HALAMAN JUDUL

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI

DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

KELAS X DI MAN 01 BLITAR

SKRIPSI



Oleh

Lina Indah Priyanti

NIM:13410028

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA IBRAHIM MALANG

2018

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

KELAS X DI MAN 01 BLITAR

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana Psikologi(S.Psi)

Oleh

Lina Indah Priyanti

NIM:13410028

FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA IBRAHIM MALANG

2018

HUBUGAN KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA KELAS X DI MAN 01 KOTA BLITAR

SKRIPSI

Oleh:

Lina Indah Priyanti NIM: 13410028

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbimng

Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si, Psi

NIP. 19720718 199903 2 001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Dr. Siti Mahmudah, M.Si

NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini : Nama : Lina Indah Priyanti

NIM :13410028

Fakultas : Psikologi UIN maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul "Hubunganan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 1 Blitar" adalah benar-benar hasil karya asli sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan tanggung jawab Dosen Pembimbing dan Pihak Fakultas Universitas Islam Negreri Maulana Malik Ibrahim Malang

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sangsi.

Malang,03 Januari 2018

FCBDEAFF709258266

Lina Indah Priyanti NIM: 13410028

MOTTO

"Lakukan yang terbaik, sehingga aku tak akan menyalahkan diriku sendiri atas segalanya"

- Magdalena Nauner -



HALAMAN PERSEMBAHAN

Segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa telah memberikan rahmat, hidayah dan karunia-Nya jualah kepada hamba untuk mampu menyelesaikan tugas akhir skripsi ini, karena tiada Tuhan yang menggerakan dan memberikan manfaat kecuali Allah SWT.

Skripsi ini saya persembahkan untuk kedua orang tua tercinta Ayah dan Ibu yang selalu memberikan do'a, kasih sayang tanpa batas, kebahagian tiada tara, motivasi tanpa henti, dan inspirasi bermanfaat. Berkat Ayah dan Ibu dan adik serta teman-teman dengan rasa syukur, saya mampu menyelesaikan skripsi ini. Semoga ini menjadi langkah awal saya untuk bisa membanggakan Ayah dan Ibu dan kalian semua.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	I
LEMBAR PERSETUJUAN	II
HALAMAN PERNYATAAN	III
HALAMAN MOTO	IV
HALAMAN PERSEMBAHAN	V
DAFTAR ISI	VI
DAFTAR TABEL	VII
DAFTAR GAMBAR	IX
DAFTAR LAMPIRAN	X
ABSTRAK	XI
ABSTRACT	XII
الملخص	XIII
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	12
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Penyesuaian Diri	13
1. Definisi Penyesuaian Diri	
2. Proses Penyesuaian Diri Yang Baik	
3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri	18
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	
5. Karakteristik Penyesuaian Diri	26
6. Tela'ah Penyesuaian Diri Dalam Persperktif Islam	29
B. Kepercayaan Diri	
Definisi Kepercayaan Diri	
2. Ciri-Ciri Individu Yang Percaya Diri	35
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	
4. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	
5. Tela'ah Kepercayaan Diri Dalam Perspektif Islam	
C. Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri	
D. Hipotesis	51
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	
B. Variabel Penelitian	
C. Definisi Operasional	
D. Populasi dan Sampel	
E. Teknik Pengambilan Data	57

1. Angket	57
2. Observasi	58
3. Wawancara	58
G. instrument pengumpulan Data	59
1. Skala Kepercayaan Diri	60
2. Skala Penyesuaian Diri	61
H. Validitas dan Reliabilitas	62
I. Metode Data Analisis	65
1. Analisis Deskriptif	65
2. Uji Asumsi Dasar	67
3. Uji Korelasi Product Moment	68
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	70
1. Gambaran Lokasi Penelitian	70
2. Lokasi dan Tempat	72
3. Jumlah Subjek Penelitian	
B. Hasil Penelitian	73
1. Deskriptif Variabel Penelitian	78
2. Uji Asumsi Dasar	80
C. Pembahasan	82
1. Tingkat Kep <mark>er</mark> cayaan Dir <mark>i Siswa K</mark> elas <mark>X M</mark> an 01 Blitar	83
2. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Kelas X Man 01 Blitar	86
3. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Di	ri Siswa
Kelas X MAN 01 Blitar	89
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	94
B. Saran	95
DAFTAR PUSTAKA	98
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Daftar Nama Siswa	56
Tabel 3.2 Skor Skala Likert	59
Tabel 3.3 Blue Print Kepercayaan Diri	61
Tabel 3.4 Blue Print Skala Penyesuaian Diri	62
Tabel 3.5 Norma Katergorisasi	67
Tabel 4.1 Blue Print Kepercayaan Diri Yang Valid Dan Gugur	74
Tabel 4.2 Blue Print Skala Kepercayaan Diri	75
Tabel 4.3 Blue Print Penyesuaian Diri Yang Valid Dan Gugur	76
Tabel 4.4 Blue Print Sekala Penyesuaian Diri	77
Tabel 4.5 Deskriptif Statistik Variabel Penelitian	78
Tabel 4.2 Prosentase Kategori Variabel	79
Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas	80
Tabel 4.4 Hasil Uji Linieritas	81
Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Kategorisasi Kepercayaan Diri	79
Gambar 4.2 Diagram Kategorisasi Penyesuaian Diri	80



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1 : Hasil Uji Coba Skala Kepercayaan Diri Penyesuaian Diri

LAMPIRAN 2 : Blueprint Skala Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri

LAMPIRAN 3: Hasil Uji Validitas Dan Daya Beda Skala Kepercayaan Diri Dan

Penyesuaian Diri

LAMPIRAN 4: Tabulasi Skala Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri

LAMPIRAN 5: Kategorisasi Skala Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri



ABSTRAK

Priyanti, Lina Indah.2018. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 01 Blitar, Skripsi, Fakultas Psikologi Uin Maulana Malik Ibrahim Malang.

Pembimbing: Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si. Psi. **Kata kunci**: Kepercayaan Diri, Penyesuaian Diri

Remaja sebagai makhluk sosial dituntut memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang baik akan terbin dengan menciptakan hubungan yang harmonis, tidak saling cemburu terhadap orang lain, tidak agresif, bersikap baik, tidak suka mengkritik orang lain, tidak mudah depresi jika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginannya (Schneiders dalam Agustiani, 2009). Penyesuaian diri dapat dipengaruhi oleh kepercayaan diri. Dengan memiliki kepercayaan diri yang baik, seseorang akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. MenurutLauster (dalamAlsa, 2006), kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggungjawab atas perbuatannya. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui tingkat percaya diri pada siswa kelas X MAN 01 Blitar, (2) mengetahui tingkat penyesuaian diri pada siswa kelas X MAN 01 Blitar, (3) mengetahui hubungan antara tingkat percaya diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X MAN 01 Blitar.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif jenis penelitian korelasional. Pengambilan sampel dengan cara teknik random, yaitu teknik pengambilan sampel dengan cara acak yang dilakukan pada siswa kelas X MAN 01 Blitar dengan populasi sebanyak 360 siswa dan diambil 20% dari populasi sebanyak 72 siswa. Alat ukur yang digunakan mengacu pada teori penyesuaian diri yang dikemukakan oleh Schneiders, serta teori kepercayaan diri yang dikemukakan oleh Lauster. Sedangkan analisis data dengan menggunakan pengolahan statistik dengan program SPSS 16.0 for Windows.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat kepercayaan diri sedang dengan prosentase 78% sedangkan untuk penyesuaian diri, sebagian besar siswa berada pada tingkat sedang dengan prosentase 61% hasil penelitian menunjukkan korelasi yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X MAN 01 Blitar dengan hasil *pearson correlation* (0,648) dengan signifikansi (*p*) sebanyak 0,000, yang artinya *P*< 0,01. Dengan kata lain, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri siswa. Semakin rendah tingkat penyesuaian diri, maka semakin rendah pula tingkat kepercayaan diri siswa.

ABSTRACT

Priyanti, Lina Indah. 2018. Relationship of Self Confidence with Adjustment of Student Class X in MAN 01 Blitar, Thesis, Faculty of Psychology UinMaulana Malik Ibrahim Malang.

Advisor: Dr. Iin Tri Rahayu, M.Si. Psi. **Keywords**: Self Confidence, Self Adjustment

Teenagers as social creatures are required to have the ability to adjust to their environment. A good self-adjustment will be built by creating a harmonious relationship, not jealous of others, not being aggressive, being nice, not criticizing others, not easily depressed if things do not go the way they want (Schneiders in Agustiani, 2009). Adjustment can be affected by confidence. By having a good confidence, someone will more easily adjust to the environment. According to Lauster (in Alsa, 2006), self-confidence is an attitude or belief in the ability of oneself so that in his actions not too anxious, feel free to do things according to desire and responsibility for his actions. This study aims to (1) know the level of confidence in students of class X MAN 01 Blitar, (2) to know the relationship between confidence level with self adjustment of class X MAN 01 Blitar.

This research uses quantitative approach of correlational research type. Sampling by random technique, that is random sampling technique done on class X student MAN 01 Blitar with population as much as 360 students and taken 20% from population as much 72 students. The measuring instrument used refers to Schneider's theory of self-adjustment, as well as the self-confidence theory put forward by Lauster. While data analysis by using statistical processing with SPSS 16.0 for Windows program.

The results showed that most students have a moderate level of confidence with a percentage of 78% while for adjustment, most students are at a moderate level with a percentage of 61% of the results showed a significant correlation between confidence with self-adaptation of students class X MAN 01 Blitar with pearson correlation (0.648) with significance (p) of 0.000, which means P<0.01. In other words, the higher the level of confidence the higher the level of student self-adjustment. The lower the level of adjustment, the lower the level of confidence of students.

الملخص

بريانتي، لينا إنداه. ٢٠١٠ العلاقات تعديل بثقة مع الفئة X في ١٠ بلدا المدارس الدينية عاليه بليتار، الرسالة، كلية علم النفس وران مولانا مالك إبراهيم مالانج. مستشار: در إين تري راهايو، م • س • إف س إ

كلمات البحث: الثقة بالنفس، والتكيف الذاتي

والمراهقون كمخلوقات اجتماعية مطلوبة لديهم القدرة على التكيف مع بيئتهم. وسيتم بناء التكيف الذاتي الجيد من خلال خلق علاقة متناغمة، وليس غيور من الأخرين، وليس العدوانية، ويجري لطيف، لا ينتقد الأخرين، وليس الاكتئاب بسهولة إذا كانت الأمور لا تذهب بالطريقة التي تريدها (شنايدرز في أغوستياني،). التعديل يمكن أن تتأثر بالثقة, من خلال وجود ثقة جيدة، شخص ما أكثر سهولة التكيف مع البيئة. ووفقا لوظر (في ألس٢٠٠٢)، والثقة بالنفس هو موقف أو الثقة في قدرة النفس بحيث الإجراءات ليست حريصة جدا، لا تتردد في فعل الأشياء كما يحلو لك والمسؤولية عن أفعاله. (١)هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى الثقة لدى طلبة الصف العاشر المدرسي عليا نيجري ١٠ بليتار (٢) لمعرفة مستوى التعديل في طلبة الصف العاشر المديرية عالية نجري ١٠ بليتار، (٣) لمعرفة العلاقة بين مستوى الثقة مع التعديل طالب من فئة لا مدرسة عالية نيجيري ١٠ بليتار.

يستخدم هذا البحث المنهج الكمي لنوع البحث المترابط. أخذ العينات عن طريق تقنية عشوائية، يتم أخذ أسلوب أخذ العينات، يقوم عشوائيا في الصف X المدارس الدينية عاليه بليتار ١٠ بلدا يبلغ عدد سكانها ٣٦٠ طالبا و ٢٠٪ من السكان ما لا يقل عن ٧٢ طالبا. أداة القياس المستخدمة تشير إلى نظرية شنايدر للتكيف الذاتي، فضلا عن نظرية الثقة بالنفس التي طرحها لاستر. بينما تحليل البيانات باستخدام المعالجة الإحصائية مع سبس مدر . ١٦ لفظام التشغيل ويندوز.

وأظهرت النتائج أن معظم الطلاب لديهم مستوى من الثقة يجري مع نسبة $\sqrt{8}$ ، في حين لتعديل، ومعظم الطلاب هم في مستوى معتدل مع نسبة $\sqrt{8}$ أظهرت النتائج وجود ارتباط كبير بين الثقة مع التكيف الذاتي الفئة X طالب من بلد المدارس الدينية عاليه $\sqrt{8}$ بليتار مع نتائج ارتباط بيرسون ($\sqrt{8}$, $\sqrt{8}$, مع الدلالة (ع) من $\sqrt{8}$, $\sqrt{8}$, وهو ما يعني ف $\sqrt{8}$, وبعبارة أخرى، كلما ارتفع مستوى الثقة، وارتفاع مستوى الطالب من التكيف الذاتي. وكلما انخفض مستوى التكيف، انخفض مستوى ثقة الطلاب.

BAB I

PENDAHULUAN

A Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu periode perkembangan yang penting, dimana pada masa tersebut merupakan periode peralihan dan perubahan. Menurut Hurlock (1999) memandang masa remaja sebagai masa peralihan dari suatu tahap perkembangan ke tahap perkembangan berikutnya.dimana remaja dituntut untuk dapat meninggalkan segala sesuatu yang bersifat kekanak-kanakan dan mulai mempelajari pola perilaku dan sikap baru yang lebih dewasa. Pada umumnya remaja diharapkan mampu untuk bersikap, berpikir, dan bertingkah laku yang sesuai dengan tuntutan lingkungannya. Remaja sebagai mahluk sosial yang hidup berkelompok diharapkan dapat berinteraksi dengan yang lain agar dapat dikatakan sebagai individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangan dan usianya. Maka mereka akan cenderung menjadi remaja yang mudah bergaul, lebih hangat, dan terbuka menghadapi orang lain dalam situasi apapun.

Remaja sebagai makhluk sosial dituntut memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Penyesuaian diri yang baik pada remaja adalah ketika orang lain mau menerimanya, penyesuaian diri yang baik akan terbina dengan menciptakan hubungan yang harmonis, tidak saling cemburu terhadap orang lain, tidak agresif, bersikap baik, tidak suka mengkritik orang lain, tidak mudah depresi jika sesuatu tidak berjalan sesuai keinginannya. Usaha

individu tersebut bertujuan untuk diharapkan oleh lingkungan, hal tersebut di ungkapkan oleh Schneiders (Agustiani, 2009). Penyesuaian diri remaja terhadap lingkungan sosialnya merupakan tugas perkembangan yang harus dikuasai remaja yaitu memiliki ketrampilan sosial untuk dapat menyesuaikan diri dengan kehidupan sehari-hari (Sarwono, 2011).

Penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamik yang hampir selalu membutuhkan perubahan dan adaptasi, dan dengan demikian semakin tetap dan tidak merubah respon-respon itu, maka semakin sulit juga menangani tuntutantuntutan yang berubah. Seseorang yang memiliki penyesuaian diri yang baik adalah seseorang yang mampu merespon secara matang, efisien, memuaskan dan bermanfaat. Efisien maksudnya adalah apa yang dilakukannya memberikan hasil yang sesuai dengan apa yang diinginkannya tanpa banyak mengeluarkan energi, tidak membuang waktu, dan melakukan sedikit kesalahan. Pengertian bermanfaat maksudnya adalah apa yang dilakukan ditujukan untuk kemanusiaan, lingkungan sosial, dan didalam berhubungan dengan Tuhan, dengan demikian terdapat kategori individu yang baik dalam penyesuaian diri, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan sosialnya.

Penyesuaian yang harus dibuat oleh remaja dalam masa remaja pertengahan yang berhubungan dengan kehidupan sosial atau dalam kehidupan masyarakat, yang menurut Raudatussalamah dkk (2007) salah satunya berupa penerimaan dan penolakan dalam masyarakat. Hal-hal yang dapat menyebabkan remaja dapat diterima adalah jika remaja tersebut aktif, ingin maju dalam masyarakat, suka bekerjasama dan membantu, bersikap sopan, mentaati peraturan,

memiliki kamampuan untuk dapat menyesuaikan diri secara tepat dan baik dengan berbagai orang dalam situasi sosial, dan memiliki kepercayaan diri yang positif. Hal ini sesuai dengan tugas perkembangan pada masa remaja yaitu bertingkah laku yang dapat diterima oleh masyarakat.

Penyesuaian diri dapat dikatakan baik apabila individu tersebut mampu menciptakan relasi yang sehat dengan orang lain, memperhatikan kesejahteraan orang lain, mengembangkan persahabatan, berperan aktif dalam kegiatan sosial serta menghargai nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat. Sedangkan penyesuaian yang buruk dapat terlihat dari tidak mampunya seseorang memenuhi tuntutan sosial dengan cara yang tidak dapat diterima dan tidak memuaskan bagi dirinya sendiri.

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. Begitu juga dengan siswasiswa yang ada di sekolah. Penyesuaian diri dilingkungan sekolah dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan siswa untuk berinteraksi dengan orang lain dan situasi-situasi tertentu yang ada di lingkungan sekolah secara efektif dan sehat sehingga siswa memperoleh kepuasan dalam upaya memenuhi kebutuhannya yang dapat dirasakan oleh dirinya dan orang lain atau lingkungannya.

Siswa disekolah menengah atas/Madrasah aliyah rata-rata ditempati oleh siswa dengan rentang umur 16-17 tahun. Namun yang terjadi di lapangan, terdapat

siswa yang tidak melakukan interaksi atau komunikasi dengan lingkungannya secara baik sehingga siswa sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya, seperti siswa malu untuk bergaul, tertutup, selalu menyendiri bahkan pada saat di dalam kelas cenderung diam sampai pelajaran selesai. Dalam tahap perkembangan yang baik remaja akan cenderungan menjadi individu yang mudah bergaul dengan memiliki rasa percaya diri dan sikap terbuka dalam kehidupan sosialnya. Dalam menjalin suatu hubungan dengan yang lainnya siswa harus melakukan interaksi atau komunikasi dengan lingkungannya secara baik, karena dengan berinteraksi, siswa dapat menjalin hubungan sosial dengan mudah.

Permasalahan-permasalahan penyesusaian diri remaja dengan kehidupan disekolah mungkin akan timbul ketika remaja mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah lanjutan atas. Guru mengeluhkan seringkali siswa di sekolah tidak dapat menyesuaikan diri baik dengan aturan yang ada di sekolah maupun teman-teman sebayanya. Mereka mungkin mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru- guru, teman, dan mata pelajar. Sebagai akibat antara lain adalah prestasi belajar menjadi menurun dibanding dengan prestasi disekolah sebelumnya. siswa yang sering mengabaikan tugasnya sehingga guru menganggap bahwa anak membangkang dan segera ditarik ke ruangan BK karena dianggap melanggar peraturan. Ada pula yang bertindak tidak sopan dengan salah seorang guru sehingga guru yang lain menanggap bahwa anak tersebut membuat perilaku yang buruk dan memberikan ketidak nyamanan terhadap lingkungan sekitarnya. (Agustina, Hellya. 2011.

PenyesuaianDiriRemajaDiSekolah.Psychologyaddict.<u>https://psychologyaddict.wo</u>rdpress.com/2011/01/23/Penyesuaian-diri-remaja-di-sekolah,02Oktober2017).

