tidak Setuju : 2
Sangat Tidak Setuju : 4	Sangat Tidak Setuju : 1

Karena pilihan jawaban berjenjang, maka setiap jawaban bisa diberi bobot sesuai dengan intensitasnya. Misalnya ada lima pilihan jawaban. Intensitas paling rendah diberi 1 dan yang tertinggi diberi 5. Namun bisa juga sebaliknya asal konsisten: intensitas tertinggi 1 dan terendah 5.²³

Skala yang digunakan ada dua, yaitu Skala Kepercayaan diri sebanyak 40 item, dan Skala Penyesuaian Sosial sebanyak 44 item. Jadi jumlah keseluruhan Item adalah 84 item.

Aspek-aspek yang dijadikan sebagai dasar pembuatan item adalah sebagai berikut:

a. *Kepercayaan diri*

Kepercayaan diri yang diungkapkan oleh Lauster mengatakan dengan memiliki kepercayaan diri yang baik individu dapat berperilaku sesuai dengan yang diharapkan, tidak mementingkan dirinya sendiri, mau melibatkan diri kelingkungan yang lebih luas tanpa membutuhkan dorongan dari orang lain, berani menghadapi berbagai tantangan dengan optimis, dan selalu merasa gembira sehingga orang-orang disekitarnya pun akan merasakan energi keceriaannya. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) **Tidak mementingkan diri sendiri:** Membantu teman yang membutuhkan pertolongan; Menghargai prestasi yang dicapai orang lain; Menjalankan persahabatan dengan sesama tanpa melihat perbedaan; Suka mengikuti kegiatan di sekolah; Mengikuti kegiatan gotong royong di kampung; Mendahulukan kepentingan umum dari pada kepentingan pribadi; Menghormati orang-orang yang ada disekitarnya; Menghormati orang yang lebih tua darinya.

²¹A. Aziz Alimul, *Riset Keperawatan*, h. 39

²²Saifuddin Azwar, *Metode Penelitian* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), h. 98

²³Bilson Simamora, *Panduan Riset Perilaku Konsumen* (Jakarta. PT. Gramedia: 2004), h. 47

- 2) **Tidak membutuhkan orang lain:** Mampu mengerjakan tugas tanpa bantuan orang lain; Lebih suka menggunakan caranya sendiri dalam mengerjakan tugas; Dalam mengambil keputusan selalu berindak sendiri; Mampu menghadapi masalahnya sendiri; Percaya akan kemampuannya sendiri dalam segala hal; Berani mengambil keputusan meski bertentangan dengan orang lain; Tidak membutuhkan dukungan dari orang lain; Tidak suka dipuji.
- 3) **Optimis:** Menghadapi kehidupan dengan penuh optimis dan percaya diri; Yakin mendapatkan nilai baik disetiap mata pelajaran yang ada; Yakin berhasil dalam mengerjakan setiap pekerjaannya; Yakin akan masa depannya akan berjalan dengan baik, dan sesuai dengan yang diinginkannya; Memiliki inisiatif dan semangat lebih dibandingkan dengan orang lain; Selalu selangkah lebih maju dari pada orang lain; Mengerjakan tugas selalu lebih baik dari teman-temannya; Merasa orang lain mendapatkan segalanya lebih sulit dibandingkan dirinya.
- 4) **Gembira:** Merasa senang apabila mendapatkan nilai baik; Senang mendengarkan musik favoritnya; Suka Humor; Selalu gembira dalam segala suasana; Tidak mudah tersinggung; Suasana akan menjadi ceria dengan keberadaannya; Senang berkumpul dengan orang banyak; Merasa semua orang menyukainya; Merasa nyaman di lingkungannya.

b. Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial pada remaja merupakan salah satu proses perkembangan di masa remaja, yang mana remaja melakukan proses sosial untuk dapat diterima di lingkungan sosialnya, dengan berpenampilan nyata agar memenuhi harapan dalam kelompoknya, sehingga dapat menyesuaikan diri terhadap kelompok tersebut, anak juga harus mempunyai sikap sosial yang baik agar menyenangkan terhadap orang lain, disamping itu juga remaja harus merasa puas terhadap perang yang dia mainkan, baik sebagai pemimpin ataupun anggota dalam kelompok sosialnya. Dengan begitu dia dapat mengoptimalkan kemampuan yang ada dalam dirinya dan lebih dapat mengaktualisasikan dirinya dalam mengembangkan sikap sosial.

