

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Setiap manusia diciptakan oleh Allah SWT dalam bentuk yang paling sempurna bila dibandingkan dengan makhluk ciptaan-Nya yang lain, hal tersebut telah tersirat dalam firman-Nya “*Sesungguhnya kami telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*” (QS. At-Tin, 95:4)¹, manusia dibekali dengan berbagai aspek termasuk didalamnya adalah kekurangan dan kelebihan yang masing-masing berbeda antara individu satu dengan individu yang lainnya, dimana mereka memiliki keinginan yang secara terus menerus untuk selalu mengembangkan segala aspek yang dimiliki dalam dirinya. Pada dasarnya setiap individu pasti menginginkan kesempurnaan dalam dirinya, baik dari segi materi, fisik, intelektual dan lain sebagainya, bila ditinjau dari sifat manusia yang selalu tidak pernah merasa puas dengan apa yang dimiliki dan yang telah didapatkannya. Bagi mereka yang tidak dapat menerima dan mensyukuri apa yang telah ia miliki didalam dirinya, kekurangan merupakan suatu pukulan yang sangat berat bagi mereka yang sangat mengidam-idamkan kesempurnaan dalam dirinya dan memungkinkan timbulnya rasa frustrasi akan kekurangan yang dimilikinya. Individu yang baik adalah mereka yang mempunyai penerimaan diri yang baik, mau menerima segala kekurangan dan kelebihan yang telah dianugerahkan kepadanya.

¹ Al-Qur'an Digital 2.1

Menerima kekurangan, memang tidaklah mudah. Bagi semua manusia bahkan lebih mudah menuliskannya daripada menerapkannya. Akan tetapi, proses belajar dan keinginan untuk berubah itu tidak boleh berhenti karena tanpa keinginan tersebut, kita tidak akan tahu dan tidak akan mampu melakukan, serta mencapai sesuatu. Belajar merupakan proses berupaya untuk dapat memahami dan menerima, termasuk belajar menerima kekurangan dan kelebihan diri, bertolak belakang dengan kekurangan, kelebihan merupakan anugerah yang akan mengisi dan melengkapi kekurangan. *“Dan Allah mengeluarkan kamu dari perut ibumu dalam keadaan tidak mengetahui sesuatupun, dan Dia memberi kamu pendengaran, penglihatan dan hati, agar kamu bersyukur” (An-Nahl:78)*². Ayat ini mengingatkan kita bahwa kekurangan dan kelebihan patut kita syukuri adanya, karena itu merupakan pemberian Allah SWT yang tidak bisa diganggu gugat adanya. Bersyukur atas keadaan yang kita terima merupakan langkah utama untuk belajar menerima diri secara utuh. Tanpa mensyukuri dan menyadari kekurangan diri, kita tidak akan benar-benar mengerti kelebihan diri.

Seseorang yang mempunyai penerimaan diri yang baik akan memiliki toleransi terhadap frustrasi akan kekurangan yang dimilikinya, dan toleransi terhadap kelemahan-kelemahan tanpa harus menjadi sedih atau marah. Individu tersebut dapat menerima dirinya sebagai seorang manusia yang memiliki kelebihan dan kelemahan. Jadi, individu yang mampu menerima

² Al-Qur'an Digital 2.1

dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan sebagaimana dirinya mampu menerima kelebihanannya.

Seseorang yang menerima dirinya akan memiliki ciri-ciri sebagai berikut; memiliki gambaran yang positif tentang dirinya, dapat mengatur dan bertoleransi dengan rasa frustrasi atau kemarahannya, mampu berinteraksi dengan orang lain tanpa memusuhi mereka apabila orang lain memberikan kritik kepadanya, dapat mengatur keadaan emosi mereka, dan mengekspresikan keyakinan dan perasaan mereka dengan mempertimbangkan perasaan dan keadaan orang lain. Penerimaan diri merupakan sikap yang mencerminkan rasa senang sehubungan dengan kenyataan dirinya. Penerimaan diri dipandang sebagai suatu keadaan dimana seseorang memiliki penghargaan yang tinggi pada dirinya sendiri. Dalam hubungannya dengan rasa percaya diri siswa, penerimaan diri dianggap sebagai variabel utama dalam proses percaya diri, oleh karena itulah maka penerimaan diri dianggap sebagai hal yang penting bagi setiap individu dalam penerimaan dirinya terhadap setiap perubahan sehingga tercapailah sebuah rasa percaya diri³.