Menurut Schneiders (1964) penyesuaian diri timbul apabila terdapat kebutuhan, dorongan, dan keinginan yang harus dipenuhi oleh seseorang, termasuk juga saat seseorang menghadapi suatu masalah atau konflik yang harus diselesaikan. Individu pada kondisi ini, akan mengalami proses belajar, belajar memahami, mengerti, dan berusaha untuk melakukan apa yang diinginkan oleh dirinya, maupun lingkungannya. Artinya, individu perlu mempertimbangkan adanya norma-norma yang berlaku di lingkungan dalam memenuhi kebutuhannya (Affiatin, 1993). Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk menyelaraskan pemuasan kebutuhan diri dengan situasi lingkungan sehingga tercapai suatu integrasi dan keseimbangan. Hurlock (1999) menerangkan bahwa salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Remaja harus menyesuaikan diri dengan orang lain diluar lingkungan keluarga. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, remaja harus membuat banyak penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan pengaruh kelompok teman sebaya agar dapat diterima dilingkungan.

Banyak faktor yang menyebabkan remaja sulit melakukan penyesuaian diri dengan lingkungannya, Menurut Schneiders (Ali &Asrori 2011) setidaknya ada lima faktor yang dapat mepengaruhi proses penyesuaian diri yaitu: Pertama, Kondisi fisik. Kedua, Faktor psikologis. Ketiga, Kondisi lingkungan. Keempat,

faktor kebudayaan dan agama. Kelima, kepribadian. Dari kelima faktor yang ada, dalam faktor kepribadian salah satunya yang mempengaruhi penyesuaian diri yaitu intelegensi (kemampuan diri). Intelegensi dapat disebut juga keyakinan pada kemampuan diri sendiri dengan kata lain yang artinya kepercayaan diri. Dengan keyakinan bahwa diri mampu, remaja akan terdorong untuk memanfaatkan kemampuannya dan mampu mengembangkan diri di lingkungannya (Ghifani, 2004). Dari sini kita dapat melihat bahwa pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan keyakinannya pada kemampuan diri sendiri atau disebut kepercayaan diri. Kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya sendiri dengan lingkungan sekitarnya.

Kepercayaan diri bisa dikatakan sebagai sikap yang positif, dimana serorang individu mampu atau memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan ataupun situasi yang telah dihadapinya. Hal ini bukan berarti seorang individu itu bisa melakukan segala macamnya sendiri. Kepercayaan diri yang terlalu tinggi akan menyebabkan adanya degradasi sifat yang sesungguhnya atau yang ada dalam dirinya tanpa melihat baik dan buruk sifat tersebut.

Kepercayaan diri menurut Lautser (Alsa, 2006) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai

orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.

Hasil penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh Dwi Safitri (2010) dengan judul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang". Penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan tipe kepribadian big five dengan kepercayaan diri berbicara di depan umum pada mahasiswa semester IV Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* didapatkan hasil r= 0,398 dan p= 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial, semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya.

Penelitian Ibnu Ardi (2014) meneliti tentang "Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada siswa kelas X di SMK N 1 Kalasan". Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Hasil analisis didapatkan koefisien korelasi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial 0,632 dengan p = 0,0000 < 0,05. Berdasarkan hasil analisa bahwa tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMK N 1 Kalasan adalah sedang. Tingkat kepercayaan diri siswa menunjukkan hasil yang berbeda antara satu dengan yang lain, perbedaan tersebut ditentukan oleh pengalaman masa lampau yang terdiri dari keberhasilan atau kegagalan individu dalam menjalani kehidupannya.

Pada generasi penerus bangsa, sikap percaya diri sangat penting ditanamkan pada peserta didik agar ia tumbuh menjadi sosok yang mampu mengembangkan potensi diri dan penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Kepercayaan diri individu itu berbeda-beda karena dipengaruhi oleh bentukan interaksi atau komunikasi dari orang-orang disekitarnya termasuk orang tua tetapi tidak dipengaruhi dari gen dari lahir. Kepercayaan diri dapat menyebabkan penilaian terhadap diri sendiri bagaimana menilai rasa, pikir serta tindakan dari faktor diluar dirinya.

Peneliti mengangkat tema penelitian mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X di MAN 01 Blitar, MAN 01 Blitar merupakan salah satu sekolah berbasis Agama yang maju, keagamaan yang kental, disiplin dalam setiap peraturan. Selain peraturan sekolah, siswa baru MAN 01 harus bisa melakukan penyesuaian diri dengan mata pelajaran keagamaan yang ada seperti Aqidah Akhlak, Fiqih, Quran Hadist, Bahasa Arab, dan Sejarah Kebudayaan Islam. Akan tetapi banyak yang bermasalah dengan hal tersebut. Setiap tahun banyak siswa baru yang berasal dari SMP yang bersekolah di MAN, disitulah banyak kendala yang mulai dihadapi sebagai siswa baru yang duduk dikelas X.

Penelitian ini bermula pada saat melakukan kunjungan dalam rangka reunian kelas yang diadakan diaula gedung MAN 01 Blitar kemudian peneliti tanpa sengaja melihat fenomena yang ada disana, dari beberapa siswa-siswi dapat dilihat bahwasanya adanya problem yang muncul yaitu penyesuaian diri dan kepercayaan diri terjadi terlihat dari hasil observasi yang dilakukan pada tanggal

25 juli 2017 di MAN 1 Kota Blitar pada siswa kelas X seperti kegagalan dalam menjalin hubungan dengan teman-teman sebayanya. Terdapat pula siswa yang meninggalkan jam pelajaran Agama seperti pelajaran Bahasa Arab dan al-qur'an Hadist, pada pelajaran tersebut mereka belum menguasai pelajaran yang terlalu sulit dimengerti yang mengakibatkan mereka minder terhadap teman lainnya. Dimana mereka merasa tidak mempunyai kemampuan yang lebih dari temanteman yang lain, hal ini kemudian menyebabkan kepercayaan diri pada dirinya kurang sehingga proses penyesuaian dirinya menjadi terhambat.

Permasalahan penyesuaian diri di sekolah mungkin akan timbul ketika remaja mulai memasuki jenjang sekolah yang baru, baik sekolah lanjutan pertama maupun sekolah lanjutan atas. Mereka mungkin mengalami permasalahan penyesuaian diri dengan guru-guru, teman, dan mata pelajaran. Sebagai akibat antara lain adalah prestasi belajar menjadi menurun dibanding dengan prestasi disekolah sebelumnya.

Adapun sikap siswa-siswi kelas X di MAN 1 Kota Blitar, terlihat dari wawancara (tanggal 04 agustus 2017) terhadap guru BK kelas X menjelaskan: "bahwa benar sebagian dari siswa kelas X memiliki sikap rasa percaya diri yang kurang, contohnya adalah adanya sebagian siswa yang kurang aktif saat proses belajar mengajar berlangsung seperti enggan untuk bertanya serta kurang mampu untuk menjawab pertanyaan yang diajukan oleh guru yang mengajar, dan kurangnya rasa bertanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. Sedangkan dalam penyesuaian diri di lingkungan sekolah, siswa lebih cenderung atau terlihat lebih suka menyendiri daripada berbaur dengan teman-temannya yang lain,

merasa berpenampilan kurang menarik, adanya sikap pemalu atau minder saat berbicara dengan siswa yang lainnya di sekolah". Guru BK juga menjelaskan bahwa "pihak sekolah sudah mencoba memenuhi kebutuhan dari siswa baru dengan program ektra seperti jam tambahan untuk membantu siswa beradaptasi dengan mata pelajaran yang baru dan pelatihan untuk beradaptasi deng lingkungan untuk mengisi transisi siswa kelas X dari SMP ke MAN".

Hasil lain dari wawancara (tanggal 15 agustus 2017) langsung dengan salah seorang siswa kelas X MAN 1 Kota Blitar yang berinisial AF mengatakan bahwa "saya merasa kurang nyaman berada di kelas dan masih canggung pada saat berbicara dan saya lebih memilih keluar atau tidur dalam kelas pada jam pelajaran Agama yang belum saya mengerti dan menjadi kurang tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan". Siswa berinisial AP juga mengatakan bahwa: "saya merasa teman-teman baru tidak ada yang bisa mengerti apa yang saya lakukan dan saya menjadi takut dalam bertindak.

Hal ini menunjukkan adanya kecenderungan siswa memiliki penyesuaian diri dan percaya diri yang kurang baik. Siswa yang tidak mampu melakukan penyesuaian diri dan percaya diri dengan baik, ia lebih suka menyendiri, menjadi pemalu dan hanya bergaul dengan beberapa siswa, serta siswa yang bersangkutan suka melamun, tampak tidak percaya diri dan tidak ceria. Dan dapat disimpulakan bahwa beberapa aspek pada penyesuaian diri seperti kepercayaan akan kemampuan diri, ketidaknyamanan akan lingkungan, cara pandang yang negatif/positif akan berpengaruh terhadap kematangan emosional, kematangan intelektual, kematangan sosial dan tanggung jawab. Sehingga beberapa siswa

yang merasa kurang percaya diri cenderung mengalami masalah untuk menyesuaian diri dengan lingkungan sekitar.

Kepercayaan diri berpengaruh kuat terhadap penyesuaian diri remaja. Dengan memiliki kepercayaan diri yang baik, seseorang akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Seseorang yang merasa aman dan percaya diri itu disebabkan banyak sikap positif pada dirinya dan mampu untuk menerima dan juga mempunyai banyak sikap positif terhadap orang lain, sedangkan individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah akan merasa tidak yakin terhadap baik buruknya diri sendiri, merasa tidak aman secara psikologis dan bersikap bermusuhan terhadap orang lain (Keliat, 2007). Dari sini kita dapat melihat bahwa pada dasarnya penyesuaian diri melibatkan individu dengan keyakinannya pada kemampuan diri sendiri atau disebut kepercayaan diri. Kepercayaan diri sendiri akan menghasilkan yang terbaik bagi diri manusia. Tetapi dibutuhkan waktu dan kesabaran serta tidak mengesampingkan untuk melatih orang sehingga kecakapan mereka dapat meningkat taraf kepercayaan diri. Dasar dari kepercayaan diri individu ditanamkan pada saat-saat dini kehidupan anak dan menjadi dasar yang mempengaruhi tingkah lakunya dikemudian hari (Agustiani, 2006).

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berhubungan dengan kepercayaan diri dan penyesuaian diri pada siswa. Karena yang diteliti ini adalah remaja pertengahan yang merupakan individu yang berusia di antara 17-18 tahun, maka penelitian ini akan dilakukan di MAN 01 Blitar. dengan ini peneliti mengangkat judul

"Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 1 Kota Blitar".

B Rumusan Masalah

- 1. Bagaimana tingkat rasa Percaya Diri pada siswa kelas X MAN 1 Blitar?
- 2. Bagaimana tingkat Penyesuaian Diri pada siswa kelas X MAN 1 Blitar?
- 3. Apakah terdapat Hubungan antara Percaya Diri dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X MAN 1 Blitar?

C Tujuan Penelitian

- 1. Mengetahui tingkat Percaya Diri pada siswa kelas X MAN 1 Blitar.
- 2. Mengetahui tingkat Penyesuaian Diri pada siswa kelas X MAN 1 Blitar.
- 3. Mengetahui Hubungan antara tingkat Percaya Diri dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X MAN 1 Blitar.

D Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi ilmu psikologi perkembangan khususnya dalam hal Hubungan Antara Tingkat Rasa Percaya Diri Dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X MAN 1 Blitar.

2. Praktis

Bagi peneliti, semoga dengan dilakukan penelitian ini dapat memberikan pengalaman yang bermanfaat untuk melakukan penelitian selanjutnya serta dapat meningkatkan pengetahuan tingkat Rasa Percaya Diri Dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X MAN 1 Blitar.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penyesuaian Diri

1. pengertian Penyesuaian Diri

Individu sebagai makhluk hidup senantiasa berinteraksi dengan dirinya, orang lain, dan lingkungannya guna memenuhi kebutuhan hidup. Ketika berinteraksi, individu dihadapkan pada tuntutan-tuntutan, baik dari dalam dirinya, dari orang lain, maupun dari lingkungannya.

Menurut Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu preoses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri inidividu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefiniskan penyesuian diri dapat dilihan dari tiga sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (adaptation), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (conformity), penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (mastery). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri samadengan adaptasi (Ali dan Asrori, 2011).

Hurlock (Gunarsa& Gunarsa, 2004) "menyataan bahwa penyesuaian diri adalah subjek yang mampu menyesuaikan diri kepada umum atau kelompoknya dan orang tersebut memperlihatkan sikap dan perilaku yang menyenangkan, berarti orang tersebut diterima oleh kelompok dan lingkungannya.

Menurut Schneiders (dalam Agustini, 2006), mengemukakan bahwa "penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon

mental dan tingkah laku, yang merupakan usaha individu agar berhasil mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustasi yang dialami di dalam dirinya"

Kartono (2008), menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Menurut Ali dan Asrori (2011), juga menyatakan bahwa penyesuaian diri didefinisikan sebagai suatu proses yang mencangkup respon-respon mental dan perilaku yang diperjuangkan individu agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi, konflik, serta menghasilkan kualitas keselarasan antara tuntutan dari dalam diri individu dengan tuntutan dunia luar atau lingkungan tepat individu berada.

Ali dan Asrori (2011), menyebutkan Penyesuaian diri dalam bahasa aslinya dikenal dengan istilah *adjustment* atau *personal adjustment*. Penyesuaian diri menurut Scneiders dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu:

a. Penyesuaian Diri sebagai Adaptasi (*adaptation*)

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanyapenyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi lebih mengarah kepada penyesuaian diri dalam arti

fisik, psikologis, atau bilogis. Oleh sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian diri dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan, keberadaan kepribadian inidividu dalam hubunganya dengan lingkungan.

b. Penyesuaian Diri dalam bentuk Konformitas (Conformity).

Dengan memaknai penyesuaian diri sebagai usaha konformitas, menyiratkan bahwa individu seakan-akan mendapatkan tekanan kuat untuk harus dapat menghindar diri dari penyimpangan perilaku baik secara moral, sosial maupun emosional.

c. Penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*).

Usaha penguasaan (mastery), yaitu kempuan untuk merancang dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflikkonflik, kesulitan dan frustasi tidak terjadi. Dengan kata lain, penyesuaian diri diartikan sebagai kempuan penguasaan dan pengembangan diri sehingga dorongan emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah.

Namun demikian, pemaknaan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*) mengandung kelemahan, yaitu menyamarkan semua individu. Padahal, kapasitas individu antara orang dengan yang lain tidak sama.

Dari definisi di atas dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah proses mengubah diri sesuai dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi dan konflik sehingga tercapainya keharmonisan pada diri sendiri serta lingkungannya dan akhirnya dapat diterima oleh kelompok dan lingkungannya. Hal ini sesuai dengan peneliti yang sesuai dengan topik penelitian terkait dengan bidang pendidik, bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses perubahan dalam diri pada peserta didik, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk berubah sesuai dengan jurusan studi yang telah ditentukan dan menghadapi segala keadaan yang bertolak belakang dengan peserta didik tersebut sehingga tercapai tujuan sekolah, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

2. Proses Penyesuaian Diri yang Baik

Penyesuaian diri adalah proses bagaimana indivudu mencapai keseimbangan diri untuk memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya. Orang akan dikatakan sukses dalam melakukan penyesuaian diri jika ia akan mamenuhi kebutuhanya dengan cara-cara yang wajar atau dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu orang lain. Penyesuaian diri yang baik, yang selalu ingin diraih oleh seorang tidak akan dicapai, kecuali kehidupan orang tersebut benar-benar terhindar dari tekanan, goncangan dan ketegangan jiwa.

Proses penyesuaian diri menurut Schneiders (Ali dan Asrori, 2011) setidaknya melibatkan tiga unsur yaitu:

- a. Motivasi. Motifasi dapat dikatakan sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri. Motivasi sama halnya dengan kebutuhan, perasaan, dan emosi merupakan kekuatan internal yang menyebabkan ketegangan dan ketidak seimbangan dalam organisme.
- b. Sikap terhadap realitas. Aspek penyesuaian diri di tentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi terhadap manusia di sekitarnya, benda-benda dan hubungan-hubungan yang membentuk realitas.
- c. Pola dasar penyesuaian diri. Dalam penyesuaian diri sehari-hari terdapat suatu pola dasar tersendiri yaitu akan mengalami ketegangan dan frustasi karena terhambatnya keinginan memperoleh kasih sayang, meraih prestasi untuk itu individu akan berusaha mencari kegiatan yang dapat mengurangi ketegangan yang ditimbulkan sebagai akibat tidak terpenuhi kebutuhannya.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa proses penyesuian diri yang baik setidaknya melibatkan unsur dasar, yaitu motivasi sebagai kunci untuk memahami proses penyesuaian diri, sikap terhadap realitas di tentukan oleh sikap dan cara individu bereaksi , dan pola dasar penyesuaian dalam kehidupan sehari-hari terdapat suatu pola dasar tersendiri yaitu akan mengalami ketegangan dan frustasi. Dimana pada proses penyesuaian diri ini akan menentukan seorang inidvidu dapat diterima oleh lingkungan tanpa merugikan atau mengganggu orang lain.

3. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri

Menurut Mu'tadin (2002), penyesuaian diri memiliki dua aspek yaitu:

a. Penyesuaian Pribadi.

Penyesuaian pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapai hubungan yang harmonis antara dirinya dengan lingkungan sekitarnya. Individu menyadari sepenuhnya siapa dirinya sebenarnya, apa kelebihan dan kekurangannya dan mampu bertindak obyektif sesuai dengan kondisi dirinya tersebut. Keberhasilan penyesuaian pribadi ditandai dengan tidak adanya rasa benci, lari dari kenyataan atau tanggung jawab, kecewa, dan tidak percaya diri.Kehidupan kejiwaannya ditandai dengan tidak adanya goncangan atau kecemasan yang menyertai rasa bersalah, rasa cemas, rasa tidak puas, rasa kurang, dan keluhan terhadap nasib yang dialami. kegagalan penyesuaian pribadi Sebaliknya, ditandai dengan keguncangan emosi, kecemasan, ketidakpuasan, dan keluhan terhadap nasib yang dialami

b. Penyesuaian Sosial.

Penyesuaian sosial terjadi dalam lingkup hubungan sosial tempat individu berinteraksi dengan orang lain, mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar tempat tinggalnya, keluarga, sekolah, teman atau masyarakat secara umum. Setiap individu merupakan bagian dari masyarakat yang saling memengaruhi satu sama lain yang mempunyai aturan, hukum, adat, dan nilai-nilai yang dipatuhi dalam kehidupan

sehari-hari. Individu dituntut dapat mematuhi norma-norma dan peraturan sosial kemasyarakatan.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa aspek penyesuaian diri menurut Mu'tadin (2002), yaitu penyesuaian pribadi merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri dan penyesuaian sosial mencakup hubungan dengan masyarakat di sekitar. Hal ini peneliti juga memandang bahwa aspek penyesuaian diri yang diungkapkan oleh Mu'tadin (2002), sesuai dengan konstruk yang akan diteliti oleh peneliti yaitu dapat menyesuaikan diri dengan keadaan diri sendiri maupun dengan orang lain yang berada dilingkungan sosialnya seperti pada lingkungan sekolah.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri

Individu dalam memberikan penilaian tentang baik buruknya penyesuaian, hendaknya juga perlu memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penilaian individu tentang hal tersebut. Hal ini perlu diketahui agar individu dapat mengurangi salah penafsiran dalam memahami penyesuaian seseorang.