Hurlock menyatakan bahwa ada empat kriteria dalam menentukan sejauh mana penyesuaian kriteria seseorang itu mencapai ukuran baik, kriteria tersebut adalah sebagai berikut:

1. **Penampilan Nyata:** Kesediaan mengikuti perlombaan di sekolah; Kesadaran maju kedepan kelas tanpa ditunjuk untuk mengerjakan soal dari guru; Mengikuti kegiatan sesuai dengan minat atau hobby (kegiatan ekstrakurikuler); Kemampuan memahami dan melaksanakan perintah guru; Kemampuan mengemukakan ide atau pendapat pada orang lain; Bersedia melakukan kegiatan bersama teman atau kelompok lain; Berbagi pengalaman dengan teman; Bergabung dan mengobrol dengan teman pada saat istirahat; Jujur dalam menceritakan keburukan dan kegagalan yang dialami
2. **Penyesuaian diri terhadap kelompok:** Bersedia bekerjasama menyelesaikan tugas kelompok; Bersedia mendengarkan pendapat teman; Kesediaan melaksanakan hasil kesepakatan meski tidak sesuai dengan pendapatnya; Kesediaan meminta maaf jika berbuat salah pada teman; Kesediaan mengganti barang teman yang tidak sengaja dirusak; Kesediaan melaksanakan piket di kelas; Mengantar teman yang sakit ke ruang

- UKS; Selalu siap menolong teman; Menjenguk teman yang sedang sakit.
3. **Sikap sosial:** Ikut dalam kegiatan bakti sosial; Ikut serta kerja bakti membersihkan got atau jalan sekitar sekolah; Ikut membagi zakat atau derma pada hari raya; Sedih apabila ada teman yang sakit; Menghibur teman yang sedang sedih; Ikut merasa gembira atas keberhasilan teman; Mau meminjamkan buku pelajaran kepada teman; Bersedia menjelaskan pelajaran tertentu jika ada teman yang tidak mengerti; Bersedia memberikan uang apabila ada sumbangan kematian di sekolah.
 4. **Kepuasan pribadi:** Menjaga kesehatan (membersihkan diri) secara teratur; Mempunyai cita-cita yang tinggi; Dapat menempatkan dengan baik waktu belajar dan waktu bermain; Menyelesaikan PR tepat waktu; Membantu meringankan pekerjaan Ayah/Ibu; Merapikan sendiri kamar tidur setiap hari; Siap dan tenang dalam menghadapi ujian; Bersedia memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada orang lain yang belum dikenal; Berani bertanya apabila ada hal-hal yang belum dimengerti

Validitas Dan Reliabilitas

1. Validitas

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi.²⁴

Adapun rumus yang digunakan untuk menguji tingkat validitas instrument dalam penelitian ini peneliti menggunakan rumus *korelasi product moment*, adalah sebagai berikut :

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

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi produk moment

N = jumlah subjek

X = jumlah skor item

Y = jumlah skor total

Dimana r_{xy} menunjukkan indeks korelasi antara dua variable yang dikorelasikan, yang mengandung tiga makna yaitu, tidak adanya korelasi, arah korelasi dan besarnya korelasi.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Dimana instrumen tersebut tidak bersifat tendesius sehingga bisa mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu.²⁶

Adapun rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah menggunakan rumus Alpha²⁷, sebagai berikut:

²⁴ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 114

²⁵ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 162

²⁶ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 154

²⁷ Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 193

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan

\sum_b^2 = jumlah varians butir

σ_t^2 = Varians total

Metode Analisis Data

Metode yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah analisis statistik, sehingga dapat diambil kesimpulan. Statistik berarti cara-cara ilmiah yang dipersiapkan untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan dan menganalisa data penelitian yang berbentuk angka-angka dan diharapkan dapat menyediakan dasar-dasar yang dapat dipertanggung jawabkan untuk menarik kesimpulan-kesimpulan yang besar dan untuk mengambil keputusan-keputusan yang baik.

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan analisa regresi umum, yaitu suatu metode untuk meramalkan pengaruh dan besarnya pengaruh variable bebas terhadap variable terikat dengan menggunakan prinsip-prinsip regresi dan korelasi. Dengan analisa regresi juga memungkinkan mengetahui sumbangan relative dan efektif variable bebas.²⁸

1. Metode analisis prosentasi

Untuk menentukan tingkat hubungan antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri pada remaja, peneliti melakukan pengkategorian menjadi tiga tingkatan, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Klasifikasi kategori ini menggunakan harga Mean dan Standar Deviasi,²⁹ dengan rumus sebagai berikut:

Tinggi = $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

Sedang = $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X \leq (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$

Rendah = $X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Sedangkan rumus Mean adalah:³⁰

$$\text{Mean} = \frac{\sum fx}{N}$$

Ket:

$\sum fx$ = jumlah nilai yang sudah dikalikan dengan frekuensi masing-masing

N = jumlah subyek

Rumus Standar Deviasi:

$$SD = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left(\frac{\sum fx}{N} \right)^2}$$

²⁸Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, jilid II, (Yogyakarta, Penerbit Fak. Psikologi UGM, 1994), h. 85

²⁹Saifuddin Azwar, *Tes Prestasi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h.163

³⁰Saifuddin Azwar, *Tes Prestasi*, hal, 37

Ket:

SD = standar deviasi

F = frekuensi

X = nilai masing-masing respon

N = jumlah respon

Selanjutnya, setelah diketahui harga Mean dan Standar Deviasi, kemudian dilakukan penghitungan prosentase masing-masing tingkatan dengan menggunakan rumus:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Ket:

F = frekuensi

N = banyak subyek

2. Metode analisis produk moment

Korelasi product-moment merupakan teknik pengukuran tingkat hubungan antara dua variabel yang datanya berskala interval atau rasio. Angka korelasinya disimpulkan dengan r. Angka r product moment mempunyai kepekaan terhadap konsistensi hubungan timbal balik. Rumus perhitungan product moment sebagai berikut:

$$r_{xy}^{31} = \frac{N \sum XY - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\} \{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi produk moment

N = jumlah subjek

X = jumlah skor item

Y = jumlah skor total

Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah singkat SMP Muhammadiyah 1 Malang

Pada tanggal 17 Agustus 1946, setahun setelah Indonesia merdeka yakni ketika bangsa Indonesia merayakan kemerdekaannya dengan suka cita dan dengan berbagai macam kegiatan, sebagai rasa syukur, bertepatan dengan saat itulah SMP Muhammadiyah 1 Malang didirikan. Semula SMP Muhammadiyah 1 Malang bertempat di jalan teratai menempati gedung sekolah negeri bekas sekolah asrama Ambon school.

Pada bulan Juli, setelah agresi Belanda masuk kota Malang, dengan terpaksa siswa, wali murid, dan para guru mengungsi ke Sumber Pucung. Sedangkan yang tinggal pada saat itu ada 20 orang yang diasuh oleh Bapak Djoko Raharjo yang bertempat tinggal di jalan Buring 20 Malang. Mereka yang berada di Sumber Pucung mendirikan sekolah sendiri yang diasuh oleh Bapak KH. M. Bedjo Darmoleksono.

³¹Arikunto, *Prosedur Penelitian*, hal 162

Setelah penyerahan kedaulatan kepada Bangsa Indonesia, para pengungsi yang berada di Sumber Pucung kembali lagi ke Malang. Sekolah tersebut akhirnya dijadikan satu yang tepat ditempatkan di rumah yayasan yatim piatu bareng tenes yang pada saat itu dipimpin oleh Bapak Djoko Raharjo. Kemudian pada tahun 1951 SMP Muhammadiyah 1 Malang tentunya tak lepas dari para tokoh pendirinya yang perlu kita ketahui diantaranya adalah: Djoko Raharjo, KH. M. Bedjo Darmoleksono, Surawiyana, Abdul Rahman, Sulaiman, dan Sutikno.

2. Visi Dan Misi SMP Muhammadiyah 1 Malang

VISI:

“Terbentuknya manusia muslim, bertakwa, berwawasan, keunggulan dan terampil dalam berkarya.”

MISI:

- a. Menumbuhkan sikap penghayatan dan pengamalan ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Melaksanakan pembelajaran dan bimbingan secara efektif, inovatif, dan kreatif.
- c. Menumbuhkan rasa cinta seni dan budaya sehingga siswa mampu berapresiasi dalam bidang seni dan budaya.
- d. Melatih siswa dengan keterampilan untuk bekal menyongsong kehidupan dimasa depan.

3. Tujuan SMP Muhammadiyah 1 Malang

Pada akhir tahun pelajaran 2006/2007 sekolah dapat:

- a. Meningkatkan perolehan NUN dan jumlah kelulusan
- b. Mengoptimalkan proses pembelajaran dengan pendekatan berorientasi konstruktivis.
- c. Melestarikan budaya daerah melalui MULOK bahasa daerah dengan indikator 75% siswa mampu berbahasa Jawa sesuai dengan konteks.
- d. Mewujudkan sekolah berbudaya lingkungan.
- e. Melatih siswa membaca Al-Qur'an dan melakukan kegiatan sholat berjamaah
- f. Meraih juara dalam lomba/kegiatan ekstra kurikuler.

UJI VALIDITAS DAN RELIABILITAS

a. Uji Validitas

Alat ukur ini dibuat untuk mengetahui tingkat Kepercayaan Diri remaja. Angket Kepercayaan Diri ini terdiri dari 4 aspek, yaitu Tidak mementingkan diri Sendiri, Tidak membutuhkan dorongan orang lain, Optimis, Gembira. Sedangkan angket Penyesuaian Sosial terdiri dari 4 aspek, yaitu: Penampilan Nyata, Penyesuaian Diri Terhadap Kelompok, Sikap Sosial, Kepuasan Pribadi.

Validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau keshahihan suatu instrumen. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi³².

³²Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 144

Adapun rumus yang digunakan adalah :

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

Keterangan:

r_{xy} = koefisien korelasi produk moment

N = jumlah subjek

X = jumlah skor item

Y = jumlah skor total

Dari uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan program SPSS 11. 5 for windows. Angket ini mempunyai 84 item soal yang terdiri dari aspek Kepercayaan Diri 40 item, dan aspek Penyesuaian Sosial 44 item.