Santrock mengatakan bahwa tanda-tanda penerimaan diri adalah sebagai berikut:

- a) Seorang yang menerima dirinya memiliki penghargaan yang realistis tentang sumber-sumber yang ada pada dirinya digabungkan dengan penghargaan tentang harga atau kebergunaan dirinya. Ia percaya akan norma-norma serta keyakinan-keyakinannya sendiri, dengan tidak menjadi

³ Hjlle, L.A dan Zielger. DJ. *Personality Theories, Basic Assumption, Research And Applications*. Singapore. 1992

budak daripada opini-opini orang lain. Ia juga memiliki pandangan yang realistis tentang keterbatasan-keterbatasannya tanpa menimbulkan tindakan menjauhi atau penolakan diri yang rasional.

- b) Individu-individu yang menerima kehadiran dirinya mengenal dan menghargai kekayaan-kekayaannya (potensi-potensi dirinya) dan bebas mengikuti perkembangannya. Mereka menyadari kekurangan-kekurangannya tanpa terus menerus menyesalinya.
- c) Ciri yang paling menonjol dari pada seseorang yang menerima dirinya adalah spontanitas dan tanggung jawabnya untuk dirinya sendiri. Mereka menerima kualitas-kualitas kemanusiaannya tanpa mempersalahkan dirinya bila terjadi hal-hal yang diluar kemampuannya untuk mengontrolnya⁴.

Komponen penerimaan diri adalah memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya dalam menjalani kehidupan, menganggap dirinya berharga sebagai seorang manusia yang sederajat dengan individu lain, menyadari dan tidak merasa malu akan keadaan dirinya, menempatkan dirinya sebagaimana manusia yang lain sehingga individu lain dapat menerima dirinya, bertanggung jawab atas segala perbuatannya, menerima pujian atau celaan atas dirinya secara objektif, mempercayai prinsip-prinsip atau batas-batas hidup tanpa harus diperbudak oleh opini individu-individu lain, tidak

⁴ Santrock. John. W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta. Erlangga.

mengingkari atau merasa bersalah atas dorongan-dorongan dan emosi-emosi yang ada pada dirinya.

Setiap individu yang mengalami masalah terkait penerimaan akan dirinya sendiri yang menyangkut berbagai aspek termasuk kelebihan dan kekurangan dalam dirinya, otomatis secara langsung maupun tidak langsung tergantung dari persepsi individu tersebut dalam memaknainya, tentu akan berpengaruh pada rasa percaya dirinya, dimana rasa percaya diri itu akan timbul dengan adanya berbagai aspek yang ada pada dirinya seiring dengan munculnya penerimaan diri. Penelitian tentang hubungan penerimaan diri dengan rasa percaya diri ini dirasa penting untuk dilakukan, karena di lokasi penelitian dirasa masih banyak yang bersangkutan dengan penerimaan diri dan percaya dirinya. Fenomena yang terjadi pada salah satu siswa kelas X SMAN 1 Grati yang diperoleh dari hasil wawancara pada saat ini, yaitu siswa yang bersangkutan menerima semua yang ada pada dirinya baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya meskipun rasa minder masih sedikit ada ketika dia bergaul dengan orang yang dirasa memiliki kelebihan yang melebihi kelebihan yang dimilikinya, sedangkan rasa percaya diri itu muncul seiring dengan penerimaan diri itu ada.

Menurut Davies dalam *torrent books* meningkatkan rasa percaya diri, percaya diri adalah yakin pada kemampuan-kemampuan sendiri, yakin pada tujuan hidupnya, dan percaya bahwa dengan akal budi orang akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan. Orang yang percaya diri mempunyai harapan-harapan yang realistis, dan mampu menerima diri serta tetap positif meskipun sebagian dari harapan-harapan itu tidak terpenuhi⁵.

⁵ Davies, Philippa. 2004. *Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Yogyakarta : Torrent Books.

Berpijak dari itu semua, dan didukung dengan visi lembaga penelitian yang bertujuan untuk menciptakan insan agamis, potensial, mandiri, dan berprestasi tingkat nasional dan internasional serta menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, aman, tertib, rapi, dan indah, hal dasar yang dibutuhkan untuk terlaksananya itu semua adalah tidak lain dengan adanya rasa percaya diri yang dimiliki oleh setiap individu yang menjalaninya, karena dengan tidak adanya individu yang tidak memiliki rasa percaya diri maka hal tersebut sangat memungkinkan untuk tidak dapat dicapai.

Rasa Percaya diri (*Self-confidence*) menurut Santrock adalah dimensi *evaluative* yang menyeluruh dari diri. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri⁶. Lautser menyatakan percaya diri 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 diri⁷.