Menurut Schneiders (dalam Ali dan Asrori, 2011) ada lima faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri remaja, yaitu:

a. Kondisi Fisik. Seringkali kondisi fisik berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja. Aspek-aspek berkaitan dengan kondisi fisik yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri remaja adalah sebagai berikut:

- 1) Hereditas Dan Konsistunsi Fisik. Dalam mengidentifikasi pengaruh hereditas terhadap penyesuaian diri, lebih digunakan pendekatan fisik karna hereditas dipandang lebih dekat dan tak terpisahkan dari mekanisme fisik. Dari sini berkembang prinsip umum bahwa semakin dekat kapasitas priadi, sifat, atau kecenderungan berkaitan dengan konstitusi fisik maka akan semakin besar pengaruhnya terhdap penyesuaian diri.
- 2) Sistem Utama Tubuh. Termasuk dalam sistim utama tubuh yang memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri adalah sistem syaraf, kelenjar, dan otot. Sistem syaraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan syarat mutlak bagi fungsi-fungsi psikologis agar dapat berfungsi secara maksimal yang akhirnya berpengaruh secara baik pula kepada penyesuaian diri individu.
- 3) Kesehatan Fisik. Penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat dari pada yang tidak sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, harga diri, dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaian diri. Sebaliknya kondisi fisik yang tidak sehat akan menimbulkan perasaan rendah diri, kurang percaya diri atau bahkan menyalahkan diri sehingga akan berpengaruh kurang baik bagi proses penyesuaian diri.

b. Kepribadian.

Unsur-unsur kepribadian yang penting pengaruhnya terhadap penyesuaian diri yaitu :

- 1) Kemauan dan Kemampuan untuk Berubah (*Modifiability*). Kemempuan dan kemauan untuk berubah merupakan karakteristik kepribadian yang pengaruhnya sangat menonjol terhadap proses penyesuaian diri. Sebagai suatu proses yang dinamis dan berkelanjutan, penyesuaian membutuhkan kecenderungan untuk berubah dalam bentuk kemauan, perilaku, sikap, dan karakteristik sejenis lainnya. Oleh sebab itu, semakin kaku dan tidak ada kemauan serta kemampuan untuk merespons lingkungan, semakin besar kemungkinannya intuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri. Kemampuan dan kemauan untuk merubah ini akan berkembang melalui proses belajar.
- 2) Pengaturan Diri (self-Regulation). Pengaturan diri sama jenisnya dengan proses penyesuaian diri dan pemeliharaan stabilitas mental, kemampuan untuk mengatur diri, dan mengarahkan diri. Kemampuan mengatur diri dapat mencegah individu dari keadaan malasuai dan penyimpangan kepribadian. Kemampuan pengaturan diri dapat mengarahkan kepribadian normal mencapai pengendalian diri dan realisasi diri.
- 3) Realisasi Diri (*Self-Realization*). Telah dikatakan bahwa kemampuan pengatura diri mengimplikasikan potensi dan

kemampuan kearah reslisasi diri. Proses penyesuaian diri dan pencapaian hasilnya secara berhadap sangat erat kaitannya dengan perkembangan kepribadian. Jika perkembangan kepribadian berjalan dengan normal sepanjang masa kanak-kanak dan remaja, didalamnya tersirat potensi laten dalam bentuk sikap, tanggung jawab, penghayatan nilai-nilai, penghargaan diri dan lingkungan, serta karakteristik lainnya menuju pembentukan kepribadian dewasa, semua itu unsur-unsur penting yang mendasari realisasi diri.

- 4) Inteligensi. Tidak sedikit, baik buruknya penyesuaian diri seseorang ditentukan oleh kapasitas intelektualnya atau inteligensinya. Inteligensi sangat penting bagi perolehan perkembanagan gagasan, prinsip dan tujuan yang memainkan peranan penting dalam proses penyesuaian diri. Misalnya, kualitas pemikiran seseorang dapat memungkinkan orang tersebut melakukan pemilihan dan mengambil keputusan penyesuaian diri secara inteligen dan akurat.
- c. Edukasi/Pendidikan. Termasuk edukasi atau pendidikan yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri individu yaitu,

1) Belajar.

Kemauan belajar merupakan unsur penting dalam penyesuaian diri individu karena pada umumnya respon-respons dan sifat-sifat kepribadian yang diperlukan bagi penyesuaian diri diperoleh dan menyerap kedalam diri individu melalui proses

belajar. Oleh karena itu kemauan belajar menjadi sangat penting karena proses belajar akan terjadi dan berlangsung dengan baik dan berkelanjutan manakala individu yang bersangkutan memiliki kemauan yang kuat untuk belajar.

2) Pengalaman.

Ada dua jenis pengalaman yang memiliki signifikan terhadap proses penyesuaian diri yaitu, pengalaman yang menyehatkan, ialah peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang mengenakkan, mengasyikkan, dan bahkan dirasa angin mengulanginya kembali pengalaman seperti ini akan dijadikan dasar untuk ditransfer oleh individu ketika harus menyesuaiakan diri dengan lingkungan yang baru sedangkan pengalaman traumatik, ialah dimana peristiwa-peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat bahkan tidak mengenakkan, menyedihkan, atau sangat menyakitkan sehingga individu tersebut sangat tidak ingin peristiwa itu terulang lagi.

3) Latihan.

Latihan merupakan proses belajar yang diorientasikan kepada perolehan keterampilan atau kebiasaan.penyesuaian diri sebagai suatu proses yang mencakup yang didalamnya proses psikologis dan sosiologis maka memerlukan latihan yang sungguh-sungguh agar mencapai hasil penyesuaian diri yang baik.

4) Determinasi Diri.

Determinasi diri merupakan faktor yang sangat kuat yang dapat digunakan untuk kebaikan atau keburukan, untuk mencapai penyesuaian diri secara tuntas atau bahkan untuk merusak diri sendiri.

- d. Lingkungan. Faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap penyesuaian diri yaitu,
 - 1) Lingkungan Keluarga.

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri individu. Unsur-unsur didalam keluarga, seperti konstelasi keluarga, peran sosial dalam keluarga, karakteristik anggota keluarga, kekohesifan keluarga, gangguan dalam keluarga akan berpengaruh terhadap penyesuaian diri individu anggotanya.

2) Lingkungan Sekolah.

Sebagaimana lingkungan keluarga, lingkungan sekolah juga dapat menjadi kondisi yang memungkinkan berkembangnya atau terhambatnya proses perkembagan penyesuaian diri. Pada umumnya, sekolah dipandang sebagai media yang sangat berguna untuk mempengaruhi kehidupan dan perkembangan intelektual, sosial, nilai-nilai, sikap, dan moral siswa.

Oleh sebab itu, proses sosialisasi yang dilakukan melalui iklim kehidupan sekolah yang diciptakan oleh guru dalam interaksi edukatifnya sangat berpengaruh pada perkembangan penyesuaian diri remaja.

3) Lingkungan Masyarakat.

Karena keluarga dan sekolah berada dilingkungan masyarakat, lingkungan masyarakat juga menjadi faktor yang yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan penyesuaian diri. Konsistensi nilai-nilai, sikap, aturan-aturan norma, moral, dan perilaku msyarakat akan diidentifikasi oleh individu yang berada dalam masyarakat tersebut sehingga akan berpengaruh terhadap proses perkembangan penyesuaian dirinya. Kenyataan menunjukan bahwa tidak sedikit kecenderungan kearah penyimpangan, perilaku dan kenakalan remaja, sebagai salah satu bentuk penyesuaian diri yang tidak baik.Berasal dari lingkungan masyarakat.

e. Agama dan Budaya.

Agama berkaitan erat dengan faktor budaya. Agama memberikan sumbangan dan nilai-nilai keyakinan, praktik-praktik yang memberi makna sangat mendalam, tujuan serta kestabilan dan keseimbangan individu. Agama secara konsisten dan terus-menerus kontinu mengingatkan manusia tentang nilai-nilai intrinsik dan kemuliaan

manusia yang diciptakan oleh tuhan, bukan nilai-nilai yang sekedar instrumental sebagaimana yang dihasilkan oleh manusia.

Berdasarkan hasil uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa faktorfaktor yang dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap penyesuaian
diri diantaranya adalah kepribadian yang berpengaruh kuat terhadap proses
penyesuaian diri remaja, dimana kepribadian atau *intelegensi* (kepercayaan
diri) merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri
sehingga tercapanyai hubungan harmonis antara dirinya dengan
lingkungnnya dan kondisi lingkungan individu meliputi, lingkungan
keluarga merupakan lingkungan utama yang sangat penting atau bahkan
tidak ada yang lebih penting dalam kaitannya dengan penyesuaian diri
individu dan lingkungan sekolah sangat berpengaruh pada perkembangan
penyesuaian diri remaja.

5. Karakteristik Penyesuaian Diri

Sesuai dengan kekhasan perkembangan remaja maka penyesuaian diri dikalangan remaja pun memiliki karakteristik yang khas pula. Adapun karakteristik penyesuaian diri remaja (dalam Ali dan Asrori, 2011) terdapat tujuh karakteristik sebagai berikut:

a. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Peran dan Identitasnya.

Pesatnya perkembangan psikis dan fisik, seringkali menyebabkan remaja mengalami krisis peran dan identitas. Tujuannya adalah memperoleh identitas diri yang semakin jelas dan dapat dimengerti serta diterima oleh lingkunganya, baik lingkunagn keluarga, sekolah,

ataupun masyarakat. Dalam konteks ini, penyesuain diri remaja secara khas berupaya untuk dapat berperan sebagai subjek yang kepribadiannya memang bebeda dengan anak-anak ataupun orang dewasa.

b. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Pendidikan.

Pada umumnya, remaja sebenarnya mengetahui bahwa untuk menjadi orang sukses haruis rajin belajar. Namun, karena dipengaruhi oleh upaya pencarian identitas diri yang kuat menyebabkan mereka seringkali lebih senang mencari kegiatan-kegiatan selain belajar tetapi menyenangkan bersama-sama kelompoknya. Akibatnya, yang muncul dipermukaan adalah seringkali ditemui remaja yang malas dan tidak displin dalam belajar. Jadi dalam konteks ini, penyesuaian diri remaja secara khas berjuang ingin meraih sukses dalam studi, tetapi dengan cara-cara yang menimbuklan perasaan bebas dan senang, terhindar dari tekanan dan konflik, atau bahkan frustasi.

c. Penyesuaian Diri Terhadap Kehidupan Seks.

Dimana remaja perlu menyesuaian penyaluran kebutuhan seksualnya dalam batas-batas penerimaan lingkungan sosialnya sehingga terbebas dari kecemasan psikoseksual, tetapi juga tidak melanggar nilai-nilai moral masyarakat dan agama. Jadi, secara khas penyesuaian diri remaja dalam konteks ini adalah mereka ingin memahami kondisi seksual dirinya dan lawan jenisnya serta mampu

bertindak untuk menyalurkan dorongan seksualnya yang dapat dimengerti dan dibenarkan oleh norma sosial dan agama.

d. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Norma Sosial.

Dalam konteks ini, penyesuaian diri remaja terhadap norma sosial mengarah pada dua dimensi, yaitu: pertama, remaja ingi diakui keberadaannya dalam masyarakat luas, yang berarti remaja harus mampu menginternalisasikan nilai-nilai yang berlaku dimasyarakat; kedua, remaja ingin bebas menciptakan aturan-aturan tersediri yang lebih sesuai aturan kelompoknya, tetapi menuntut agar dapat dimengerti dan diterima oleh masyarakat dewasa. Ini dapat diartikan bahwa perjuangan penyesuaian diri remaja terhadap norma sosial adalah ingin menginteraksikan antara dorongan untuk bertindak bebas disatu sisi, dengan tuntutan norma sosial pada masyarakat disisi lain. Tujuannya adalah agar dapat terwujud internalisasi norma, baik pada kelompok remaja itu sendiri, lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat.

e. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Penggunaan Waktu Luang.

Waktu luang remaja merupakan kesempatan untuk memenuhi dorongan bertindak bebas. Jadi, dalam konteks ini, upaya penyesuaian diri remaja adalah melakukan penyesuaian atara dorongan kebebasannya serta inisiatif dan kreativitasnya dengan kegiatan-kegiatan yang bermafaat. Dengan demikian, penggunaan waktu luang akan menunjang pengembangan diri dan manfaat sosial.

f. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Penggunaan Uang.

Dalam kehidupannya, remaja juga berupaya untuk memenuhi dorongan sosial lain yang memerlukan dukungan financial. Oleh sebab itu, dalam konteks ini perjuangan penyesuaian diri remaja adalah berusaha untuk mampu bertindak secara proposional, melakukan penyesuaian antara kelayakan pemenuhan kebutuhannya dengan kondisi ekonomi orang tua. Dengan upaya penyesuaian, diharapkan penggunakan uang akan menjadi efektif dan efisien serta tidak menimbulkan keguncangan pada diri remaja itu sendiri.

g. Penyesuaian Diri Remaja Terhadap Kecemasan, Konflik, dan Frustasi.

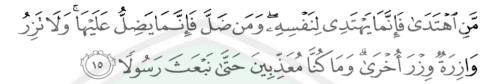
Karena dinamika perkembangan yang sangat dinamis, remaja seringkali dihadapkan pada kecemasan, konflik, dan frustasi tersebut biasanya melalui suatu mekanisme yang oleh Sigmund Freud (Corey, 1989) disebut dengan mekanisme pertahanan diri (defence mechanism) seperti kompensasi, rasinalisasi, proyeksi, sublimasi, identifikasi, regresi, dan fiksasi. Cara-cara yang ditempuh tersebut ada yang cenderung negative atau kurang sehat dan ada pula yang relative positif, misalnya sublimasi. Dalam batas-batas kewajaran dan situasi tertentu untuk sementara cara-cara tersebut memang masih memberikan manfaat dalam upaya penyesuaian diri remaja.

Bersadarkan hasil uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa karakteristik penyesuaian diri meliputi penyesuaian diri terhadap peran dan identitas yang bertujuan untuk memperoleh identitas yang semikan jelas dan dapat dimengerti serta diterima oleh lingkungan, penyesuaian diri terhadap pendidikan untuk menjadi orang sukses dalam pendidikan harus serius dalam belajar, penyesuaian diri terhadap kehidupan seks bertujuan untuk memahami dan bertindak untuk menyalurkan dorongan seksualnya yang dapat dimengerti dan dibenarkan sesuai agama dan norma, penyesuaian diri terhadap norma sosial bertujuan agar dapat terwujudnya internalisasi norma baik pada kelompok maupun lingkungan, penyesuian diri terhadap penggunaan waktu luang merupakan kesempatan untuk memenuhi dorongan kebebasan yang akan menunjang pengembangan diri dan manfaat sosial, penyesuaian diri terhadap penggunaan uang diharapkan penggunakan uang akan menjadi lebih efisien dan efektif, penyesuaian sosial terhadap kecemasan, konflik dan frustasi melalui mekanisme pertahanan diri untuk menyesuaian diri.

6. Tela'ah Penyesuaian Diri dalam Perspektif Islam

Penyesuaian diri dalam perspektif disiplin ilmu psikologi adalah suatu proses perubahan dalam diri dan lingkungan, dimana individu harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hidup dan menghadapi keadaan tersebut sehingga tercapai kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar yang meliputi; lingkungan dirumah, di sekolah, dan lain-lain.

Telaah penyesuaian diri dalam perspektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surat Al-Israa ayat 15 sebagai berikut:



"Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul." (Q.S Al-Israa: 15).

Kandungan surat Al-Israa ayat 15 bahwa Allah swt telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah swt, sedangkan yang kedua untuk mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa dimanapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan dimana ia berada. Sehingga individu mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang(Depag RI, 2010).

Allah swt tidak akan mempersulit hamba-Nya dalam melakukan aktifitas sehari-hari, kecuali bagi manusia yang menyulitkan dirinya sendiri dengan meninggalkan perintah-Nya dan melakukan larangan-Nya. Namun manusia mampu untuk berusaha dan berdo'a untuk mencapai

tujuan dan impian yang telah diharapkan. Sebagaimana yang tersurat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah: 286.

Firman Allah sebagai berikut:

لَا يُكَكِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَاكُسَبَتُ وَعَلَيْهَا مَا لَا تَكُلِّفُ اللَّهُ اللَّلْمُ اللللْحُلْمُ اللَّهُ اللْمُنْ اللَّلْمُ اللَّهُ اللَّهُ الللَّهُ الللَّهُ اللَّهُ اللَّهُ اللَّهُ اللَّهُ اللَّهُ ال

"Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya.Ia mendapat pahala (dari kebajikan) yang diusahakannya dan ia mendapat siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa): "Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami tersalah. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana Engkau bebankan kepada orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnya. Beri maaflah kami; ampunilah kami; dan rahmatilah kami.Engkaulah Penolong kami, maka tolonglah kami terhadap kaum yang kafir."(Q.S Al-Baqarah: 286).

Firman Allah swt dalam surat Al-Baqarah ayat 286 telah dapat ditarik kesimpulan bahwa Allah swt tidak akan membebani suatu permasalahan diluar batas kemampuan setiap manusia itu sendiri, meskipun permasalahan itu dianggap berat bagi manusia namun semua itu mampu untuk diselesaikan dengan selalu berusaha agar mandapatkan jalan keluar. Ketika seseorang mampu untuk melakukan yang terbaik dimana ia berada maka sebenarnya ia mampu untuk menyesuaikan diri dengan baik, dalam firman Allah swt di atas telah diserukan bahwa setiap manusia yang mampu melakukan kebaikan yang sesuai dengan syariat

islam maka Allah swt akan memberikan pahala kepada hamba-Nya dan sebaliknya(Depag RI, 2010).

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan keyakinan dalam diri seseorang untuk dapat menangani segala sesuatu dengan tenang. Percaya diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan.

Percaya diri adalah suatu keyakinan terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Orang yang percaya diri memiliki rasa optimis dengan kelebihan yang dimiliki dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Hakim, 2005).

Menurut Lauster (2002), kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinn atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakantindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.Lauster mengambarkan orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis, dan gembira.

Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya. Kepercayaan diri merupakan sesuatu yang urgen untuk dimiliki setiap individu. Kepercayaan diri diperluhkan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individual maupun kelompok (Gufron, 2011)

Kepercayaan diri menurut Lautser (dalam Alsa, 2006), merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.Sebagai generasi penerus bangsa, sikap percaya diri sangat penting ditanamkan pada peserta didik agar ia tumbuh menjadi sosok yang mampu mengembangkan potensi diri dan penyesuaian diri terhadap lingkungannya. Kepercayaan diri individu merupakan sifat kepribadian individu, dimana kepribadian tersebut diperoleh dari pengalaman hidup dan interaksi dengan orang lain.

Kepercayaan diri adalah kepercayaan seseorang kepada kemampuan yang ada dalam kehidupannya. Kepercayaan diri juga sebagai keyakinan akan kemampuan diri dalam kehidupan seseorang dalam menerima kenyataan, sehingga dapat mengembangkan kesadaran diri berfikir postif dan mandiri. Adapun kepercayaan diri pada seseorang dapat dilihat pada aspek kemandirian, optimis, tidak mementingkan diri sendiridan toleran, yakin akan kemampuan diri sendiri, memiliki ambisi yang wajar dan tahan menghadapi cobaan (walgito, 2004).

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atau self confident adalah kepercayaan akan kemampuan terbaik diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat memanfaatkannya secara tepat untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang dan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal pengalaman-pengalaman sejak kecil diri dalam individu sendiri.

2. Ciri-Ciri Individu yang Percaya Diri

Hakim (2005) menyebutkan orang yang mempunyai rasa percaya diri yang tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

a. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu.