1. Angket kepercayaan diri

Angket kepercayaan diri mempunyai 4 aspek yang terdiri dari 40 item soal dengan 26 item yang valid dan 14 item yang gugur. Aspek-aspek tersebut adalah tidak mementingkan diri sendiri yang terdiri dari 6 butir yang sah dan 4 butir yang gugur, tidak membutuhkan dorongan orang lain terdiri dari 5 butir yang sah dan 5 butir yang gugur, optimis terdiri dari 7 butir yang sah dan 3 butir yang gugur, gembira terdiri dari 8 butir yang sah dan 2 butir yang gugur.

Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Hasil Uji Validitas Angket Kepercayaan Diri

No	INDIKATOR	BUTIR			
		Favourable		Unfavourable	
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur
1	Tidak mementingkan diri Sendiri	15, 26	1, 5, 7	2, 4, 19, 28	17
2	Tidak membutuhkan dorongan orang lain	16, 18, 33	21, 30	8, 11	32, 34, 38
3	Optimis	3, 25, 27	9, 12	6, 10, 23, 29	14
4	Gembira	20, 22, 24, 31	36	13, 35, 37, 39	40

2. Angket penyesuaian sosial

Angket penyesuaian sosial mempunyai 4 aspek yang terdiri dari 44 item soal dengan 33 item yang valid dan 11 item yang gugur. Aspek-aspek tersebut adalah penampilan nyata yang terdiri dari 8 item yang sah dan 3 item yang gugur, penyesuaian diri terhadap kelompok terdiri dari 6 item yang sah dan 5 item yang gugur, sikap sosial terdiri dari 10 item yang sah dan 1 item yang gugur, kepuasan pribadi 9 item yang sah dan 2 item yang gugur.

Untuk lebih jelas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Hasil Uji Validitas Angket Penyesuaian Sosial

No	INDIKATOR	BUTIR			
		Favourable		Unfavourable	
		Sahih	Gugur	Sahih	Gugur
1	Penampilan Nyata	3, 8, 21, 30, 40	17, 42	11, 25, 43	4
2	Penyesuaian Diri Terhadap Kelompok	6, 22, 31, 35	1, 14	5, 38	13, 19, 41
3	Sikap Sosial	2, 9, 15, 33, 37	-	18, 23, 26, 27, 28	20
4	Kepuasan Pribadi	7, 12, 16, 29, 32, 34	-	21, 36, 39	10, 44

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan pada suatu pengertian bahwa suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Dimana instrumen tersebut tidak bersifat tendesius sehingga bisa mengarahkan responden untuk memilih jawaban tertentu.³³

Adapun rumus yang digunakan untuk mengukur reliabilitas adalah menggunakan rumus Alpha³⁴, sebagai berikut:

$$r_{11} = \left(\frac{k}{k-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_t^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Reliabilitas instrumen

k = Banyaknya butir pertanyaan

\sum_b^2 = jumlah varians butir

σ_t^2 = Varians total

Suatu alat tes dikatakan reliabel jika memiliki nilai alpha \geq r tabel. Dan dari uji reliabilitas dengan menggunakan program SPSS 11.05 for windows, diperoleh hasil, yaitu, untuk angket kepercayaan diri 0,8049 dan untuk angket penyesuaian sosial 0,8861. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Rangkuman Uji Reliabelitas

Variabel	Alpha	r Tabel	Ket	Kesimpulan
Kepercayaan Diri	0,8049	0,254	Alpha \geq r Tabel	Reliabel
Penyesuaian Sosial	0,8861	0,254	Alpha \geq r Tabel	Reliabel

³³Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 154

³⁴Arikunto, *Prosedur Penelitian*, h. 193

ANALISIS DESKRIPSI DATA HASIL PENELITIAN

Deskripsi data merupakan gambaran atau penjabaran dari data yang diteliti setelah dilakukan penelitian untuk mengungkapkan tingkat kepercayaan diri dan tingkat penyesuaian sosial pada remaja. Untuk menentukan jarak pada masing-masing keterangan dengan pemberian skor standart, menurut Azwar “Pemberian skor standar dilakukan dengan mengubah skor kasar kedalam bentuk penyimpangan dari mean dalam satuan deviasi standart.”³⁵

Adapun rumus yang digunakan untuk menghitung norma adalah diperoleh dengan cara mencari nilai mean dan standart deviasi terlebih dahulu. Berikut adalah rumusnya, yaitu:

- Tinggi : $X > (\text{Mean} + 1 \text{ SD})$
 Sedang : $(\text{Mean} - 1 \text{ SD}) < X < \text{Mean} + 1 \text{ SD}$
 Rendah : $X < (\text{Mean} - 1 \text{ SD})$

Sedangkan rumus Mean adalah:

$$\text{Mean} = \frac{\sum FX}{N}$$

Keterangan :

- $\sum FX$ = Jumlah nilai yang sudah dikalikan dengan frekuensi masing-masing.
 N = Jumlah Subjek

Rumus Standar Deviasi adalah

$$\text{SD} = \sqrt{\frac{\sum fx^2}{N} - \left(\frac{\sum fx}{N}\right)^2}$$

Ket:

- SD = standar deviasi
 F = frekuensi
 X = nilai masing-masing respon
 N = jumlah respon

Tabel Deskripsi Data Hasil Penelitian
Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KEPERCAYAAN DIRI	49.75	8.20	60
PENYESUAIAN SOSIAL	61.88	11.70	60

³⁵Saifuddin Azwar, Tes Prestasi, h. 163

Analisis Data Kepercayaan Diri

Berdasarkan dari nilai Mean pada angket kepercayaan diri adalah 49,75 dan standar deviasi adalah 8,20. Kemudian dari hasil tersebut dapat di tentukan jumlah subjek yang ada dikategori tinggi ada 10 orang (16,67%), kategori sedang ada 40 orang (66,66%), dan dalam kategori rendah ada 10 orang (16,67%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang mempunyai kepercayaan diri yang sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Kategori Kepercayaan Diri

No	Kategori	Interval	Frekuensi	%
1.	Tinggi	58 – 64	10	16,67 %
2.	Sedang	41 – 57	40	66,66 %
3.	Rendah	30 – 40	10	16,67 %

Analisis Data Penyesuaian Sosial

Berdasarkan nilai Mean pada angket penyesuaian sosial adalah 61,88 dan standar deviasi adalah 11,70. Kemudian dari hasil tersebut dapat ditentukan jumlah subjek yang ada di kategori tinggi ada 8 orang (13,33%), kategori sedang ada 41 orang (68,33%), dan pada kategori rendah ada 11 orang (18,34%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja di kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang mempunyai penyesuaian sosial yang sedang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel Kategori Penyesuaian Sosial

No	Kategori	Interval	Frekuensi	%
1.	Tinggi	74 – 95	8	13,33 %
2.	Sedang	50 – 73	41	68,33 %
3.	Rendah	42 – 49	11	18,34 %

HASIL UJI HIPOTESA

Hasil uji hipotesis dilakukan dengan menggunakan teknik korelasi product moment dari Karl Pearson, karena terdiri dari dua variabel dengan menggunakan bantuan program SPSS 11.05 for windows, untuk mengetahui apakah ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja.

Adapun kesimpulan tersebut diambil berdasarkan buku Aritonang, yaitu :

1. Apabila taraf signifikansi $< 0,05$
2. Apabila nilai $r_{xy} > r$ tabel.³⁶

³⁶Lerbing R Aritonang, *Kepuasan Pelanggan Pengukurang dan Penganalisisan dengan SPSS*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2005), h. 63

Tabel Hubungan antar Variabel**Correlations**

		KEPERCAYAAN DIRI	PENYESUAIAN SOSIAL
KEPERCAYAAN DIRI	Pearson Correlation	1.000	.467**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	60	60
PENYESUAIAN SOSIAL	Pearson Correlation	.467**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	60	60

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Tabel Rangkuman Korelasi Product Moment (r_{XY})

r _{xy}	Sig	Keterangan	Kesimpulan
0,467	,000	Sig ≤ 0,05	Signifikan

Berdasarkan data yang terdapat pada tabel di atas, maka didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif yang signifikan ($r_{xy} = 0,467$; $\text{sig} = 0,000 \leq 0,05$) antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Dengan hasil r tabel = 0,254 dan r_{xy} (r hit) = 0,467. Dikatakan signifikan apabila $r_{xy} = 0,467 > r$ tabel = 0,254.

Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial pada remaja diterima, artinya apabila semakin tinggi kepercayaan diri remaja maka semakin mudah pula remaja melakukan penyesuaian sosial, begitu juga sebaliknya apabila kepercayaan diri remaja rendah maka sulit untuk melakukan penyesuaian sosial.

Besar pengaruh kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial () sama dengan 21,8%, ini berarti variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial sebesar 78,2%.

Pembahasan

Remaja akan merasa nyaman berada dalam suatu lingkungan sosial bilamana dia merasa kalau dirinya dibutuhkan dan diakui dalam kelompok sosial tersebut, sehingga hal itu dapat memenuhi kebutuhan aktualisasi dirinya dan dapat meningkatnya kepercayaan diri pada remaja.

1. Kepercayaan diri

Dari hasil penelitian ini diperoleh data tentang kepercayaan diri remaja dominan berada di kategori sedang sebanyak 66,66%, yaitu 40 subjek, sedangkan pada kategori tinggi 16,67% yaitu 10 subjek, dan yang berada dikategori rendah 16,67% yaitu 10 subjek.

Kepercayaan diri merupakan kunci seorang manusia untuk meraih kesuksesan dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan. Kepercayaan diri memungkinkan kita dalam mengatasi

tantangan baru, meyakini diri sendiri dalam masa sulit, melewati batasan yang menghambat, menyelesaikan hal yang belum pernah kita lakukan dan mengeluarkan bakat serta kemampuan sepenuhnya.