Hakim menyebutkan bahwa orang yang memiliki rasa percaya diri adalah orang yang, selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu, mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai, kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya serta dapat berkomunikasi di

⁶ John W. Santrock (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta. Erlangga. Hal: 336

⁷ Alsa, Asmadi. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. Hal: 48

berbagai situasi, mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi, memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya, mempunyai kecerdasan yang cukup dan pendidikan formal yang cukup, mempunyai keahlian atau keterampilan yang menunjang kehidupannya, sosialnya misalnya ketrampilan berbahasa asing, memiliki kemampuan bersosialisasi terhadap lingkungan, selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup, memiliki latar belakang yang baik⁸.

Penelitian yang dilakukan Jonathan Brown dari Universitas Washington (2009), Joanne Wood dan rekan-rekan dari Amerika dan Kanada. Penelitian ini dilakukan dalam lima seri kerja riset, dengan mengamati sejumlah hampir 900 orang. Yang para peneliti lakukan adalah mengamati antisipasi umum terhadap berbagai hal yang bisa mengganggu suasana hati. Para subyek penelitian diajak untuk membaca deskripsi tertulis tentang berbagai jenis tayangan komedi. Hasilnya Mereka yang lebih percaya diri (75%) akan lebih memilih film komedi. Sedangkan hampir separuh kelompok tidak percaya diri tidak memilih film komedi. Dari sini dapat diketahui bahwa orang yang percaya diri akan berusaha melakukan sesuatu untuk menghilangkan *bad mood*-nya, bila perasaan itu muncul. Orang percaya diri lebih percaya bahwa mereka layak dan mampu untuk memiliki suasana hati yang baik.⁹

Berikut adalah hasil penelitian tentang kepercayaan diri yang telah dilakukan oleh Aziza Fitriah (2007) tentang hubungan antara kepercayaan diri

⁸ Hakim, Thursan, 2002, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, Jakarta: Puspa Swara

⁹ Kompas. Com. 2009. *Dipetik pada tanggal 12 Juni 2013*.

terhadap penyesuaian sosial remaja di Kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang. Dari hasil uji hipotesis dapat diperoleh hasil bahwa antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja mempunyai hubungan yang signifikan ($r_{xy} = 0,467$; $sig = 0,000 < 0,05$). Dengan kata lain semakin tinggi kepercayaan diri remaja maka semakin mudah pula remaja melakukan penyesuaian sosial terhadap lingkungan sosial di sekitar mereka.¹⁰

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mustofa Rifki (2008) Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data pada hasil penelitian tersebut tentang pengaruh rasa percaya diri terhadap prestasi belajar siswa di SMA Islam Ma'arif Singosari Malang diperoleh hasil bahwa ada pengaruh yang positif atau signifikan antara rasa percaya diri terhadap prestasi belajar siswa yang ditunjukkan dengan t hitung = 3,15 dan t tabel = 1,99 maka t hitung $>$ t tabel. Sedang nilai R Square sebesar 0,113 berarti bahwa variabel bebas percaya diri (X) mampu menerangkan variabel terikat prestasi belajar (Y) sebesar 11,3 % sedangkan sisanya sebesar 88,7 % dipengaruhi oleh variabel lain di luar penelitian.¹¹

Berikut adalah hasil penelitian tentang penerimaan diri yang telah dilakukan oleh Alin Riwayati (2010) yaitu hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri pada orang tua yang memasuki masa lansia. Dalam penelitian ini bersifat positif dan signifikan antara penerimaan diri dengan tingkat kebermaknaan hidup pada orang tua yang memasuki masa lansia. Semakin tinggi

¹⁰ Fitriah, Azizah. 2007. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Di Kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang*. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang.

¹¹ Rifki, Mustofa. 2008. *Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di SMA Islam Maarif Singosari Malang*. Skripsi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

kebermaknaan hidupnya maka semakin tinggi pula penerimaan dirinya, demikian juga sebaliknya. Melalui analisis data yang dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment*, diperoleh hasil $r_{xy} = 0.976$ $p = 0.000$ ($p < 0,50$) yang berarti terdapat hubungan kebermaknaan hidup dengan penerimaan diri pada orang yang memasuki masa lansia di Desa Kalipakem Kecamatan Donomulyo Malang. Dengan taraf koefisiensi 0.01.¹²

Dalam hubungannya dengan penerimaan diri, rasa percaya diri dianggap sebagai variabel akibat dari penerimaan diri, oleh karena itulah maka penerimaan diri dianggap sebagai hal yang penting bagi setiap individu dalam melakukan penyesuaian diri terhadap setiap perubahan, yang berdampak pada rasa percaya dirinya. Penerimaan diri mengandung arti kepuasan yang penuh cinta kasih terhadap dirinya sendiri, menjadi saya apa adanya adalah penerimaan untuk menjadi lebih baik atau lebih buruk.