Dengan selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan sesuatu dapat mengurangi kecemasan yang dimiliki pada diri seseorang.Biasanya

seseorang yang sedang menghadapi suatu masalah yang berat, sering kali bersikap merasa takut dan tidak mampu untuk menghadapinya. Padahal jika seseorang bersikap tegar, sabar dan merasa mampu untuk menghadapi permasalahan yang sedang dialami maka seseorang tersebut memiliki keyakinan yang kuat akan kemampuan yang dimiliki dengan bersikap tenang dalam mengerjakan dan menghadapi sesuatu.

b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai Setiap orang memiliki potensi dan kemampuan yang berbeda-beda.

Hal ini dapat dilihat dari segi sikap dan perilaku yang dilakukannya. Jika seseorang memiliki potensi dan kemampuan yang tidak memadai maka bersikap minder, malu, merasa tidak memiliki kemampuan dan sebagainya. Sebaliknya jika seseorang memiliki potensi dan kemampuan yang memadai maka bersikap percaya diri akan kemampuan yang dimilikinya.

c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.

Ketegangan pada diri seseorang bisa saja muncul di dalam berbagai situasi yang tak diduga, situasi yang membuat tertekan, terbebani dan menghadapi sesuatu yang sulit dan berat akan memunculkan rasa tegang pada diri seseorang. Ketegangan yang di miliki setiap orang itu ada yang memiliki ketegangan yang tinggi, sedang dan rendah. Dengan keadaan seperti ini mampu untuk menetralisasi ketegangan yang

sedang dihadapi, orang tersebut bersikap tenang akan menumbuhkan percaya diri dalam dirinya.

d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.

Setiap hari seseorang dihadapkan dengan situasi yang berbedabeda dan lingkungan yang berbeda-beda pula. Ada saatnya seseorang dihadapkan dengan situasi yang membuat dia senang dan ada juga pada situasi yang sedih serta bisa juga dia berada pada lingkungan yang baru dia kenal. Berhubungan dengan hal yang demikian itu hendaknya setiap orang menyesuaikan diri dan dapat berkomunikasi dengan lingkungan yang baru tersebut karena dari semua itu akan membuat seseorang dapat percaya diri.

e. Memilki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya.

Kondisi mental dan fisik sangat berpengaruh terhadap seseorang apabila seseorang memiliki kondisi dan fisik yang baik dan sempurna tentu akan membuat orang tersebut percaya diri dan sebaliknya apabila seseorang memiliki kekurang baik itu pada mental maupun fisiknya tentu akan mebuat dia merasa tidak percaya diri.

f. Memiliki kecerdasan yang cukup.

Kecerdasan yang dimiliki setiap orang itu berbeda-beda, ada yang memiliki level kecerdasan yang tinggi, sedang dan rendah. Kecerdasan dapat di peroleh dari proses belajar, seseorang yang memiliki level kecerdasan yang tinggi tentu akan berbeda tingkat kepercayaan dirinya

dengan seseorang yang memiliki level kecerdasan yang sedang dan seseorang yang memiliki level kecerdasan yang sedang tentu akan berbeda pula kepercayaan dirinya dengan seseorang yang memiliki level kecerdasan yang rendah.

g. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya.

Keahlian dan keterampilan merupakan sesuatu yang sangat berharga dan berarti pada diri seseorang. Keahlian dan keterampilan dapat di peroleh seseorang dari hasil belajar, kursus dan lain-lain. Apabila seseorang sudah memiliki keahlian dan keterampilan dalam dirinya tentu akan membuat diri orang tersebut memiliki rasa percaya diri ini dikarenakan oleh adanya nilai yang lebih yang dia miliki, misalnya keterampilan bahasa asing.

h. Memiliki kemampuan bersosialisasi.

Manusia adalah mahluk sosial, akan selalu bersosialisasi dan berinteraksi. Interaksi merupakan suatu hal yang tak dapat dipisahkan oleh manusia, manusia dilahirkan dan hidup tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Seseorang membutuhkan orang lain karena tanpa adanya kerja sama dan bantuan orang lain seorang individu tidak bisa menopang hidupnya untuk memenuhi kebutuhannya. Memudahkan untuk percaya diri dengan berkomunikasi dan membantu orang lain.

. Memilki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.

Latar belakang pendidikan setiap orang itu berbeda-beda, ada latar belakang pendidikannya tinggi dan ada latar belakang pendidikannya rendah. Semua ini di pengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya faktor dalam dirinya yaitu keinginan dari orang tersebut dan faktor ekonomi yang mendukung atau tidaknya untuk mendapatkan pendidikan yang tinggi. Seseorang yang memiliki latar belakang pendidikan yang tinggi tentu memiliki rasa percaya diri yang berbeda dengan orang yang memiliki latar belakang pendidikan yang rendah.

j. Memiliki pengalaman hidup yang menimpa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.

Pengalaman hidup merupakan hasil yang didapat seseorang dari proses hidup yang dijalaninya sejak dia lahir sampai dia meninggal. Pengalaman hidup setiap orang itu berbeda-beda, dari perbedaan itu yang akan membentuk mental seseorang kuat tidaknya untuk menghadapi cobaan hidup atau pun dalam menhadapi situasisituasi yang dialaminya. Selain itu dari pengalaman hidup itu juga seseorang dapat maju dan berkembang untuk kedepannya dan memiliki mental yang kuat dan tahan dalam menghadapi berbagai cobaan hidup.

k. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah.
Selalu bereaksi positif mambuat seseorang semakin percaya diri akan didalam dirinya, misalnya dengan tetap tegar, sabar dan tabah dalam

menghadapi persoalan hidup. Dengan sikap ini, adanya masalah hidup yang berat justru semakin memperkuat rasa percaya diri seseorang.

Berdasarkan hasil uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri meliputi selalu bersikap tenang dalam melakukan segala sesuatu, mempunyai kemapuan yang memadai, mampu menetralisisr ketengangan yang terjadi yang akan menumbuhkan rasa percaya diri, mampu berkimunikasi dalam segala situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang baik yang akan membuat orang tersebut percaya diri, meiliki kecerdasan yang cukup dan latar pendidakan keluarga yang baik, memiliki keahlian yang menunjang kehidupannya, memiliki kemapuan bersosialisasi, pengalaman hidup untuk menjadi kuat dan tahan disegala situasi persoalan kehidupan dan berekasi positif dalam mengahapi berbagai masalah.

3. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri pada seseorang menurut Hakim (2005), yang muncul pada dirinya sebagai berikut:

a. Lingkungan Keluarga.

Keadaan keluarga merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap manusia, lingkungan sangat mempengaruhi pembentukan awal rasa percaya diri pada seseorang. Rasa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang ada pada dirinya dan diwujudkan dalam tingkah laku sehari-hari. Berdasarkan pengertian di atas, rasa percaya

diri baru bisa tumbuh dan berkembang baik sejak kecil, jika seseorang berada di dalam lingkungan keluarga yang baik, namun sebaliknya jika lingkungan tidak memadai menjadikan individu tersebut untuk percaya diri maka individu tersebut akan kehilangan proses pembelajaran untuk percaya pada dirinya sendiri. Pendidikan keluarga merupakan pendidikan pertama dan utama yang sangat menentukan baik buruknya kepribadian seseorang.

Hakim (2005), menjelaskan bahwa pola pendidikan keluarga yang bisa diterapkan dalam membangun rasa percaya diri anak adalah sebagai berikut:

- 1) Menerapkan pola pendidikan yang demokratis.
- 2) Melatih anak untuk berani berbicara tentang banyak hal.
- 3) Menumbuhkan sikap mandiri pada anak.
- 4) Memperluas lingkungan pergaulan anak.
- 5) Jangan terlalu sering memberikan kemudahan pada anak.
- 6) Tumbuhkan sikap bertanggung jawab pada anak.
- 7) Setiap permintaan anak jangan terlalu dituruti.
- 8) Berikan anak penghargaan jika berbuat baik.
- 9) Berikan hukuman jika berbuat salah.
- **10)** Kembangkan kelebihan-kelebihan yang dimiliki anak.
- 11) Anjurkan anak agar mengikuti kegiatan kelompok di lingkungan rumah.
- 12) Kembangkan hoby yang positif.

13) Berikan pendidikan agama sejak dini

b. Pendidikan Formal.

Sekolah bisa dikatan sebagai lingkungan kedua bagi anak, dimana sekolah merupakan lingkungan yang paling berperan bagi anak setelah lingkungan keluarga di rumah. Sekolah memberikan ruang pada anak untuk mengekpresikan rasa percaya dirinya terhadap teman-teman sebayanya.

Hakim (2005), menjelaskan bahwa rasa percaya diri siswa di sekolah bisa dibangunn melalui berbagai macam bentuk kegiatan sebagai berikut:

- 1) Memupuk keberanian untuk bertanya
- 2) Peran guru atau pendidik yang aktif bertanya pada siswa
- 3) Melatih berdiskusi dan berdebat
- 4) Mengerjakan soal di depan kelas
- 5) Bersaing dalam mencapai prestasi belajar
- 6) Aktif dalam kegiatan pertandingan olah raga
- 7) Belajar berpidato
- 8) Mengikuti kegiatan ekstrakulikuler
- 9) Penerapan disiplin yang konsisten
- 10) Memperluas pergaulan yang sehat dan lain-lain

c. Pendidikan Non Formal

Salah satu modal utama untuk bisa menjadi seseorang dengan kepribadian yang penuh rasa percaya diri adalah memiliki kelebihan tertentu yang berarti bagi diri sendiri dan orang lain. Rasa percaya diri akan menjadi lebih mantap jika seseorang memiliki suatu kelebihan yang membuat orang lain merasa kagum. Kemampuan atau keterampilan dalam bidang tertnetu bisa didapatkan melalui pendidikan non formal misalnya mengikuti kursus bahasa asing, jurnalistik, bermain alat musik, seni vokal, keterampilan memasuki dunia kerja (BLK), pendidikan keagamaan dan lain sebagainya. Sebagai penunjang timbulanya rasa percaya diri pada diri individu yang bersangkutan.

Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri yang lain menurut Angelis (2003) adalah sebagai berikut:

- 1) Kemampuan pribadi, Rasa percaya diri hanya timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu yang memang mampu dilakukan.
- 2) Keberhasilan seseorang, Keberhasilan seseorang ketika mendapatkan apa yang selama ini diharapkan dan cita-citakan akan menperkuat timbulnya rasa percaya diri.
- Keinginan, Ketika seseorang menghendaki sesuatu maka orang tersebut akan belajar dari kesalahan yang telah diperbuat untuk mendapatkannya.
- 4) Tekat yang kuat, Rasa percaya diri yang datang ketika seseorang memiliki tekat yang kuat untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa, faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu kemampuan yang dimiliki individu dalam mengerjakan sesuatu yang mampu dilakukannya, keberhasilan individu untuk mendapatkan sesuatu yang mampu dilakukan dan dicita-citakan, keinginan dan tekat yang kuat untuk memperoleh sesuatu yang diinginkan hingga terwujud. Faktor eksternal yaitu lingkungan keluarga di mana lingkungan keluarga akan memberikan pembentukan awal terhadap pola kepribadian seseorang. Kedua adalah lingkungan formal atau sekolah, dimana sekolah adalah tempat kedua untuk senantiasa mempraktikkan rasa percaya diri individu atau siswa yang telah didapat dari lingkungan keluarga kepada teman-temannya dan kelompok bermainnya. Ketiga adalah lingkungan pendidikan non formal temapat individu menimba ilmu langsung belajar ketrampilan-keterampilan sehingga tercapailah keterampilan sebagai salah satu faktor pendukung guna mencapai rasa percaya diri pada individu yang bersangkutan.

4. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Ada beberapa Aspek-aspek Rasa Percaya Diri. Menurut Lauster (dalam Ghufron, 2011), anak yang memiliki rasa percaya diri positif adalah:

- 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 pribadi atau menurut dirinya sendiri.
- d. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan anak untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional, yaitu analisa terhadap sesuatu masalah, sesuatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Dari uraian di atas maka dapat disimpulkan, bahwa individu yang memiliki rasa percaya diri yaitu diantaranya memiliki rasa keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif tentang dirinya sungguh-sungguh mengerti apa yang akan dilakukan, optimis yaitu selalu berpandangan baik dalam segala hal tentang dirinya, obyektif yaitu memandang masalah sesuai kebenaran yang semestinya, bertanggung jawab serta memiliki pemikiran rasional yaitu bertanggung jawab atas segala seuatu yang telah dilakukan dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai kenyataan.

5. Tela'ah Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

Percaya diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, tanpa adanya kepercayaan diri maka banyak masalah akan timbul pada manusia. Percaya diri adalah sebuah sikap yang muncul dari dalam diri kita, mempengaruhi pola berpikir, dan akan terlihat dari tingkah laku yang kita tunjukkan. Dengan adanya rasa percaya diri maka seseorang akan mudah bergaul, serta mampu menghadapi orang yang lebih tua, lebih pandai maupun lebih kaya, mereka tidak malu mau pun canggung. Mereka akan berani menampakkan dirinya secara apa adanya, tanpa menonjol-nonjolkan kelebihan serta menutup-nutupi kekurangan, dikarenakan orang-orang yang percaya diri telah benar-benar memahami dan mempercayai kondisi dirinya, sehingga telah bisa menerima keadaan dirinya apa adanya.

Telaah kepercayaan diri dalam perspektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surat Ali Imron: 139.

Firman Allah sebagai berikut:

"Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman" (Ali Imran: 139).

Dari penjelasan ayat diatas, kenapa kita harus percaya diri dan tidak putus asa? Tidak banyak orang yang sadar bahwa kehidupan seseorang sangat ditentukan oleh cara berfikirnya. Apabila ia berfikir atau

mempunyai gambaran sebagai orang yang penakut dan pesimis, maka gambaran tersebut akan mempengaruhi seluruh potensi dirinya yang ada sebagai seorang yang penakut. Ketakutan dan keputusasaan seseorang dalam mencari rahmat Allah adalah karena ketidak mampuan dan ketidak yakinan orang tersebut dalam menghadapi masalah tersebut, seperti yang dijelaskan dalam ayat diatas (Depag RI. 2010).

Menurut islam orang-orang yang tidak memiliki rasa percaya diri, pesimis dan berputus asa adalah termasuk golongan orang-orang yang putus harapan, sesat, kufur dan fasik (orang yang tidak mengindahkan perintah Allah SWT.), sebagai mana yang telah tergambar jelas pada firman Allah SWT dalam surat Yusuf: 87.

Firman Allah sebagai berikut:

"Hai anak-anakku, Pergilah kamu, Maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah.Sesungguhnya tiadaberputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir."(Q.S Yusuf: 87)

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, seseorang harus selalu optimis, optimis adalah suatu sikap yang selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal. Sikap optimistis merupakan kebutuhan pokok yang sangat diperlukan oleh orang yang menempuh jalan Allah.Orang yang mempunyai sikap optimis ialah orang yang mempunyai kelestarian dalam menjalankan ketaatan dan

menegakkan semua yang dituntut oleh keimanannya.Dia berharap agar Allah SWT.tidak memalingkannya, menerima amalnya dan tidak menolaknya serta melipatgandakan pahalanya. Sebaliknya orang yang bersikap pesimis sering kali merasa bimbang apabila menghadapi permasalahan hidup, terkadang kebimbangan itu menjadi sebuah kekhawatiran yang mendalam yang akhirnya berujung kepada sikap tidak percaya diri dan mudah menyalahkan sesuatu (Depag RI. 2010).

Berdasarkan ayat Al quran yang telah dipaparkan diatas, menunjukkan bahwa agama islam juga telah mengatur dan memberikan jaminan kenahagiaan umat-Nya untuk hidup percaya diri dalam menjalani kehidupannya. Percaya diri bisa dikatakan percaya kepada Allah yang telah memberikan potensi kepada manusia dan memberikan beban yang sesuai dengan potensi itu. Jadi jangan ragu untuk memiliki rasa percaya diri selama iman kepada Allah tetap ada di hati dan menempatkan percaya diri pada tempat yang semestinya.

C. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri

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 akan mampu untuk menjalani proses penyesuaian sosial dengan baik.

Kepercayaan diri merupakan sifat kepribadian individu, dimana kepribadian tersebut diperoleh dari pengalaman hidup dan interaksi dengan orang lain. Kepercayaan diri salah satu aspek kepribadian yang penting pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan atribut yang sangat berharga pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak masalah pada diri seseorang. Kepercayaan diri berawal dari diri sendiri dan dukungan dari orang lain. Kepercayaan diri dapat mengubah seseorang yang biasanya tidak berani dalam menghadapi sesuatu, denganadanya kepercayaan diri seseorang menjadi lebih yakin dan mampu dalam menghadapi atau mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan diri berpengaruh kuat terhadap penyesuaian diri remaja. Dengan memiliki kepercayaan diri yang baik, seseorang akan lebih mudah menyesuaikan diri dengan lingkungannya. 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. 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.

Penyesuaian diri yang berhasil akan menuju pada kondisi mental yang mampu dalam menyesuaikan masalah yang dihadapi, memahami kekurangan-kekurangan yang ada pada dirinya. Siswa yang mampu menyesuaikan diri terhadap 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.

Setidaknya terdapat lima aspek kepercayaan diri yang melekat pada percaya diri, yaitu keyakinan, optimis, obyektif, bertanggung jawab, dan rasional (Lauster dalam Ghufron, 2011). Penyesuaian diri yang baik dengan guru dapat memudahkan siswa dalam mengatasi kesulitan belajar karena siswa merasa dekat untuk bertanya. Penyesuaian diri dengan teman sebaya di sekolah juga memberikan dukungan pada siswa sehingga menjadi percaya diri dalam menghadapi persoalan di sekolah. Penyesuaian diri dengan pelajaran juga dapat memberikan kepercayaan diri pada siswa untuk mengikuti pelajaran dengan lebih baik.Kemampuan menyesuaikan diri dan

berkomunikasi dalam berbagai situasi termasuk situasi di sekolah menunjukkan adanya kepercayaan diri (Hakim, 2005).

Kepercayaan diri di sekolah secara positif akan berdampak positif bagi Penyesuaian diri siswa. Siswa yang mampu menyesuaikan diri dengan teman sebaya di kelas dapat lebih mudah untuk bertanya tentang suatu materi pelajaran agama kepada teman sebaya yang berasal dari MTs sehingga siswa yang berasal dari SMP akan lebih optimis dalam mengikuti pelajaran di MAN. Siswa dengan hubungan interpersonal yang baik dapat dengan percaya diri bertanya kepada guru ataupun siswa lain ketika menemui kesulitan belajar.

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbuktu melalui data yang terkumpul (Arikunto, 2010). Adapun hipotesis dari penelitian ini adalah, Terdapat hubungan positif antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri siswa kelas X MAN 01 Blitar.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan korelasi. Metode penelitian kuantitatif merupakan salah satu jenis penelitian yang spesifikasinya adalah sistematis, terencana dan terstruktur sejak awal hingga pembuatan desain penelitian. Menurut Sugiyono (2011), metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, teknik pengambilan sampel pada umunya secara random, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisi data bersifat kuantitatif/*statistic* dengan tujuan untuk menguji hipotesisi yang telah ditetapkan.

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan tingkat atau derajat hubungan antara sepasang variabel (*bivariat*). Jenis penelitian ini adalah kuantitatif korelasional Penelitian Pendekatan korelasi atau korelasional adalah suatu penelitian untuk mengetahui hubungan dan tingkat hubungan antara dua variabel atau lebih tanpa ada upaya untuk mempengaruhi variabel tersebut sehingga tidak terdapat manipulasi variabel (Faenkel dan Wallen, 2008). Variabel yang akan diteliti adalah hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X di MAN 01 Kota Blitar.

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah gejala yang bervariasi, yang menjadi obyek penelitian (Arikunto, 2010).