Kepercayaan diri memberi kita untuk tidak mengkhawatirkan akibat kegagalan. Ciri orang yang percaya diri adalah lebih fokus pada apa yang bisa dilakukan dan hasil positif yang akan diraih, bukan pada apa yang tidak bisa kita lakukan dan apa yang mungkin salah. Tanpa kepercayaan diri, tantangan hidup akan terasa sulit diatasi.

Saat kepercayaan diri hilang, keraguan dan ketidak pastian muncul. Orang yang tidak percaya diri akan masuk ke dalam siklus perilaku yang makin lama makin sulit dihentikan. Rasa takut akan kegagalan berujung pada kebimbangan, yang kemudian membuahkan rasa kurang percaya diri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan remaja, baik untuk mengoptimalkan kemampuan dalam diri maupun dalam berhubungan dengan lingkungan masyarakat. Agar kepercayaan diri seseorang dapat menjadi lebih baik, ada beberapa aspek yang harus ada dalam seorang individu, yaitu: kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cerdas dalam tindakan, tidak tergantung dengan orang lain dan mengenal kemampuannya sendiri. interaksi sosial, yaitu bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima dan menghargai orang lain. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif, mengenal kelebihan dan kekurangannya.

Sebagai makhluk Tuhan pun kita tidak diperkenankan untuk merasa rendah diri dan tidak percaya dengan apa yang ada dalam diri kita, karena Allah telah menciptakan manusia dengan bentuk yang paling sempurna, seperti yang terdapat dalam surat At-Tin ayat 4:

﴿تَقْوِيمًا أَحْسَنَ فِي الْإِنْسَانِ خَلَقْنَا لَقَدْ﴾

Artinya:

“Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya.” (QS. At-Tin-95 : 4)

2. Penyesuaian sosial

Dari hasil penelitian ini diperoleh data tentang penyesuaian social dominant berada di kategori sedang 68,33% yaitu sebanyak 41 subjek, sedangkan pada kategori tinggi 13,33% yaitu 8 subjek, dan yang berada dikategori rendah 18,34% yaitu 11 subjek.

Penyesuaian sosial merupakan proses seorang individu untuk dapat diterima oleh lingkungan disekitarnya, penyesuaian sosial merupakan salah satu faktor penting dalam perkembangan Remaja. Untuk dapat mengaktualisasikan dirinya secara optimal remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya, baik itu lingkungan teman sebaya maupun lingkungan masyarakat dimana ia tinggal.

Penyesuaian sosial merupakan salah satu tugas perkembangan pada masa remaja yang tersulit, tugas ini mengandung resiko yang berat, karena kegagalan dalam proses penyesuaian ini akan mengganggu keseimbangan dan gangguan dalam keseimbangan tersebut akan

memberikan pengaruh negatif terhadap diri remaja tersebut pada perkembangan masa yang selanjutnya.

Proses penyesuaian diri terhadap sosial dimulai dari individu sendiri, dengan mampu bertindak sesuai dengan potensi dirinya sendiri secara objektif, sehingga mampu bertindak luwes dan dinamis, menghormati kepada semua orang, mampu bertindak toleran, mampu menyelesaikan masalah dengan baik, mampu merespon frustrasi dan stress secara wajar tidak ditanggapi secara berlebihan, menerima kritik dengan baik, mampu bertindak sesuai dengan norma yang ada dalam lingkungannya dan melakukan kewajiban-kewajiban dalam kelompoknya, dan secara positif ditandai dengan kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.

Kemampuan remaja dalam melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya tidak timbul dengan sendirinya. Kemampuan ini diperoleh remaja dari bekal kemampuan yang telah dipelajari dari lingkungan keluarga dan proses belajar dari pengalaman-pengalaman baru yang dialami dalam interaksinya dengan lingkungan sosialnya.

Ketika remaja berinteraksi dengan lingkungannya, remaja harus memperhatikan tuntutan dan harapan sosial yang ada terhadap perilakunya. Maksudnya bahwa remaja harus membuat suatu kesepakatan antara kebutuhan atau keinginannya sendiri dengan tuntutan dan harapan sosial yang ada, sehingga pada akhirnya remaja akan merasakan kepuasan pada hidupnya.

3. *Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial*

Hasil analisis data dengan teknik korelasi product moment dari Pearson menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang signifikan ($r = 0,467$; $\text{sig} = 0,000 < 0,05$) antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial. Dengan hasil r tabel = $0,254$ dan r_{xy} (r hit) = $0,467$. Dikatakan signifikan apabila $r_{xy} = 0,467 > r$ tabel = $0,254$. Besar pengaruh kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial () sama dengan $21,8\%$, ini berarti variabel lain yang mempengaruhi penyesuaian sosial sebesar $78,2\%$. Karena keterbatasan waktu dan biaya maka peneliti mengambil satu variabel saja untuk diteliti yaitu Kepercayaan diri sebagai variabel yang mempengaruhi penyesuaian sosial.