Berikut adalah beberapa fenomena penerimaan diri dan rasa percaya diri yang diperoleh peneliti berdasarkan pengumpulan data ketika wawancara di lapangan.

Terkait dengan penerimaan diri pada salah seorang siswa kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan, mengatakan bahwa dia merasa senang dan tidak terlalu mempermasalahkan apa yang telah dimilikinya atas pemberian dari Allah SWT, baik kelebihan maupun kekurangannya, dia bersyukur atas segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, dia tidak pernah menghiraukan

¹² Riwayati, Alin. 2010. *Hubungan Kebermaknaan Hidup Dengan Penerimaan Diri Pada Orang Tua Yang Memasuki Masa Lansia. Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang

apa kata orang tentang dirinya, yang penting dia bisa hidup normal dan bahagia dengan segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya. Dari obrolan yang dijalani oleh peneliti dengan beberapa siswa melalui media pertemanan yang disediakan oleh *fendor smartphone android* yaitu *WeChat*, sekilas terlihat bahwa penerimaan diri siswa yang bersangkutan relatif tinggi. Namun berkenaan dengan rasa percaya dirinya bisa dikatakan relatif rendah, meskipun siswa yang bersangkutan mengatakan menerima segala apa yang ada pada dirinya baik kelebihan maupun kekurangannya, akan tetapi siswa yang bersangkutan masih memiliki sedikit rasa minder apabila siswa yang bersangkutan bergaul dengan orang yang dirasa mempunyai kelebihan-kelebihan yang dirasa melebihi kelebihan yang dimilikinya, hal tersebut mengindikasikan bahwa rasa percaya diri yang dimilikinya sedikit terkikis dengan apa yang dialaminya.

Berkenaan dengan hubungan antara penerimaan diri dengan rasa percaya diri diatas seperti yang dijelaskan diatas secara lebih lanjut akan diteliti di SMAN 1 Grati yang mengambil populasi hanya pada kelas X saja dengan jumlah 340 orang siswa, dengan mengambil sampel lebih dari 25% dari populasi yang ada, yaitu sebanyak 117 Orang siswa.

Dalam mengungkap hubungan antara keduanya akan diteliti dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana dari penelitian ini akan diketahui seberapa besar atau kecilnya penerimaan diri siswa kelas X SMAN 1 Grati sehingga berpengaruh pada rasa percaya dirinya saat ini. Dalam penelitian ini tidak menggunakan metode eksperimen melainkan *non*

eksperimen yaitu data yang diperoleh langsung berdasarkan ciri-ciri yang telah dimiliki oleh subjek dan tidak melakukan perlakuan pada diri subjek penelitian.

Berpijak dari uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan tema : **Hubungan Penerimaan Diri dengan Rasa Percaya Diri Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Grati Pasuruan.**

B. RUMUSAN MASALAH

1. Bagaimana tingkat penerimaan diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati?
2. Bagaimana tingkat rasa percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati?
3. Adakah hubungan antara penerimaan diri dengan rasa percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati?

C. TUJUAN

1. Untuk mengetahui tingkat penerimaan diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati.
2. Untuk mengetahui tingkat percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati.
3. Untuk mengetahui hubungan antara penerimaan diri dengan rasa percaya diri pada siswa kelas X SMAN 1 Grati.

D. MANFAAT PENELITIAN

Secara umum hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi semua hal yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan. Manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini diantaranya adalah:

1. Penelitian ini akan memperluas pemahaman sekaligus memperkaya pengalaman penulis di bidang ilmu psikologi, khususnya yang berkaitan dengan hubungan penerimaan diri dengan rasa percaya diri pada siswa.
2. Penelitian ini diharapkan dapat membantu subyek dalam memberikan pemahaman baru tentang makna hidup dan penerimaan diri sehingga subyek dapat mensyukuri hidup dan anugerah yang telah diberikan oleh Tuhan.
3. Penelitian ini dapat dijadikan salah satu sumber informasi mengenai masalah-masalah yang berkaitan dengan tema yang dikaji. Dengan penelitian ini juga dapat diharapkan dapat dilakukan satu perlakuan yang tepat yang sesuai dengan keadaan yang sebenarnya