1. Identifikasi Variabel

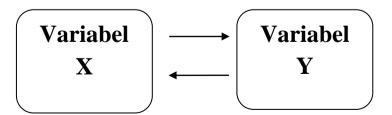
Variabel adalah suatu sifat dapat memiliki bermacam-macam nilai, atau diartikan sebagai simbol yang padanya kita dapat meletakan bilangan atau nilai. Variabel-variabel yang hendak diteliti dalam penelitian ini adalah:

- a. Variabel bebas (independent variabel) atau variabel X adalah variabel yang dipandang sebagai penyebab munculnya variabel terikat yang diduga sebagai akibatnya.
- b. Variabel terikat (dependent variabel) atau variabel Y adalah variabel (akibat) yang dipradugakan, yang bervariasi mengikuti perubahan dari variabel-variabel bebas. Umumnya merupakan kondisi yang ingin kita ungkap dan jelaskan.

Penelitian ini ada dua variabel yang di gunakan yaitu:

1) Variabel bebas : kepercayaan diri

2) Variabel terikat : penyesuaian diri



C. Definisi Operasinal

Definisi operasional merupakan batasan masalah operasional yang bertujuan untuk mengetahui penjelasan atau penegasan makna dari variabel yang digunakan:

1. Kepercayaan diri

kepercayaan diri adalah kepercayaan akan kemampuan terbaik diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat memanfaatkannya secara tepat untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.

2. Penyesuaian diri

penyesuaian diri adalah proses mengubah diri sesuai dengan norma atau tuntutan lingkungan dimana dia hidup agar dapat berhasil menghadapi kebutuhan-kebutuhan internal, ketegangan, frustasi dan konflik sehingga tercapainya keharmonisan pada diri sendiri serta lingkungannya dan akhirnya dapat diterima oleh kelompok dan lingkungannya.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi.

Populasi adalah keseluruhan subjek. Sampel merupakan sebagian atau walik dari populasi yang akan diteliti (Arikunto, 2010). Arikunto menjelaskan bahwa untuk mempermudah pengambilan sampel ini dengan menggunakan pegangan apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi.

Selanjutnya jika jumlah subjek dapat diambil antara 10 sampai 15 %, atau 20 sampai 25 %, atau lebih. Populasi yang akan diambil oleh peneliti adalah seluruh siswa kelas satu di sekolah Madrasah Aliyah Negeri 01 Blitar yang berjumlah 360 siswa.

Tabel 3.1 Data jumlah siswa kelas X Madrasah Aliyah Negeri 01 Blitar Tahun Ajaran 2017/2018

No	Kelas	Jumlah
1	X IPA 1	30
2	X IPA 2	32
3	X IPA 3	32
4	X IPA 4	32
5	X IPS 1	34
6	X IPS 2	33
7	X IPS 3	35
8	X IPS 4	34
9	X IPS 5	35
10	X AGAMA 1	33
11	X AGAMA 2	32
12	X AGAMA 3	30
	Jumlah	360

Sumber: Data Guru BK (2017)

2. Sampel Penelitian

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi sebagai sampel, karena bermaksud untuk menngeneralisasikan hasil penelitian sampel, yaitu mengangkat kesimpulan penelitian sebagai suatu yang berlalu pada populasi (Arikunto, 2010). Pedoman pengambilan sampel Arikunto, yaitu untuk menentukan jumlah sampel yang akan diambil, adalah apabila subjek kurrang dari 100, lebih baik diambil semua, akan tetapi jika jumlah subjek besar maka sampel yang akan diambil adalah antara 10-15% atau 20-25% (Arikunto, 2010). Berdasarkan pendapat tersebut maka sampel

penelitian ini adalah 20% dari 360 siswa. Berarti 20% X 360 = 72, jadi sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 72 siswa.

E. Teknik Pengambilan Sampel

Teknik sampling yang digunakan adalah proportional random sampling. Teknik sampling ini merupakan teknik yang dalam proses pengambilan sampelnya peneliti mencampur subjek-subjek di dalam populasi sehingga semua subjek dianggap sama. Peneliti dimana memberikan hak yang sama kepada setiap subjek untuk memperoleh kesempatan (chance) dipilih menjadi sampel. (Arikunto, 2010).

F. Teknik Pengumpulan Data

1. Teknik Angket/Skala.

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data mengunakan langkah-langkah sebagai berik teknik penyebaran angket. Angket adalah sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang dirinya atau hal -hal yang dirasakan oleh siswa selama sekolah di MAN 01 Blitar. Dengan cara membangi langsung dengan responden yang besangkutan, angket dapat berupa pertanyaan atau pernyataan terbuka atau tertutup, dapat diberikan kepada responden secara langsung atau dikirim melalui pos atau internet (Sugiyono, 2011).

Adapun jenis angket ada dua macam, yaitu angket jenis terbuka dan angket jenis tertutup. Dalam penelitian ini untuk mengumpulkan data digunakan angket jenis tertutup sebab semua item pertanyaan tinggal dipilih mana jawaban yang sesuai dengan responden dengan cara memberi tanda cek atau silang.

2. Teknik Observasi

Metode observasi adalah metode pengumpulan data yang digunakan untuk menghimpun data penelitian, data-data penelitian tersebut dapat diamati oleh peneliti. Dalam arti bahwa data tersebut dihimpun melalui penggunaan panca indra (Bungin, 2005). Observasi yang diterima oleh peneliti bahwa banyak siswa di MAN 01 Blitar tersebut diantaranya, meninggalkan jam pelajaran saat pelajaran dimulai, kurangnya interaksi antar teman.

Metode ini digunakan untuk memperkuat data hasil dari skala yang telah diisi oleh responden. Agar hasil penelitian semakin valid dan reliable. Observasi yang digunakan peneliti yaitu mengamati kegiatan siswa MAN 01 Blitar.

3. Teknik Wawancara

Tenik wawancara adalah sebuah proses memperoleh keterangan untuk tujuan penelitian dengan cara Tanya jawab sambil bertatap muka anatara pewancara dengan responden atau orang diwawancara, dengan atau tanpa menggunakan pedoman wawancara (Bungin, 2005). Dalam penelitian ini wawancara yang digunakan adalah wawancara tidak terstruktur dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara yang telah tersusun secara sistematis.

Peneliti melakukan wawancara kepada Guru BK, dan beberapa siswa MAN 01 Kota Blitar. Metode ini digunakan untuk mendapat gambaran atau info tentang siswa MAN 01 Blitar.

G. Instrument Pengumpulan Data

Instrument penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar penelitian lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Arikunto, 2010). Instrumen yang dibutuhkan adalah dengan menggunakan skala yang diberikan pada subjek yang sesuai. item-item skala disajikan dalam bentuk tertutup, artinya respoden tidak mempunyai kesempatan lain dalam memberikan jawaban selain jawaban yang telah disediakan dalam daftar pernyataan.

Penelitian ini menggunakan skala likert yang mempunyai empat pilihan jawaban, yakni sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), sangat tidak setuju (STS). Dalam hal ini jawaban ragu-ragu sengaja dihilangkan untuk menghindari kecenderungan subyek memilih jawaban yang ada ditengahtengah.

Tabel 3.2 Skor Skala Likert

Jawaban	Skala <i>Favourabel</i>	Skala <i>Unfavourabel</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Pernyataan Favourable merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang positif atau mendukung terhadap obyek sikap. Pernyataan Unfavourable merupakan pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif yakni tidak mendukung atau kontra terhadap obyek sikap yang hendak diungkap.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua macam, yaitu: angket kepercayaan diri dan angket penyesuaian diri.

1. Skala Kepercayaan Diri

Angket/skala *self confident* (kepercayaan diri) menggunakan teori Lauster (dalam Alsa, 2006), yang menjelaskan adanya empat kriteria dalam kepercayaan diri, yaitu:

- a) Percaya pada kemampuan sendiri,
- b) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan,
- c) Memilliki rasa positif terhadap diri sendiri,
- d) Berani mengungkapkan pendapat.

Penelitian ini peneliti memodifikasi skala dari penelitian yang dilakukan oleh Ibnu Ardi (2014). Alasan menggunakan skala ini adalah karena skala ini terbukti valid dan reliabel. Koefisien reliabilitas (r_{tt}) adalah sebesar 0,768. Skala tersebut telah memenuhi persyaratan keandalan alat ukur, sehingga aitem yang valid 23 dan reliabel tersebut yang digunakan sebagai alat pengumpulan data. Adapun blue print dari kepercayaan diri dapat dilihat pada tabel 3.3.

Tabel 3.3 Blue Print kepercayaan diri

N.T		T 121 4		Aitem	T 11
No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Optimis	Selalu berpandangan baik terhadap diri sendiri	1, 2	5, 6	4
2	Keyakinan akan kemampuan diri sendiri	Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi masalah.	3, 4, 7, 8	9	5
3.	Bertangung jawab	a. Tidak bergantung pada orang lain	10	11	2
		b. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain.	13,	12	2
		c. Mampu menyakini tindakan yang diambil	14, 16	15	3
4.	Objektif	Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri.	17, 18, 19		3
5.	Rasional	a. Semua yang dilakukan menimbulkan rasa positif tehadap diri sendiri	20, 21		2
	8	b. Mampu berani mengutarakan sesuatu	22	23	2
1/1	700	Jumlah	12-7		23

2. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri digunakan berdasarkan teori Schneider yang meliputi aspek penyesuaian fisik, penyesuaian kepribadian, penyesuaian moral dan agama, penyesuaian keluarga, penyesuaian sekolah dan penyesuaian masyarakat. Dalam penelitian ini peneliti mengadopsi skala dari penelitian yang dilakukan oleh Yuyuk Neni Yuniarti (2009). Alasan menggunakan skala ini adalah karena skala ini terbukti valid dan reliabel. Koefisien reliabilitas (r_{tt}) adalah sebesar 0,897. Skala penyesuaian diri

telah memenuhi persyaratan keandalan alat ukur, sehingga 38 aitem yang valid dan reliabel tersebut yang digunakan sebagai alat pengumpulan data.

Tabel 3.4 Blue Print Penyesuaian Diri

No	Agnolz	Indikator	Nomor	Jumlah	
110	Aspek	Illuikator	Fav	Unfav	Juillali
1.	Penyesuaian kepribadian	a. Kemampuan untuk menyadari kelebihan dan kekurangan	1, 2	3, 4	4
	(,5)	b. Kemampuan menerima kelebihan dan kekurangan	5, 7	6, 8, 9	5
		c. Kemampuan bertindak secara objektif sesuai kemampuan dirinya	10, 11, 12	13	4
2.	Penyesuaian sosial	a. Mampu berinteraksi secara harmonis dengan keluarga, peer group, sekolah dan masyarakat	14, 15, 16, 17, 20, 21, 22, 23	18, 19	10
		b. Mempunyai keinginan untuk menaati nilai, norma, dan aturan dalam keluarga, peer group, sekolah, dan masyarakat.	24, 25, 26, 36, 37, 38	27, 28, 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35	15
	79	Jumlah	-	7/	38

H. Validitas dan Reabilitas

1. Validitas

Menurut Azwar (2012), validitas berasal dari kata *Validity* yang mempunyai arti sejauh mana ketetapan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya. Validitas dinyatakan secara empirik oleh suatu koefisien, yaitu koefisien validitas (Azwar, 2012).

Bentuk rumus angka kasar yng digunakan untuk mencvari koefisien korelasi adalah:

$$r(xy) = \frac{N\sum xy - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{N\sum x^2} - (\sum x)^2\}\{N\sum y^2(\sum y^2)\}}$$

sumber: Winarsunu (2009)

Keterangan:

 r_{xy} = Koefisien korelasi antara variabel X dan Y

N = Jumlah subjek

X = Skor dari tiap-tiap item

Y = Jumlah dari skor item

Dalam penelitian ini pengujian tingkat kesahihan alat ukur dilakukan uji validitas, yang biasanya digunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 daya pembedanya dianggap memuaskan, sebaliknya aitem yang memiliki harga atau kurang dari 0,30 dapat diinterpretasikan sebagai aitem yang memiliki daya diskriminasi rendah. Apabila aitem yang memiliki daya diskriminasi sama dengan atau lebih besar daripada 0,30 jumlahnya melebihi jumlah aitem yang direncanakan untuk dijadikan skala, maka kita dapat memilih aitem-aitem yang memiliki indeks daya diskrimnasi tertinggi.

Sebaliknya, apabila jumlah aitem yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, kita dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria 0,30 menjadi 0,25 (Azwar, 2012). Korelasi aitem dalam penelitian dapat diukur dengan *product moment* yang dapat dilihat melalui rumus maupun aplikasi *SPSS 16.00 for windows*.

2. Reliabilitas

Reliabilitas merupakan penerjemahan dari kata Reliability yang mempunyai asal kata *rely* dan *ability*. Pengukuran yang memiliki reliabilitas tinggi disebut sebagai pengukuran yang reliable (*reliable*). Uji reliabilitas menunjukkan sejauh mana instrument dapat memberikan hasil pengukuran yang konsisten apabila pengukuran dilakukan berulang-ulang.

Menurut Azwar (2012) reliabilitas mengacu pada konsistensi atau keterpercayaan hasil ukur, yang mengandung makna kecermatan pengukuran. Reliabilitas dinyatakan dengan koefisiensi reliabilitas (r_{xx} ') yang angkanya berada dalam rentang 0 sampai dengan 1,00. Semakin tinggi koefisien reliabilitas mendekati angka 1,00 berarti semakin tinggi reliabilitas. Sebaliknya koefisien reliabilitas yang semakin rendah mendekati 0 berarti semakin rendah reliabilitas.

Koefisien reliabilitas dapat diperoleh dengan 3 metode, salah satunya adalah dengan metode penyajian tunggal atau (single trial administration) yang menghasilkan koefisien konsistensi internal. Uji konsistensi internal dilakukandengan menggunakan formula Alpha Cronbach yaitu dengan membelah aitem-aitem menjadi beberapa bagian, sehingga setiap belahan berisi aitem dengan jumlah yang sama banyak (Azwar, 2012).

Dalam penelitian ini, diperoleh reliabilitas pada skala kepercayaan diri yang diperoleh dari SPSS 16.0 for windows.

Pengukuran reliabilitas tersebut dilakukan dengan menggunakan rumus alpha cronbach, dengan rumus sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left[1 \frac{\sum S_j^2}{S_x^2} \right]$$

Sumber: azwar (2012)

Keterangan:

 α = koefisisen reliabilitas alpha

K = jumlah aitem

 S_i = varian responden untuk item

 S_r = Varians total

I. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian yang tujuannya untuk adalah untuk mendapatkan kesimpulan dari hasil penelitian.

1. Analisis Deskriptif

a. Mencari Mean

Mencari nilai mean diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah subyek. Dalam istilah sehari-hari ia disebut angka rata-rata. Dalam statistik disebut *mean* arimetrik dengan diberi symbol M. Adapun rumusnya adalah sebagai berikut (Hadi, 2000): $\sum fx$

Keterangan:

m : Mean

n : Jumlah subyek

 \sum fx : Jumlah nilai yang sudah dikalikan dengan frekuensi masing – masing

b. Mencari Standart Deviasi

Setelah nilai mean diketahui, maka selanjutnya yaitu mencari nilai standar deviasi (SD), adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

SD : Standar Deviasi

 $\sum fx^2$: Skor x

N : Jumlah Subyek

c. Menentukan kategorisasi

Kategorisasi bertujuan untuk menempatkan individu ke dalam kelompok terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur.Kontinum berjenjang yang dipakai adalah tinggi, sedang dan juga rendah. Pada penelitian ini pengkategorisasian yang digunakan sebagai berikut (Azwar, 2013):

Tabel 3.5 Norma Kategorisasi

Kategoresasi	Rumus
Tinggi	$X \geqslant (Mean+ 1 SD)$
Sedang	$(Mean - 1 SD) < X \leqslant (Mean + 1 SD)$
Rendah	X< (Mean – 1 SD)

2. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data memiliki distribusi normal atau tidak dengan melihat nilai kolmogorov-Smirnov. Dasar pengambilan keputusan uji normalitas yaitu jika nilai signifikansinya lebih dari 0,05, maka data tersebut normal dan sebaliknya. (Nisfiannor, 2009).

b. Uji Linieritas

Uji Linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variable independen dengan variable dependen bersifat linier (garis lurus). Hasil yang diperoleh malalui uji linieritas akan ditentukan anareg yang akan digunakan (Nisfiannor, 2009). Dasar pengambilan keputusan uji linieritas yaitu jika nilai signifikansinya pada *Deviation from Liniearity* lebih dari 0,05, maka data tersebut linier dan sebaliknya.

3. Uji Korelasi Product Moment Person

Data-data yang telah terkumpul dari penelitian ini selanjutnya akan dianalisis dengan menggunakan uji korelasi product moment person yaitu suatu metode untuk meramalkan pengaruh dan besarnya pengaruh dari suatu variabel bebas terhadap variabel terikat dengan menggunakan prinsipprinsip korelasi *product moment* person untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada Siswa-

siswi MAN 1 Kota Blitar. Adapun rumus persamaannnya 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 product momen

n = jumlah responden

 Σx = jumlah skor total aitem x

 $\Sigma y = \text{jumlah skor total aitem } y$

 $\Sigma xy = \text{jumlah hasil antara skor tiap item dengan skor total}$

 $\sum x^2$ = jumlah kuadrat skor aitem x

 $\sum y^2$ = jumlah kuadrat skor aitem y

 $(\sum x)^2$ = jumlah kuadrat skor aitem x kemudian di kuadratkan

 $(\sum y)^2$ = jumlah kuadrat skor aitem y kemudian di kuadratkan

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

- 1. Gambaraan Lokasi Penelitian
 - a Madrasah Aliyah Negeri 1 Kota Blitar

Madrasah aliyah negeri 1 kota Blitar adalah sekolah menegah atas yang terletak di Jl.Jati 78, sukorejo, Kota Blitar yang berbasis Agama. MAN Kota Blitar yang merupakan pengembangan sebuah ide agung dari Almarhum Bapak K.H.Thohir Widjaja (tokoh Ponpes Kunir) yang pada saat itu menjabat sebagai ketua GUPPI Daerah Tingkat II Blitar bersama teman dekat beliau Bapak Affandi Idhar sebagai Kepala Pendidikan Agama Tk.II Blitar, ide tersebut berupa pendirian sebuah MADRASAH yang dimulai sejak tahun 1970. Maka di awal tahun 1970 muncullah satu-satunya Sekolah Lanjutan Tingkat Atas (SLTA) Islam di Kota Blitar tepatnya pada tanggal 12 Mei 1970) dengan kepala sekolah yang pertama *Drs.Mukarom Muslimin*.

b Visi dan Misi

Visi:

"UNGGUL DALAM IMTAQ, IPTEK DAN BERWAWASAN LINGKUNGAN"

Misi:

 Meningkatkan pengamalan nilai-nilai ajaran agama islam dalam kehidupan sehari-hari

- 2) Mewujudkan peserta didik yang berakhlaqul karimah
- 3) Mengembangkan dakwah islamiyah
- 4) Meningkatkan prestasi akademik dan non akademik
- 5) Menumbuhkan minat baca dan tulis
- 6) Meningkatkan kemampuan berbahasa Inggris
- 7) Meningkatkan kemampuan berbahasa Arab
- 8) Meningkatkan pembelajaran berbasis Multimedia dan Keterampilan
- 9) Menumbuhkan budaya peduli lingkungan.