Hasil penelitian di atas mendukung teori yang di katakan oleh Al-Uqshari “Rasa percaya diri adalah salah satu kunci kesuksesan dalam hidup”.³⁷ Untuk dapat mencapai kesuksesan dalam hidup kepercayaan diri sangatlah penting agar kita bisa memaksimalkan potensi yang ada dalam diri kita, maupun dalam pergaulan bermasyarakat. Dalam hal ini remaja yang berprestasi di sekolah memiliki kepercayaan diri yang baik, sehingga hubungan sosialnya dengan lingkungan sekitar terjalin dengan baik.

Remaja sebagai generasi penerus bangsa, dan sebagai calon pemimpin masa depan, harus dibimbing dan diarahkan dari sekarang agar menjadi kualitas yang terbaik, harus 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. Dengan kepercayaan diri yang baik remaja akan mampu untuk mengaktualisasikan kemampuan yang ada dalam dirinya, untuk mengukir prestasi. Dan dengan kepercayaan diri yang baik remaja

³⁷Yusuf Al-Uqshari, *Percaya Diri Pasti* (Jakarta: Gema Insani, 2005) h..5

akan mampu untuk menjalani proses penyesuaian sosial dengan baik.

Pada umumnya remaja jika berada diantara beberapa orang yang mempunyai kemampuan lebih darinya akan merasa bahwa dirinya adalah orang bodoh yang merupakan bahan olok-olokan bagi yang pintar. Hal ini dapat menghilangkan kepercayaan dirinya, yang kemudian membuatnya menjadi rendah diri dan merasa minder, sehingga tugas perkembangannya untuk beraktualisasi di lingkungan dan proses penyesuaian dirinya menjadi terhambat.

Ketika remaja mempunyai kepercayaan terhadap dirinya maka dia akan mampu untuk menerima dirinya sebagai manusia, serta memberikannya kekuatan untuk juga percaya terhadap orang lain. Disamping itu juga mereka mampu untuk menghadapi tantangan dalam menjalani kehidupan, dan memandang hari-hari kedepan dan tujuan-tujuannya dengan pandangan yang positif.³⁸

Hal ini senada dengan yang diungkapkan oleh Sunarto (dalam Moh. Ali) bahwa tahapan-tahapan proses dalam mencapai penyesuaian sosial yang secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.³⁹

Usaha penyesuaian sosial yang dilakukan remaja tidak selalu berjalan dengan baik, remaja yang cenderung mempunyai penyesuaian sosial yang buruk biasanya memiliki karakter yang lebih tertutup, kurang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan. Namun tidak menutup kemungkinan seorang remaja yang mempunyai kepercayaan diri terlampaun tinggi tidak diterima oleh lingkungannya. Seperti yang diungkapkan Harlock "bahwasanya kondisi yang menyebabkan remaja ditolak (sistem alienasi) salah satunya adalah perilaku yang menojolkan diri, merasa dirinya yang terbaik sehingga tidak mau bekerja sama dan sering suka memerintah."⁴⁰ Remaja yang seperti ini akan ditolak oleh lingkungannya.

Namun hal seperti diatas jarang terjadi, karena dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa subjek yang memiliki kepercayaan diri sedang dan penyesuaian social yang sedang sangat dominan, dari 60 subjek 28 yang sedang. Sedangkan subjek yang memiliki kepercayaan tinggi namun penyesuaian sosialnya rendah tidak ada sama sekali.

Di SMP Muhammadiyah 1 Malang, dari beberapa siswa-siswi dapat dilihat bahwasanya problem proses penyesuaian sosial pun terjadi. Seperti yang terjadi pada beberapa remaja disana, kegagalan dalam menjalin hubungan dengan teman-teman sebayanya. Dimana mereka merasa tidak mempunyai kemampuan yang lebih dari teman-teman yang lain, hal ini kemudian menyebabkan kepercayaan diri pada dirinya kurang sehingga proses penyesuaian sosialnya menjadi terhambat.

Ketika remaja dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik, baik terhadap perubahan-perubahan yang terjadi pada dirinya, kemudian dapat menerima kelebihan dan kekuarangan yang ada dalam dirinya dan berperilaku yang dapat memenuhi harapan kelompoknya, maka tidak akan mempunyai modal atau dasar yang baik untuk menuju keberhasilan pada masa selanjutnya.

³⁸Zakiah Darajat, *Penyesuaian Diri* (Jakarta: Bulan Bintang, 1982), h. 112

³⁹Moh. Ali dan Moh. Asrori, *Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2005).