MAN 01 Blitar memiliki kondisi fisik yang cukup baik dengan dilengkapi sarana dan prasarana pembelajaran yang menunjang keberlangsungan sistem belajar mengajar. Fasilitas-fasilitas yang dimiliki antara lain:

- Administrasi, meliputi: satu ruang kepala sekolah, satu ruang wakil kepala sekolah, satu ruang guru, dan satu ruang tata usaha.
- 2) Kegiatan belajar, meliputi: ruang kelas sebanyak 35 kelas, 1 ruang laboratorium fisika, 1 ruang laboratorium kimia, 1 ruang laboratorium biologi, satu ruang laboratorium bahasa, dua ruang laboratorium TIK.
- 3) Penunjang pendidikan, meliputi: satu ruang perpustakaan, satu ruang OSIS, satu ruang koperasi siswa, satu ruang Bimbingan dan Konseling (BK), satu ruang UKS.

- **4**) Penunjang lainnya, meliputi: lapangan basket, lapangan voli, masjid, asrama putra dan putri, 2 kantin, 5 kamar mandi dan WC.
- 5) Kegiatan ekstra kurikuler yang ada antara lain pramuka, PMR (Palang Merah Remaja),bola voli, pencak silat, bola basket, sepak bola, taekondo, seni rupa.

2. Lokasi dan Tempat

Proses penelitian ini dilakukan mulai dari bulan juli 2017 sampai dengan bulan september 2017. Pelaksanaan wawancara pada bulan juli 2017, dan pembagian skala pada bulan september 2017. Penelitian ini dilakukan di MAN 1 Kota Blitar pada 28 september 2017. MAN 1 Kota Blitar beralamatkan Jl. Jati no 87, Sukorejo, Kota Blitar, Jawa Timur. Penyebaran angket dilakukan sesudah dan sebelum pelajaran agar kegiatan tidak mengganggu jam pelajaran dimana siswa belajar.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah 360 siswa kelas X yang terdiri dari laki-laki dan perempuan. Sampel dalam penelitian ini adalah 15% dari populasi yang ada yaitu berjumlah 54 orang siswa. Jumlah tersebut sudah dianggap mewakili populasi yang ada. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan cara acak teknik random sederhana, dimana teknik random adalah teknik pengambilan sampel dengan cara acak yang dilakukan pada siswa MAN 1 Kota Blitar. Diantara berbagai teknik penentuan sampel, yang dianggap paling baik adalah penentuan sampel secara proportional random

sampling. Karena setiap populasi memiliki kesempatan yang sama untuk terpilih sebagai sampel penelitian.

B. Hasil Penelitian

1. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Validitas

Menurut Cronbach (dalam Azwar, 2014), jawaban yang masuk akal adalah yang tertinggi yang dapat diperoleh. Dan dikatakannya bahwa,koefesien yang berkisar antara 0,30 sampai dengan 0,50 telah dapat memberikan kontribusi yang baik terhadap efisiensi suatu alat ukur. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan batasan 0,25. Uji coba dilakukan pada 54 orang siswa di MAN 01 blitar. Kemudian setelah uji coba, dilakukan penskoran terhadap hasil yang diterima dan dilakukan uji validitas dan reliabilitas dengan menggunakan analisis progran SPSS 16,00 for windows.

Hasil perhitungan untuk variabel tingkat Kepercayaan Diri dari 23 aitem yang telah diuji cobakan terdapat 8 aitem yang memiliki koefesien korelasi aitem total di atas 0,25 yaitu berkisaran 0,263 – 0,647 dengan kata lain terdapat 18 aitem yang dinyatakan valid, sedangkan sisanya 5 aitem yang dinyatakan gugur (hasil validitas terdapat pada lampiran). Berikut ini Blueprint skala kepercayaan diri yang valid dan yang gugur setelah dilakukan uji coba. Warna merah adalah aitem yang gugur dan yang hitam aitem yang valid pada tabel 4.1.

Tabel. 4.1 Blueprint Skala Kepercayaan Diri yang Valid dan yang Gugur

1	Blueprint Skala Kepercayaan Diri yang Valid dan yang Gugur					
No	Aspek	Indikator	Nomo	r Aitem	Jumlah	
110	Aspek	muikatoi	Fav	Unfav	Juillali	
1.	Optimis	Selalu berpandangan baik terhadap diri sendiri	1, 2	5, 6	4	
2	Keyakinan akan kemampuan diri sendiri	Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi masalah.	3, 4, 7, 8	9	5	
3.	Bertangung jawab	d. Tidak bergantung pada orang lain	10	11	2	
		e. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain.	13,	12	2	
		f. Mampu menyakini tindakan yang diambil	14, 16	15	3	
4.	Objektif	Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri.	17, 18, 19		3	
5.	Rasional	c. Semua yang dilakukan menimbulkan rasa positif tehadap diri sendiri	20, 21		2	
		d. Mampu berani mengutarakan sesuatu	22	23	2	
		Jumlah			23	

Setelah diperoleh aitem-aitem yang valid, aitem tersebut disusun kembali dengan menyesuaikan nomor-nomor aitem pada aitem sebelumnya, Kemudian dibuat *Blueprint* untuk penelitian yang berisikan aitem-aitem yang valid saja terdiri dari 18 aitem. Adapun blueprint untuk penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Blueprint skala Kepercayaan diri

		t 121 des		r Aitem	
No	Aspek	Indikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Optimis	Selalu berpandangan baik terhadap diri sendiri	1, 2	5, 6	4
2	Keyakinan akan kemampuan diri sendiri	Keyakinan atas diri sendiri dalam mengevaluasi dan mengatasi masalah.	3, 4, 7, 8	9	5
3.	Bertangung jawab	a. Tidak bergantung pada orang lain	10	11	2
		b. Dapat bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, tanpa bantuan orang lain.	12	RE	1
		c. Mampu menyakini tindakan yang diambil	13	14	2
4.	Objektif	Memiliki penilaian yang baik dari dalam diri sendiri.	15, 16	1	3
5.	Rasional	a. Semua yang dilakukan menimbulkan rasa positif tehadap diri sendiri.	17		1
		d. Mampu berani mengutarakan sesuatu.		18	1
		Jumlah			18

Sedangkan pada variabel Penyesuaian Diri dari 38 Aitem yang telah diuji cobakan terdapat 8 aitem yang memiliki koefesien korelasi aitem total di atas 0,25 yaitu berkisaran 0,251 – 0,330 dengan kata lain terdapat 23 aitem yang dinyatakan valid, sedangkan sisanya 15 aitem yang dinyatakan gugur (hasil validitas terdapat pada lampiran). Berikut ini *Blueprint* skala penyesuaian diri yang valid dan yang gugur setelah

dilakukan uji coba. Warna merah adalah aitem yang gugur dan yang hitam adalah aitem yang valid. Lihat pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 Blueprint skala penyesuaian diri yang valid dan yang gugur

	Blueprint skala penyesuaian diri yang valid dan yang gugur Nomor aitem							
No	Aspek	1	Indikator			Jumlah		
				Fav	Unfav			
1.	Penyesuaian	d.	Kemampuan untuk	1, 2	3, 4	4		
	kepribadian		menyadari kelebihan dan					
	1,5		kekurangan	4				
		e.	Kemampuan menerima	5, 7	6, 8, 9	5		
	307		kelebihan dan kekurangan					
	7.7	f.	Kemampuan bertindak	10,	13	4		
			secara objektif sesuai	11,	T .			
			kemampuan dirinya	12	-			
2.	Penyesuaian	c.	Mampu berinteraksi secara	14,	18, 19	10		
	sosial	1/1	harmonis dengan keluarga,	15,				
			peer group, sekolah dan	16,				
			masyarakat	17,		/		
				20,				
				21,				
	7			22,	//			
	70			23	-//			
	40	d.	Mempunyai keinginan	24,	27, 28,	15		
	020	>.	untuk menaati nilai, norma,	25,	29 , 30,			
			dan aturan dalam keluarga,	26,	31, 32,			
			peer group, sekolah, dan	36,	33, 34,			
			masyarakat.	37,	35			
				38				
		•	Jumlah			38		

Setelah diperoleh aitem-aitem yang valid, aitem tersebut disusun kembali dengan menyesuaikan nomor-nomor aitem pada aitem sebelumnya, kemudian dibuat *Blueprint* untuk penelitian yang berisikan

aitem-aitem yang valid saja. Adapun blueprint untuk penelitian tersebut dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Blueprint skala penyesuaian diri

No	Aspek	Indikator	Nomo	Nomor aitem	
110	Aspek	Huikator	Fav	Unfav	Jumlah
1.	Penyesuaian	a. Kemampuan untuk	1		1
	kepribadian	menyadari kelebihan dan			
		kekurangan			
		b. Kemampuan menerima	1	2, 3	2
		kelebihan dan			
		kekurangan	, _		
	30.	c. Kemampuan bertindak	4		1
		secara objektif sesuai	21		
	1	kemampuan dirinya		1	
2.	Penyesuaian	a. Mampu berinteraksi	5,6,7,8	9	5
	sosial	secara harmonis dengan	1		
		keluarga, peer group,	\lor		
		seko <mark>lah dan mas</mark> yarakat			
		b. Mempunyai keinginan	10, 11,	16, 17,	11
		untuk menaati nilai,	12, 13,	18, 19,	/
	7	norma, dan aturan dalam	14, 15	29	
	-0.	keluarga, peer group,			
	7	sekolah, dan masyarakat.			
		Jumlah			20

b. Reliabilitas

Pengujian reliabilitas kuesioner dilakukan dengan *cronbach* alpha. Maka berdasarkan hasil perhitungan reabilitas yang diperoleh melalui data penelitian dari hasil penelitian yang telah dilakukan, untuk variabel kepercayaan diri diperoleh nilai *Cronbach Alpha* sebesar 0, 823, dengan demikian bahwa kepercayaan diri memiliki reliablitas tinggi. Adapun untuk variabel penyesuaian diri diperoleh nilai *Cronbach Alpha*

sebesar 0, 813, dengan kata lain penyesuaian diri memiliki reabilitas yang tinggi pula.

2. Deskripsi Variabel Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti mengkategorikan dengan kategorisasi jenjang (*ordin*al). Tujuan kategorisasi jenjang adalah menempatkan individu ke dalam kelompok-kelompok yang posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasar atribut yang di ukur (Azwar, 2014).

Sebelum menghitung prosentase kategorisasi variabel, peneliti telah mengitung M (*Mean*) dan SD (*standart deviasi*). Hasil variabel kepercayaan diri diketahui M = 26, 5dan SD = 6. Sedangkan variabel penyesuaian diri diketahui M = 27, 22 dan SD = 5, 64. Kategorisasi skor tiap skala didapatkan penilaian presentase setiap kategorisasi dari variabel X dan Y dengan penjelasan pada tabel 4.5.

Tabel 4.5

Deskripsi statistik variable penelitianX dan Y

Deski ipsi statistik variable penentiana dan 1							
Variabel	Jumlah	Persentase	Mean	Std. Deviasi			
Kepercayaan Diri (X)	MML		26, 5	6			
Rendah	4	17%					
Sedang	56	78%					
Tinggi	12	6%					
Penyesuaian Diri (Y)			27, 22	5, 64			
Rendah	15	21%					
Sedang	44	61%					
Tinggi	13	18%					

Kategorisasi skor tiap skala didapatkan penilaian presentase setiap kategorisasi dari variabel X dan Y dengan penjelasan pada tabel 4.6

Tabel 4.6 Prosentase Kategorisasi variabel penelitian X dan Y

Variabel	Norma	Kategorisasi	Frekuensi	(%)
Vamanaayaan	32-36	Tinggi	12	17%
Kepercayaan Diri (X)	20-31	Sedang	56	78%
Diff(X)	13-18	Rendah	4	6%
D .		Tinggi	15	21%
Penyesuaian Diri (Y)	31-41	Sedang	44	61%
	30-20	Rendah	13	18%

Hasil deskripsi kepercayaan diri didapatkan rata-rata skor total jawaban sebesar 26,5 dengan standar deviasi 6. Kemudian terdapat 4 anak yang tingkat kepercayaan diri rendah (6%), yang sedang 56 anak (78%) dan 12 anak dengan tingkat kontrol diri yang tinggi (17%).

Gambar 4.1 Kategorisasi kepercayaan Diri



Hasil deskripsi terhadap penyesuaian diri didapatkan rata-rata skor total jawaban sebesar 27,22 dengan standar deviasi 5,64. Kemudian terdapat 13 anak dengan tingkatpenyesuaian diri yang rendah (18%), 44 anak dengan tingkat penyesuaian diri yang sedang (61%), dan 15 anak dengan tingkat penyesuaian diri yang tinggi (18%).



Gambar 4.2 Kategorisasi penyesuaian Diri

3. Uji Asumsi Dasar

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi sebuah data yang didapatkan mengikuti atau mendekati hukum sebaran normal baku atau gauss. Metode yang digunakan peneliti ialah uji teknik *Kolmogorov Smirnov Test*. Menurutnya, bila nilai signifikansi (p) > 0.05, maka data normal, sedangkan bila (p) < 0.05 maka data tidak normal (Nisfiannoor, 2009). Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4. 7
Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Kepercayaan Diri	Penyesuaian Diri
N	-	72	72
Normal Parameters ^a	Mean	26.4722	27.2222
	Std. Deviation	6.00463	5.63995
Most Extreme	Absolute	.142	.077
Differences	Positive	.142	.077
	Negative	090	052
Kolmogorov-Smirnov Z		1.209	.655
Asymp. Sig. (2-tailed)		.108	.784

Berdasarkan tabel hasil analisis di atas dapat diketahui nilai sign (p) untuk kepercayaan diri adalah 1,209 > 0,05, sedangkan penyesuain diri diketahui nilai sign nilai (p) adalah 0,655 > 0,05. Maka dapat disimpulkan data kedua variabel berdistribusi normal.

a. Uji Linieritas

Nisfiannoor (2009) menyatakan bahwa uji linieritas dilakukan untuk mengetahui apakah hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen bersifat linier (garis lurus). Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah variabel-variabel yang bersangkutan memiliki hubungan yang linier atau tidak secara signifikan. Uji linieritas dalam penelitian ini dengan menggunakan *Test for linierity* pada *SPSS 16.0 For Windows*. Dasar pengambilan keputusan dalam uji linieritas adalah jika nilai signifikan < 0,05 maka variabel memiliki hubungan yang linier.

Tabel 4.8

Hasil Uji Linier X dan Y

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
x * y	Between Groups	(Combined)	1410.778	21	67.180	2.923	.001
		Linearity	1074.028	1	1074.028	46.731	.000
		Deviation from Linearity	336.749	20	16.837	.733	.774
	Within Groups		1149.167	50	22.983		
	Total		2559.944	71			

Dari hasil *output* SPSS diatas diperoleh nilai *Deviation from Linearity* 0,733 > 0,05. Jika taraf signifikansipada *Deviation from*

Linearity > 0,05 maka hubungan antara variable adalah linier.

Sehingga hubungan variable kepercayaan diri dengan penyesuaian diri dinyatakan linier.

4. Hasil uji hipotesis

Uji hipotesis dilakukan untuk menjawab rumusan masalah yang telah ditulis oleh peneliti. Dalam penelitian ini antara lain:

Tabel 4.9
Hasil Uji Korelasi X dan Y
Correlations

	W AND	Kepercayaan Diri	Penyesuaian Diri
X	Pearson Correlation	1	.648**
	Sig. (2-tailed)	1.11.2	.000
	N	72	72
Υ	Pearson Correlation	.648 ^{**}	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	72	72

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

Hasil pengujian hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri didapatkan koefisien sebesar 0,648 yaitu mempunyai pengaruh positif, artinya semakin tinggi tingkat keprcayaan diri maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaiannya. Nilai signifikansi 0,000 dan kurang dari alpha 0,050 menunjukkan adanya hubungan yang signifikan, dengan demikian hipotesis di terima artinya perubahan pada kepercayaan diri akan signifikan berdapmpak terhadap penyesuaian diri siswa.

C. Pembahasan

Pada pembahasan ini akan dipaparkan mengenai beberapa hal berdasarkan analisis data, berikut adalah pembahasannya:

1. Tingkat kepercayaan Diri siswa kelas X MAN 1 Blitar

Dari hasil penelitian ini diperoleh data tentang kepercayaan diri siswa kelas X MAN 01 Kota Blitar memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang. Hal ini dapat diketahui dari data penelitian yang menunjukan bahwa secara keseluruhan terdapat siswa dengan prosentase 17% berada pada kategori tinggi. Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri sebanyak orang dengan prosentase 78 % berada pada kategori sedang, dan siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah 6 %.

Kepercayaan diri sangat penting dalam diri siswa terutama siswa baru karena 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 halhal yang sesuai keinginan dan tangggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

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 hillang, 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 pasa kebimbangan, yang kemudian membuahkan rasa kurang percaya diri.

Hasil penelitian tersebut menunjukan bahwa sebagian besar siswa kelas X MAN 01 Blitar ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang sedang. Tingkat kepercayaan diri siswa menunjukkan hasil yang berbeda antara satu dengan yang lain, perbedaan tersebut ditentukan oleh pengalaman masa lampau yang terdiri dari keberhasilan atau kegagalan individu dalam menjalani kehidupannya.

Sesuai dengan pendapat Alsa (2006) menyatakan bahwa kepercayaan diri pada setiap siswa akan berbeda, karena kepercayaan diri merupakan pandangan sikap dan keyakinan siswa dalam menghadapi suatu tugas dan pekerjaan. Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi dalam mencapai sebuah keberhasilan, karena semakin tinggi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, semakin kuat pula semangat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya. Kepercayaan diri juga membawa kekuatan dalam menentukan langkah dan merupakan faktor utama dalam mengatasi suatu masalah.

Berdasarkan hasil penelitian menunjunkkan banyak siswa MAN 01 Kota Blitar yang memiliki kepercayaan diri dengan tingkat sedang sebesar 78% yaitu sebanyak 56 anak. Berdasarkan skala kepercayaan diri artinya siswa yang memiliki kepercayaan diri yang sedang adalah mereka yang tidak terlalu baik dan tidak terlalu buruk dalam kepercayaan dirinya.

Dalam beberapa hal siswa dapat menghadapi situasi dengan baik dan beberapa hal kurang baik.

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 dalam kepercayaan diri meliputi, percaya pada kemapuan diri sendiri dalam mengatasi setiap masalah, bersikap optimis, bertanggung jawab atas tindakan yang diambil,bersifat objektif dalam mengadapi situasi masalah, dan memiliki penilaian yang baik dalam diri sendiri.

Kepercayaan diri dalam diri seseorang tentu saja mengalami pasang surut, kadang kita mungkin merasa percaya diri dalam beberapa situasi, dan ketakutan dalam situasi lainnya. Merasa nyaman dengan beberapa orang dan kadang merasa tidak nyaman dengan yang lainnya. Sebagai makluk Tuhan kita tidak diperkenankan untuk rendah diri dan kita harus percaya diri dan tidak putus asa. Tidak banyak orang yang sadar bahwa kehidupan seseorang sangat ditentukan oleh cara berfikirnya.

2. Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Kelas X MAN 1 Kota Blitar

Dari hasil penelitian ini diperoleh data tentang penyesuiaian diri kelas X MAN 01 Kota Blitar memiliki tingkat penyesuaian diri yang sedang. Hal ini dapat diketahui dari data penelitian yang menunjukan bahwa secara keseluruhan terdapat orang dengan prosentase 21% berada pada kategori tinggi. Siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri sebanyak orang

dengan prosentase 61 % berada pada kategori sedang, serta ada siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori rendah 18%.

Pendapat Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri inidividu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefiniskan penyesuian diri dapat dilihan dari tiga sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (adaptation), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (conformity), penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (mastery). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri samadengan adaptasi (Ali dan Asrori, 2011).