⁴⁰Elizabeth B Hurlock. *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga, 1980), h. 217

Penutup

Dari hasil penelitian hubungan antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial remaja di kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang, dapat ditarik beberapa kesimpulan, sebagai berikut:

1. Untuk aspek kepercayaan diri dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, dan rendah. Pada sampel yang telah diteliti terdapat 10 orang atau 16,67% yang berada dikategori tinggi, 40 orang atau 66,66% yang berada dikategori sedang, dan 10 orang atau 16,67% yang berada dikategori yang rendah. Oleh karena itu secara umum kepercayaan diri siswa kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang termasuk dalam kategori sedang, hal ini dapat dilihat pada tingkat prosentase 66,66% yang merupakan jumlah terbanyak, ini menggambarkan 40 sampel dari 60 sampel yang ada. Artinya secara umum tingkat kepercayaan diri pada siswa-siswi baik.
2. Untuk aspek penyesuaian sosial dibagi menjadi tiga kategori, yaitu tinggi, sedang, rendah. Pada subjek yang telah diteliti terdapat 8 orang atau 13,33% yang berada dikategori tinggi, 41 orang atau 68,33% yang berada dikategori sedang, dan 11 orang atau 18,34% yang berada dikategori rendah. Oleh karena itu secara umum penyesuaian sosial siswa kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang termasuk dalam kategori sedang, hal ini dapat dilihat pada tingkat prosentasi 68,33% yang merupakan jumlah terbanyak, ini menggambarkan 41 subjek dari 60 sampel yang ada. Artinya secara umum tingkat penyesuaian sosial pada siswa-siswi baik.
3. Dari hasil uji hipotesis dapat diperoleh hasil bahwa antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja mempunyai hubungan yang signifikan ($r_{xy} = 0,467$; $\text{sig} = 0,000 < 0,05$). Hal ini sesuai dengan data yang telah diperoleh dari program SPSS 11.05 for windows, menyatakan bahwa r tabel 0,254 dan r_{xy} (r hit) 0,467, dikatakan signifikan apabila $r_{xy} = 0,467 > r$ tabel = 0,254. Dengan kata lain semakin tinggi kepercayaan diri remaja maka semakin mudah pula remaja melakukan penyesuaian sosial terhadap lingkungan sosial di sekitar mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. (1988). *Psikologi Sosial*. Surabaya: PT. Bina Ilmu
- Ali, Moh dan Moh. Asrori. (2005). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, Jakarta: Bumi Aksara
- Alimul, Aziz. (2003). *Riset Keperawatan & Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Al-Uqshari, Yusuf. (2005). *Percaya Diri-Pastil*. Jakarta: Gema Insani
- Anjelis, D. (2020). *Confidence – Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Arikunto, Suharsimi. (1998). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aritonang, Lerbing R. (2005). *Kepuasan Pelanggan Pengukuran dan Penganalisaan dengan SPSS*. Jakarta: PT. Gramedia
- Azwar, Saifuddin. (2003). *Tes Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- _____. (2004). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Callhoun, James F & Acocella, Joan Ross. (1990). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan*. Terjemahan R. S. Satmoko. Semarang: IKIP Semarang Press
- Darajat, Zakiah. (1982). *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang

- _____. (1993). *Remaja Harapan dan Tantangan*. Jakarta: Ruhama
- Gerungan. (1983). *Psikologi Sosial*. Jakarta: PT. Eresco
- Gunarsa, Singgih. (1988). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia
- _____. (1989). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia
- _____. (2000). *Psikologi Untuk Membimbing*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia
- Hadi, Sutrisno. (1994). *Metodelogi Research jilid II*. Yogyakarta: Penerbit Fak. Psikologi Universitas Gajah Mada
- Hamalik, Oemar. (1995). *Psikologi Remaja*. Bandung: Mandar Maju
- Hamidi, Zainuddin. (1982). *Tafsir Qur'an*. Jakarta: Widjaya
- Hurlock, Elizabeth B. (1980). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga
- _____. (1993). *Psikologi Perkembangan Anak jilid 2*. Jakarta: Erlangga
- _____. (1997). *Psikologi Perkembangan Anak Jilid 1*. Jakarta: Erlangga
- Kartini, Kartono. (1983). *Mental Hygiene*. Bandung: IKAPI
- Lauster, Peter. (2002). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara
- Mappiare, Andi. (1982). *Psikologi Remaja*. Surabaya: Usaha Nasional
- Meistari, M.T. (1995). *Bagaimana Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Bina Putra
- Orthorita Putri Maharani & Budi Andayani. (Juni, 2003). *Hubungan antara dukungan sosial ayah dengan penyesuaian sosial pada remaja laki-laki, Jurnal Psikologi*. 23-35
- Rakhmat, Jalaluddin. (1988). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: Remaja Karya
- Santrock, John W. (2003). *ADOLESCENCE – Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Simamora, Bilson. (2004). *Panduan Riset Perilaku Konsumen*. Jakarta: PT. Gramedia
- Sujanto, Agus. (1986). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Aksara Baru
- Sunarto dan B. Agung Hartono. (1995). *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi.
- Suryabrata, Sumadi. (1999). *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: Rajawali
- Soesilowindradini. (1986). *Psikologi Perkembangan (masa remaja)*. Surabaya: Usaha Nasional
- Polpoke, Mardiyah. (2004). *Pengaruh MLM (Multi Level Marketing) HD (High Disert) Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Selaku Distributor HD*. Fakultas Psikologi UIN Malang: Tidak Diterbitkan.
- Walgito, Bimo. (2002). *Psikologi Sosial*. Yogyakarta: Andi Offset