Penyesuaian dirimerupakan salah satu tugasperkembangan 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. Banyak individu yang menderita dan tidak mampu mencapai kebahagiaan dalam hidupnya, karena ketidak-mampuannya dalam menyesuaikan diri, baik dengan kehidupan keluarga, sekolah, pekerjaan dan dalam masyarakat pada umumnya (Mu'tadin, 2002).

Menurut (Sunarto, 2006), tahapan-tahapan proses dalam mencapai penyesuaian diri secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian. Siswa yang mampu menyesuaikan diri

terhadap dirinya 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 mampu bertindak dengan segera.memiliki keyakinan yang kuat, memiliki persepsi diri yang positif serta suka mencari tantangan baru dan mau melibatkan diri dengan lingkungan yang lebih luas, mengungkapkan perasaannya dengan spontan, dan mampu mempengaruhi orang lain.

Penyesuaian diri yang berhasil akan menuju pada kondisi mental yang mampu dalam menyesuaikan masalah yang dihadapi, memahami kekurangan-kekurangan yang ada pada dirinya. Siswa 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 hasil penelitian menunjukkan banyak siswa kelas X MAN 01 Kota Blitar yang memiliki penyesuian diri dengan tingkat sedang sebesar 61% yaitu sebanyak 44 anak. Berdasarkan skala penyesuaian diri artinya siswa yang memiliki penyesuaian diri yang sedang adalah mereka yang tidak terlalu baik dan tidak terlalu buruk dalam penyesuaian dirinya.

Penyesuaian diri sangat penting bagi siswa MAN terutama pada siswa kelas X. Adanya perbedaan karakteristik pada jenjang pendidikan menyebabkan siswa harus mampu menyesuikan diri sehingga dapat menyelaraskan antara tuntungan internal dengan tuntutan dari lingkungan sehingga tidak muncul konflik. Hal ini diperkuat dengan asumsi individu harus mampu menyelaraskan diri dengan lingkungan luar untuk mengatasi konflik atau masalahyang terjadi (Desmita. 2010). Penyesuaian diri pribadi yaitu kemampuan sesorang untuk menerima diri demi tercapainya keharmonisan antara dirinya dengan lingkungan, tanpa adanya rasa ketidakpercayaan terhadap potensi yang dimilikinya(Fatimah. 2010)

Dalam beberapa hal siswa yang dapat menyesuaikan diri dengan diri dan lingkungan sosialnya, maka akan menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehinggga dapat menimbulkan kepercayaan diri, karena dengan percaya diri siswa lebih mudah bergaul dengan orang lain dan tidak mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial.

3. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri

Hasil analisis korelasi *product moment* yang telah dilakukan, diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X Di MAN 1 Kota Blitar adanya hubungan dapat dilihat dari nilai *pearson correlation* (0,648) dengan signifikansi (p)

sebanyak 0,000, yang artinya P < 0,01. Dengan demikian, Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri. Jadi dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini telah terbukti, artinya ada hubungan yang signifikan antara tingkat kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas X Di MAN 01 Kota Blitar. Hasil penelitian menunjukan seiring semakin tinggi tingkat penyesuaian diri maka semakin tinggi pula tingkat kepercayaan dirinya.

Hal diatas mendukung apa yang diungkapan Schneiders bahwa penyesuaian diri merupakan suatu preoses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri inidividu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefiniskan penyesuian diri dapat dilihan dari tiga sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri samadengan adaptasi (Ali dan Asrori, 2011).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi penilaian individu terhadap penyesuaian diri salah satu diantaranya adalah kepercayaan diri yang berpengaruh kuat terhadap proses penyesuaian diri remaja, dimana kepercayaan diri merupakan kemampuan individu untuk menerima dirinya sendiri sehingga tercapanyai hubungan harmonis antara dirinya dengan

lingkungannya yang sangat berpengaruh pada perkembangan penyesuaian diri remaja.

Usaha penyesuaian diri 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.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ibnu Ardi (2014) di sekolah SMK N 1 kalsan diperoleh banyak siswa kelas X yang rata-rata siswi perempuan, yang para siswi perempuan cenderung lebih pemalu saat berada di dalam kelas maupun pergaulannya selama di sekolah dan enggan bertanya saat pelajaran berlangsung yang berakibat pada tidak maksimalnya nilai-nilai para siswa yang kurang memuaskan.

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. Begitu juga dengan siswa-siswa yang ada di sekolah. Penyesuaian diri dilingkungan sekolah dalam penelitian ini diartikan sebagai kemampuan siswa untuk berinteraksi dengan orang lain dan situasi-situasi tertentu yang ada di lingkungan sekolah secara efektif dan sehat sehingga

siswa memperoleh kepuasan dalam upaya memenuhi kebutuhannya yang dapat dirasakan oleh dirinya dan orang lain atau lingkungannya.

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 akan mampu untuk menjalani proses penyesuaian sosial dengan baik.

kepercayaan diri merupakan salah satu faktor yang menyebabkan penyesuaian diri. yaitu kepercayaan diri sebagai keberhasilan untuk menyesuaiakan diri dengan lingkungan sosialnya. Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi dalam mencapai sebuah keberhasilan, karena semakin tinggi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, semakin kuat pula semangat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya dan menyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya.

Fakta dilapangan menunjukan bahwa Seperti yang terjadi pada beberapa remaja disana, kegagalan dalam menjalin hubungan dengan temanteman sebayanya, merasa tidak mempunyai kemampuan yang lebih dari teman-teman yang lain, terdapat pula siswa yang meninggalkan jam pelajaran Agama seperti pelajaran Bahasa Arab dan al-qur'an Hadist, pada

pelajaran tersebut mereka belum menguasai pelajaran yang terlalu sulit dimengerti yang mengakibatkan mereka minder terhadap teman lainnya. 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 dirinya menjadi terhambat.

Dalam penelitian ini diperoleh bahwa siswa yang tingkat kepercayaan diri dengan prosentase 6% atau 12 siswa berada pada kategori tinggi. Siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri sebanyak dengan prosentase 78% atau 56 siswa berada pada kategori sedang, dan siswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah 17% atau sebanyak 4 siswa. sedangkan untuk tingkat penyesuaian diri pada prosentase 18% atau 13 siswa berada pada kategori tinggi. Siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri dengan prosentase 61% atau 44 siswa berada pada kategori sedang, serta ada siswa yang memiliki tingkat penyesuaian diri pada kategori rendah 21% atau 15 siswa.

Lauster (dalam Alsa, 2006) menggambarkan orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri dan berani mengungkapkan pendapat.Kepercayaan diri sebagai keberhasilan untuk menyesuaiakan diri mereka. Semua tujuan itu akan terlaksana jika siswa kelas X MAN 1 Kota Blitar mempunyai kepercayaan diri yang cukup karena jika tidak ada rasa percaya diri

seorang siswa tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dalam kehidupan bermasyarakat. Kepercayaan diri akan memperkuat motivasi dalam mencapai sebuah keberhasilan, karena semakin tinggi kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, semakin kuat pula semangat untuk menyelesaikan segala pekerjaannya dan menyesuaian dirinya.

Siswa yang dapat menyesuaikan diri, maka akan menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehinggga dapat menimbulkan kepercayaan diri, karena dengan percaya diri siswa lebih mudah bergaul dengan orang lain dan tidak mengalami hambatan dalam berinteraksi.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data hasil penelitian dan pembahasan yang dikemukakan, dapat ditarik beberapa kesimpulan yang berupa :

- 1. Dari hasil kategorisasi interval kepercayaan diri yang dimiliki siswa kelas X di MAN 01 Blitar, menunjukkan bahwa 56 siswa atau setara dengan 78% dari 72 siswa memiliki kategori sedang. Ditunjukan dengan hasil analisis bahwa, rasa percaya diri siswa berada pada taraf sedang yang artinya, siswa mampu menyakini atas kemampuan yang dimiliki, bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, dan bersikap positif terhadap diri sendiri.
- 2. Pada hasil kategorisasi interval penyesuian diri yang dimiliki siswa kelas X di MAN 01 Blitar, menunjukkan bahwa 44 siswa atau setara dengan 61% dari 72 siswa memiliki kategori sedang. Ditunjukan dengan hasil analisis bahwa, penyesuaian diri siswa berada pada taraf sedang yang artinya, siswa mampu menerima dan menyadari kelebihan dan kekurangan yang dimiliki serta mampu berinteraksi dengan baik terhadap diri dan lingkungan sekitar.
- 3. Ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada siswa kelas X di MAN 01 Blitar. Ditunjukkan dengan hasil analisis korelasi ditemukan koefisien korelasi (0,648) dengan signifikansi (p) sebanyak 0,000, yang artinya P < 0,01. Dari hasil tersebut menunjukkan</p>

bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri. Itu berarti semakin tinggi atau besar penyesuaian diri yang diterima oleh siswa, maka semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki siswa. Sebaliknya, semakin rendah penyesuaian diri yang diterima oleh siswa, maka semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki.

B. Saran

Hasil penelitian ini perlu di tindaklanjuti untuk meningkatkan kualitas siswa yang penuh percaya diri dan mudah menyesuaiakan diri. Dengan demikian hasil maksimal akan diperoleh. Hasil penelitian ini perlu ada tindaklanjut dari beberapa pihak antara lain

1. Bagi sekolah

- a. Untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa kelas X MAN 01

 Blitar, guru BK dan para staff guru hendaknya membantu

 meningkatkan kepercayaan diri dengan cara meningkatkan

 keyakinan akan kemapuan diri sendiri dan sikap optimis kepada

 siswa agar siswa tidak merasa takut dan minder dalam menghadapi

 orang baru maupun lingkungan sekitar.
- b. Guru BK diharapkan mampu memberikan layanan bimbingan pribadi secara lebih menarik seperti memberikan tips-tips dan cara meningkatkan rasa percaya diri dengan membuat permainan-permainan yang mampu meningkatkan rasa tanggung jawab dan berfikir secara objektif dan rasional pada siswa, sehingga siswa

- akan menyenangi atau berminat mengikuti proses layanan bimbingan pribadi.
- c. Guru BK diharapkan lebih bijaksana dalam memperhatikan kondisi siswa secara individual sehingga dapat memahami permasalahan-permasalahan yang menghambat penyesuaian diri siswa agar menyadari kemampuan atas kekuarangan dan kelebihan, dan diharapkan pula guru BK mampu memberikan layanan bimbingan pribadi secara optimal, agar siswa dapat menerima dirinya yang positif dan mampu berinteraksi dengan sesama sehingga dapat berpengaruh terhadap penyesuaian diri dan interaksi sosialnya.

2. Bagi subjek peneliti

- a. Siswa sebagai subjek dalam penelitian ini untuk lebih meningkatkan pemahaman tentang rasa kepercayaan diri tinggi yang dapat memiliki sikap positif sehingga tidak menghambat proses penyesuaian diri mereka terhadap diri dan lingkungan sekitar.
- b. Siswa hendaknya dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan cara bersikap optimis, rasional, objketif melalui tips-tips, permainan-permainan maupun layanan yang diberikan oleh guru BK mereka agar membantu siswa dalam menyesuaikan diri secara pribadi maupun sosial.

3. Bagi peneliti

- a. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dan menggali informasi lebih lanjut kaitannya dengan penyesuaian diri dan kepercayaan diri siswa.
- b. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah variabel yang lain agar dapat mengungkap permasalahan lain yang ada pada diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Affiatin, T. 1993. Pengaruh Konflik Orang Tua dan Jenis Kelamin pada Penyesuaian Diri Remaja. Laporan Penelitian. Yogyakarta : Fakultas Psikologi UGM
- Agustiani, H. 2009. Psikologi Perkembangan. Jakarta: Aditama
- Agustina, Susanti. 2008. *Mendongeng Sebagai Energi Bagi Anak*. Jakarta: Rumah Ilmu Indonesia.
- Agustina, Hellya. *Penyesuaian Diri Remaja Di Sekolah*. psychologyaddict. 23 januari2011. https://psychologyaddict.wordpress.com/2011/01/23/Penyesuaian-diri-remaja-di-sekolah/.
- Agung, Sunarto dan Agung Hartono. 2006. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT. Asdi Mahasatya.
- Ali, Mohammad. dan Mohammad Asrori. 2011. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Cetakan ketujuh. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Al-Ghifari, A. (2004). *Memburu Idola Melupakan Jati Diri*. Bandung: Mujahid Press
- Ali, M & Asrori, M.2011. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik.* Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Al-Magassary, Ardi. 2014. Aspek-Aspek Rasa Percaya Diri. www.e-jurnal.com.
- Amara, Finkawati Amara. 2014. Hubungan Antara Percaya Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Kelas Viii Smp Negeri Ix Kota Gorontalo. Other Thesis, Universitas Negri Gorontalo.
- Alsa, Asmadi. (2006). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik. Semarang. Jurnal Psiko-logi. No.1. 47-48.
- Arikunto. S. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.
- Ardi, Ibnu. 2014. *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada siswa kelas X di SMK N 1 Kalasan*. Skripsi. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Babby Hasmayni. 2014. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja*. Skripsi. Program Studi Magister Psikologi,

- Program Pascasarjana, Universitas Medan Area. Volume 6, No.2, Desember 2014 : (98-104). Medan.
- Bungin, Burhan. 2005. *Metode Kuantitatif Komunikasi, Ekonomi, dan Kebijakan Publik Serta Ilmu-Ilmu Sosial Lainya*. Edisi Pertama. Cetakan Pertama. Jakarta: Prenada Media
- D. Gunarsa, Singgih. Yulia singgih D. Gunarsa. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Fatimah, N. 2006. Psikologi Perkembangan. Bandung: Pusaka Setia.
- Frankel, J. P. & Wallen N. E. (2008). *How to Design and Evaluate Research in Education*. New York: McGraw-Hill Companies, Inc.
- Gerungan, W.A. 2004. Psikologi Sosial. PT. Refika Aditama. IKAPI. Bandung
- Ghufron, M. N. dan Risnawati, S. R. 2011. *Teori-Teori Psikologi*. Jogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Schneider, A.A. 1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Holt, Rinehart, and Winston.
- Hariyadi, Sugeng dkk. 1998. *Perkembangan peserta didik*. Cetakan ke 3. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Hakim, T. 2002. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri Jakarta: Puspa Swara.
- Hurlock, E.B. 1999. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Alih bahasa: Istiwidayati & Soedjarwo.* Edisi Kelima. Jakarta: Erlangga.
- Inge, Pudjiastuti Adywibowo. 2010. *Memperkuat Kepercayaan Diri Anak melalui Percakapan Referensial*. Jurnal Pendidikan Penabur No.15/Tahun ke-9/Desember 2010. Jakarta.
- Kartono, Kartini. 2008. Hygiene Mental. Bandung: Mandar Maju.
- Keliat. 2007. Proses Keperawatan Kesehatan Jiwa. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Lauster, Peter. 2002. *Tes Kepribadian (Alih Bahasa: D.H Gulo)*. Edisi Bahasa Indonesia. Cetakan Ketiga belas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mu'tadin, Z. 2002. *Penyesuaian Diri Remaja*. www.e-psikologi.com.
- Nisfiannoor, Muhammad. 2009. *Pendekatan Statistika Modern Untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Safitri, D. 2010. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. (tidak diterbitkan) Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana Malik Ibrahim Malang.
- Santrock, J. W. 2006. *Life-Span Development 10th Edition*. Mc. New York :Graw-Hill.
- Sarwono, S.W, Meinarno E.A. 2011. Psikologi Sosial.Jakarata: Salemba Humanika
- Sayyid, mujtaba. 1993. Psikologi Islam. Jakarta: Pustaka Hidayah
- Sunarto & Hartono, B. Agung. 1995. *Perkembangan peserta didik.* Jakarta: Rineka Cipta Wahjosumidjo.
- Sudjana. 2005. Metode Statistika. Edisi Keenam. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2011. Statistik Untuk Penelitian. Bandung: ALFABETA.
- Suryabrata, S. 2003. *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Winarsunu, Tulus. 2009. Statistik dalam penelitian Psikologi Pendidikan, Edisi Revisi. Malang: UMM Press
- Yusuf,S. 2004. *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya Offset.
- Zakiah Darajat. (1982). Penyesuaian Diri . Jakarta: Bulan Bintang.
- Yuniarti, Yuyuk Neni. 2009. Hubungan Persepsi Efektivitas Komunikasi Interpersonal Orang Tua dan Kematangan Emosi dengan Penyesuaian Diri pada Remaja Siswa Sman 1 Polanharjo. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.



LAMPIRAN 1

Hasil Uji Coba Skala Kepercayaan Diri Reliabilitas dan validitas

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	35	100.0
	Excludeda	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.804	23

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	48.5714	67.311	.529	.788
VAR0000 2	48.6857	69.987	.354	.797
VAR0000 3	48.6857	66.692	.533	.788
VAR0000 4	48.4857	66.434	.529	.787
VAR0000 5	48.5429	66.079	.647	.783
VAR0000 6	48.5429	67.432	.490	.790
VAR0000 7	48.6571	67.820	.489	.790
VAR0000 8	48.6286	68.123	.437	.793
VAR0000 9	48.6571	70.232	.310	.799

VAR0001 0	48.6000	67.776	.477	.791
VAR0001 1	48.4286	66.899	.490	.790
VAR0001 2	48.4571	71.373	.206	.805
VAR0001 3	48.7429	70.961	.276	.801
VAR0001 4	48.6286	75.182	039	.816
VAR0001 5	48.4000	66.953	.505	.789
VAR0001 6	48.8000	71.400	.277	.801
VAR0001 7	48.5429	67.844	.440	.792
VAR0001 8	48.4571	66.550	.517	.788
VAR0001 9	48.7143	76.092	099	.819
VAR0002 0	48.5714	66.546	.588	.785
VAR0002 1	48.5429	74.373	.012	.814
VAR0002 2	48.6857	76.987	163	.820
VAR0002 3	48.5714	70.487	.263	.802

Hasil Uji Coba Skala Penyesuaian Diri Reliabilitas dan validitas

Case Processing Summary

	-	N	%
Cases	Valid	35	100.0
	$Excluded^{a} \\$	0	.0
	Total	35	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.696	38

	item-10tal Statistics								
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted					
VAR0000 1	84.3143	122.222	111	.705					
VAR0000 2	84.1714	116.382	.256	.689					
VAR0000 3	84.1429	118.008	.120	.695					
VAR0000 4	84.1143	121.339	057	.703					
VAR0000 5	84.2000	116.694	.224	.690					
VAR0000 6	84.1429	114.479	.351	.684					
VAR0000 7	84.0571	116.526	.206	.690					
VAR0000 8	84.0857	115.728	.253	.688					
VAR0000 9	84.0571	111.938	.447	.677					
VAR0001 0	84.2000	122.929	152	.707					
VAR0001 1	83.9143	113.551	.321	.683					
VAR0001 2	84.2571	123.608	184	.709					
VAR0001 3	83.5714	91.429	.240	.736					
VAR0001 4	84.1714	120.146	.013	.700					
VAR0001 5	84.1714	118.382	.088	.697					

VAR0001 6	84.2286	112.123	.523	.676
VAR0001 7	84.1429	109.126	.624	.668
VAR0001 8	84.1429	113.303	.364	.682
VAR0001 9	84.2286	116.005	.206	.690
VAR0002 0	84.0000	114.824	.270	.687
VAR0002 1	84.2000	120.635	021	.702
VAR0002 2	84.0000	121.235	053	.703
VAR0002 3	84.2000	113.929	.375	.682
VAR0002 4	84.0571	115.114	.286	.686
VAR0002 5	84.2000	113.812	.363	.682
VAR0002 6	84.2000	115.694	.270	.687
VAR0002 7	84.1714	111.146	.489	.675
VAR0002 8	84.1429	119.655	.023	.700
VAR0002 9	84.2571	117.608	.135	.694
VAR0003 0	84.1429	115.361	.253	.688
VAR0003 1	84.1714	115.323	.272	.687
VAR0003 2	84.1429	122.244	110	.705
VAR0003 3	84.1429	113.420	.358	.682
VAR0003 4	84.0000	120.235	.000	.701
VAR0003 5	84.2000	112.047	.444	.677
VAR0003 6	84.1714	113.558	.372	.682

VAR0003 7	84.0857	113.551	.360	.682
VAR0003 8	84.0000	109.941	.579	.670



LAMPIRAN 2

Angket Percaya Diri

Petunjuk Mengerjakan:

- a. Jawablah pertanyaan dibawah ini. Jangan ada yang terlewati.
- b. Berilah tanda centang $(\sqrt{})$ pada setiap jawaban yang anda anggap benar. Keterangan:
 - 1. SS (sangat setuju)
 - 3. S (setuju)
 - 4. **TS** (tidak setuju)
 - 5. STS (sangat tidak setuju)
- c. cek kembali jawaban sebelum dikumpulkan.

NO	PERTANYAAN	SSS	SS	TS	STS
1.	Saya yakin akan mendapat nilai baik dalam setiap pelajaran				
2.	Saya yakin mendapat peringkat baik didalam kelas				
3.	Saya bertanggung jawab penuh pada pengambilan keputusan yang saya lakukan	2			
4.	Saya mampu untuk bersikap tenang dalam menghadapi masalah				
5.	Saya pesimis akan sukses				
6.	Saya meragukan hasil pekerjaan sekolah		7//		
7.	Saya mampu mengatasi setiap masalah dengan kemampuan saya sendiri		//		
8.	Dalam menyelesaikan suatu pekerjaan saya melakukannya dengan penuh percaya diri				
9.	Saya mempertimbangkan akibat hasil keputusan saya pada orang lain				
10.	Saya tidak suka pekerjaan saya dikerjakan orang lain	1			
11.	Ketika saya tidak mampu menyelesaikan masalah atau suatu				
	pekerjaan, saya meminta bantuan orang lain				
12.	Saya menyelesaikan setiap masalah dengan kepala dingin				
13.	Saya tidak bangga dengan hasil pekerjaan saya				
14.	Saya bertanggung jawab penuh pada setiap pengambilan keputusan yang saya lakukan				
15.	Saya tidak pernah minder				
16.	Saya diterima baik oleh teman-teman saya				
17.	Kegiatan yang di ikuti bermanfaat bagi saya				
18.	Saya takut untuk bertanya tentang pelajaran yang belum saya mengerti				

Angket Penyesuaian Diri

NO	PERTANYAAN	SSS	SS	TS	STS
1.	Saya bersyukur atas kemapuan yang saya miliki				
2.	Saya puas dengan apa yang saya miliki sekarang				
3.	Rasanya tidak menyenangkan menjadi orang seperti				
4	saya			_	
4.	Jika mengahadapi masalah saya akan menyelesaikan dengan tuntas				
5.	Saya betah berada dilingkungan sekolah	1			
6.	Saya diterima oleh teman-teman di lingkungan tempat saya berada				
7.	Saya rasa teman-teman tidak menyukai saya	- 6			
8.	Saya dapat beradaptasi dengan teman baru dan lingkungan sekitar	21			
9.	Saya selalu bersemangat dalam setiap kegiatan disekolah				
10.	Jika ada teman <mark>yang</mark> mengadapi kesulitan saya akan memberikan saran	1		И	
11.	Saya berkewajiban menghormati guru disekolah				
12.	Saya menaati peraturan yang diterapkan baik di sekolah maupun di rumah				
13.	Saya melanggar peraturan sekolah supaya diperhatikan guru	5	//		
14.	Ketika berada disekolah saya ingin cepat pulang				
15.	Jika ada kesempatan saya akan bolos sekolah	1			
16.	Saya tidak perlu menaati peraturan disekolah	11			
17.	Jika mendapat tugas saya tidak mengerjakannya	-			
18.	Saya mengormati orang yang lebih tua disekitar saya				
19.	Saya menyisihkan uang saku untuk membantu teman				
	yang kesusahan				
20.	Saya menerima perlakuan guru yang memarahi saya,				
	jika saya melakukan kesalahan				
	Terimakasih (i)	•	•	•	•

Terimakasih ©

Lampiran 3 Uji Reliabilitas dan Validitas Daya Beda Skala Kepercayaan Diri Case Processing Summary

_	_		
		N	%
Cases	Valid	72	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	72	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.823	12

Item Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
VAR0000 1	2.2083	.83813	72
VAR0000 2	2.0972	.79007	72
VAR0000 3	2.1250	.88711	72
VAR0000 4	2.3194	.91661	72
VAR0000 5	2.2500	.81793	72
VAR0000 7	2.1528	.83345	72
VAR0000 8	2.1667	.87210	72
VAR0000 9	2.1389	.82744	72
VAR0001 0	2.1806	.86116	72
VAR0001 5	2.2222	.84290	72
VAR0001 7	2.3056	.91373	72

Case Processing Summary

			N	%		
Cases V	alid		72	100.0		
Е	xcluded ^a		0			
Т	otal		72	10	0.00	
VAR0001 8	2.30	56		89818		

Item-1 otal Statistics												
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted								
VAR0000 1	24.2639	30.620	.510	.807								
VAR0000 2	24.3750	32.181	.363	.819								
VAR0000 3	24.3472	29.385	.612	.798								
VAR0000 4	24.1528	29.371	.588	.800								
VAR0000 5	24.2222	29.499	.663	.795								
VAR0000 7	24.3194	31.713	.389	.817								
VAR0000 8	24.3056	30.694	.476	.810								
VAR0000 9	24.3333	32.254	.332	.821								
VAR0001 0	24.2917	31.252	.422	.814								
VAR0001 5	24.2500	31.570	.399	.816								
VAR0001 7	24.1667	31.239	.390	.818								
VAR0001 8	24.1667	29.634	.574	.801								

Hasil Uji Reabilitas Dan Validitas Daya Beda Skala Penyesuaian Diri Case Processing Summary

F		N	%
Cases	Valid	72	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	72	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	NI CI
Alpha	N of Items
.813	12

Item Statistics

22	Mean	Std. Deviation	N
VAR0000 1	2.1667	.75059	72
VAR0000 2	2.2361	.77810	72
VAR0000 3	2.2778	.77318	72
VAR0000 5	2.3194	.80187	72
VAR0000 8	2.1667	.73158	72
VAR0000 9	2.2917	.86297	72
VAR0001 0	2.2917	.89502	72
VAR0001 1	2.4306	.91661	72
VAR0001 3	2.2222	.79119	72
VAR0001 4	2.3750	.84649	72
VAR0001 5	2.1944	.81602	72
VAR0001 9	2.2500	.86806	72

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR0000 1	25.0556	28.476	.346	.809
VAR0000 2	24.9861	28.436	.333	.810
VAR0000 3	24.9444	27.603	.444	.801
VAR0000 5	24.9028	27.441	.443	.801
VAR0000 8	25.0556	27.800	.450	.801
VAR0000 9	24.9306	25.643	.620	.785
VAR0001 0	24.9306	2 5 .981	.551	.791
VAR0001 1	24.7917	25.998	.532	.793
VAR0001 3	25.0000	27.718	.416	.804
VAR0001 4	24.8472	25.624	.638	.783
VAR0001 5	25.0278	28.788	.269	.816
VAR0001 9	24.9722	26.675	.489	.797

LAMPIRAN 4

Tabulasi Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri

Kepercayaan Diri

NO	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	15	17	18
1	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3
2	2	2	3	2	2	4	2	2	3	2	3	1	2
3	1	2	1	1	1	3	1	1	2	1	2	1	1
4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	1	2	2
5	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	2	3	3
6	4	3	4	4	4	1	4	4	3	4	3	4	4
7	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3
8	2	3	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2
9	1	2	1	1	1	4	1	1	2	1	1	1	1
10	2	1	2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	2
11	3	2	3	3	3	3	3	3	4	3	1	3	3
12	3	3	4	4	4	2	2	2	3	2	2	4	3
13	2	3	3	3	3	1	1	1	2	1	3	3	2
14	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	2	1
15	2	1	1	1	1	3	3	2	2	3	1	1	2
16	3	2	2	2	2	4	2	3	3	3	2	2	3
17	3	3	3	3	3	4	1	2	2	2	3	3	2
18	2	2	2	2	2	3	2	3	1	1	2	4	1
19	1	1	1	1	2	2	3	1	2	4	1	3	2
20	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3
21	3	3	2	3	2	2	1	3	2	1	3	1	2
22	4	2	3	4	1	1	2	4	1	2	2	2	3
23	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	1	3	2
24	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	2	4	1
25	1	3	1	1	2	2	4	2	3	2	2	3	2
26	2	2	1	2	3	1	3	1	2	1	3	2	3
27	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	2	2
28	2	1	3	4	1	3	1	3	2	2	1	1	1
29	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
30	2	3	1	2	3	1	1	1	2	2	3	3	3
31	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	4
32	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	1	3	3
33	1	2	3	3	2	4	2	2	3	3	1	2	2
34	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	1	1
35	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	2

36	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
37	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	1
38	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1
39	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2
40	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
41	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	3	4
42	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3
43	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	2
44	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1
45	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2
46	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3
47	3	3	4	4	4	3	2	2	3	2	4	3	4
48	2	3	3	3	3	4	1	1	2	<u>1</u>	3	4	3
49	1	2	2	2	2	2	2	1	1	2	2	3	2
50	2	1	1	-1	1	3	3	2	2	3	1	2	1
51	3	2	2	2	2	2	2	3	3	3	2	1	2
52	3	3	3	3	3	1	1	2	2	2	3	1	3
53	2	2	2	2	2	2	2	3	1	1	4	2	4
54	1	1	1	1	2	3	3	1	2	4	3	3	3
55	2	2	1	2	3	3	2	2	3	3	2	4	2
56	3	3	2	3	2	2	1	3	2	1	1	3	1
57	4	2	3	4	1	1	2	4	1	2	2	2	2
58	3	1	3	3	2	2	3	3	2	3	3	1	3
59	2	2	2	2	3	3	2	1	2	3	4	2	4
60	1	3	1	1	2	2	4	2	3	2	3	3	3
61	2	2	1	2	3	1	3	1	2	1	3	2	2
62	3	1	2	3	2	2	2	2	1	2	2	3	2
63	2	1	3	4	1	3	1	3	2	2	1	1	1
64	1	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2
65	2	3	1	2	3	1	1	1	2	2	2	3	3
66	3	2	1	1	2	2	2	2	1	1	3	2	2
67	2	1	2	2	1	3	3	3	2	2	2	1	3
68	1	2	3	3	2	4	2	2	3	3	1	1	2
69	2	3	2	2	3	2	1	3	2	2	2	2	1
70	3	2	1	1	2	1	2	1	1	1	3	2	2
71	1	1	2	3	1	2	2	2	2	1	3	3	4
72	2	2	3	2	3	1	3	2	2	2	3	2	2

Penyesuaian Diri

NO	1	2	3	5	7	8	9	10	11	13	14	15	19
1	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
3	2	2	3	3	3	2	2	2	1	2	2	2	2
4	2	1	2	2	2	1	1	1	2	1	1	1	1
5	1	2	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	2
6	2	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3
7	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	4
8	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3
9	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2
10	1	2	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	1
11	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	2
12	3	3	4	4	3	1	4	3	4	3	3	3	3
13	2	2	2	2	4	3	3	3	3	2	2	2	4
14	1	1	3	3	4	2	2	2	2	1	1	1	3
15	2	2	2	2	3	2	2	1	1	2	2	2	1
16	3	3	1	1	1	1	1	2	2	3	3	3	2
17	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4	2	3
18	2	2	3	3	1	3	3	2	4	2	3	1	4
19	1	1	3	3	2	3	4	1	3	1	2	2	3
20	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	1	3	2
21	3	3	1	1	3	1	2	2	1	2	2	4	/ 1
22	3	3	2	2	2	2	1	2	2	1	3	3	2
23	2	2	2	2	1	2	2	4	3	2	4	2	3
24	1	1	3	3	4	3	3	3	3	3	2	1	3
25	1	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2
26	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1
27	3	3	2	2	1	1	1	1	2	1	1	2	2
28	3	2	1	1	2	2	1	2	3	2	2	1	1
29	2	1	2	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2
30	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2
31	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	2
32	2	3	3	3	2	1	2	4	1	1	1	1	2
33	3	2	2	2	1	2	1	3	2	2	2	2	1
34	2	1	2	2	2	3	2	1	3	3	3	3	2
35	2	2	1	1	3	2	2	1	2	2	3	2	3
36	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2
37	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3
38	2	2	3	2	3	2	2	2	1	2	2	2	2

39	1	1	2	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1
40	1	2	1	2	3	2	2	2	3	2	2	2	2
41	2	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3
42	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	4	4
43	3	2	3	3	3	2	2	2	2	1	2	3	3
44	2	1	2	2	2	1	1	1	1	2	1	2	2
45	1	2	1	1	1	2	2	1	2	3	2	1	1
46	2	3	2	2	2	3	3	2	3	4	3	2	2
47	3	3	4	3	3	1	4	3	4	3	3	3	3
48	2	2	2	3	4	3	3	3	3	2	2	2	4
49	1	1	3	2	4	2	2	2	2	1	1	1	3
50	2	2	2	1	3	2	2	1	1	2	2	2	1
51	3	3	1	2	1	1	1	2	2	3	3	3	2
52	3	3	2	3	2	2	2	3	3	3	4	2	3
53	2	2	3	3	1	3	3	2	4	2	3	_ 1	4
54	1	1	3	2	2	3	4	1	3	1	2	2	3
55	2	2	2	1	3	2	3	3	2	2	1	3	2
56	3	3	1	2	3	1	2	2	1	2	2	4	1
57	2	3	2	3	2	2	1	2	2	1	3	3	2
58	1	2	2	3	1	2	2	4	3	2	4	2	3
59	2	1	3	2	4	3	3	3	3	3	2	1	3
60	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3	3	2	2
61	2	3	2	2	2	2	2	2	1	2	2	3	1
62	1	3	2	3	1	1	1	1	2	1	1	2	2
63	2	2	1	3	2	2	1	2	3	2	2	1	1
64	3	1	2	2	3	3	2	2	4	3	3	2	2
65	2	2	3	1	4	3	3	3	3	3	3	3	2
66	1	3	3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	2
67	2	3	3	3	2	1	2	4	1	1	1	1	2
68	3	2	2	4	1	2	1	3	2	2	2	2	1
69	2	1	2	3	2	3	2	1	3	3	3	3	2
70	2	2	1	2	3	2	2	1	2	2	3	2	3
71	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2
72	4	4	3	3	3	2	3	4	4	3	4	2	2
			U	· ·			U .						

LAMPIRAN 5 Kategorisasi Kepercayaan Diri Dan Penyesuaian Diri

NO	JUMLAH	KEPERCAYAAN DIRI	JUMLAH	PENYESUAIAN DIRI
1	34	TINGGI	33	TINGGI
2	26	SEDANG	35	TINGGI
3	15	RENDAH	25	SEDANG
4	21	SEDANG	16	RENDAH
5	33	TINGGI	22	SEDANG
6	45	TINGGI	34	TINGGI
7	36	TINGGI	37	TINGGI
8	24	SEDANG	28	SEDANG
9	14	RENDAH	18	RENDAH
10	24	SEDANG	19	RENDAH
11	34	TINGGI	31	TINGGI
12	36	TINGGI	38	TINGGI
13	27	SEDANG	30	SEDANG
14	20	SEDANG	22	SEDANG
15	20	SEDANG	21	RENDAH
16	29	SEDANG	25	SEDANG
17	30	SEDANG	32	SEDANG
18	24	SEDANG	32	SEDANG
19	22	RENDAH	27	SEDANG
20	27	SEDANG	26	SEDANG
21	26	SEDANG	23	SEDANG
22	30	SEDANG	26	SEDANG
23	29	SEDANG	30	SEDANG
24	26	SEDANG	29	SEDANG
25	26	SEDANG	30	SEDANG
26	25	SEDANG	24	SEDANG
27	24	SEDANG	21	RENDAH
28	22	SEDANG	21	RENDAH
29	25	SEDANG	28	SEDANG
30	26	SEDANG	34	TINGGI
31	23	SEDANG	29	SEDANG
32	25	SEDANG	24	SEDANG
33	26	SEDANG	24	RENDAH
34	24	SEDANG	27	SEDANG
35	21	SEDANG	23	SEDANG
36	35	TINGGI	34	TINGGI

37	25	SEDANG	35	TINGGI
38	14	RENDAH	24	SEDANG
39	22	SEDANG	14	RENDAH
40	34	TINGGI	23	SEDANG
41	45	TINGGI	35	TINGGI
42	37	TINGGI	38	TINGGI
43	25	SEDANG	28	SEDANG
44	15	RENDAH	18	RENDAH
45	23	SEDANG	19	RENDAH
46	35	TINGGI	31	SEDANG
47	38	TINGGI	37	TINGGI
48	29	SEDANG	31	SEDANG
49	22	SEDANG	21	RENDAH
50	20	SEDANG	20	RENDAH
51	27	SEDANG	26	SEDANG
52	29	SEDANG	33	TINGGI
53	27	SEDANG	32	SEDANG
54	25	SEDANG	26	SEDANG
55	28	SEDANG	25	SEDANG
56	25	SEDANG	24	SEDANG
57	29	SEDANG	26	SEDANG
58	30	SEDANG	30	SEDANG
59	29	SEDANG	29	SEDANG
60	28	SEDANG	30	SEDANG
61	24	SEDANG	24	SEDANG
62	25	SEDANG	20	RENDAH
63	22	SEDANG	22	SEDANG
64	25	SEDANG	29	SEDANG
65	25	SEDANG	31	SEDANG
66	22	SEDANG	27	SEDANG
67	24	SEDANG	24	SEDANG
68	25	SEDANG	26	SEDANG
69	25	SEDANG	28	SEDANG
70	21	SEDANG	24	SEDANG
71	25	SEDANG	34	TINGGI
72	28	SEDANG	38	TINGGI

LEMBAR BUKTI KONSULTASI

Nama

: Lina Indah Priyanti

NIM

: 13410028

Fakultas / Jurusan

: Psikologi / Psikologi

Judul Skripsi

:"Hubungan Antara Kepercayaan Diri Siswa Dengan

Penyesuaian Diri Siswa Kelas X di MAN 01 Kota Blitar"

Dosen Pembimbing : Dr. Iin Tri Rahavu, M.si. Psi

No	Tanggal	Pokok Bahasan	Paraf	
1		Konsultasi hasil BPS	1.	
2	23 Agustus 2017	Konsultasi revisi judul	2.	
3	06 September 2017	Konsultasi Bab 1	3.	
4	18 October 2017	Konsultasi Bab 2	4.	
5	1 November 2017	Konsultasi Bab 3	5.	
6	22 November 2017	Konsultasi Skala	6.	
7	06 Desember 2017	Konsultasi Bab 4 dan hasil penelitian	7.	
8	02 Januari 2018	Konsultasi keseluruhan Bab 1,2,3,4 dan 5	8.	

Malang, 03 Januari 2018

Dosen Pembimbing

Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Iin Tri Rahayu, M.si. Psi NIP. 197207181 99903 2 001 Dr. Ali Ridho M.Si NIP.197308162 00112 1 001