

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
PENYESUAIAN SOSIAL MAHASISWA DI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

**DWI SAFITRI
NIM : 06410012**



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2010**

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
PENYESUAIAN SOSIAL MAHASISWA DI FAKULTAS
PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Maulana
Malik Ibrahim Malang Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam
Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Oleh:

DWI SAFITRI
NIM : 06410012



**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2010

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
SOSIAL MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI (UIN) MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

DWI SAFITRI
NIM : 06410012

Telah Disetujui Oleh:
Dosen pembimbing,

Dra. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 19671029 1194032001

Tanggal 8 April 2010
Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550 7171982031005

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN
SOSIAL MAHASISWA DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS
ISLAM NEGERI (UIN) MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Oleh:

DWI SAFITRI
NIM : 06410012

Telah Dipertahankan Di Depan Dewan Penguji Dan Dinyatakan Diterima Sebagai
Salah Satu Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana Psikologi (S. Psi)

Tanggal 19 April 2010

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

TANDA TANGAN

1. Aris Yuana Yusuf, Lc, M.A.(Ketua Penguji)
NIP. 19730709 200003 1 002

2. Dra.Siti Mahmudah, M. Si (Sekretaris/Pembimbing)
NIP. 19671029 119403 2 001

3. Drs.H. Yahya, M.A (Penguji Utama)
NIP. 19660518 199103 1 004

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550 7171982031005

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dwi Safitri

NIM : 06410012

Fakultas : Psikologi

Judul : Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial
Mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya saya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah saya sebutkan sembarinya.

Demikian surat ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya siap menerima sanksi akademis.

Malang 8 April 2010

Yang Menyatakan,

Dwi Safitri

MOTTO

وَأَعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ

**“SEMBAHLAH TUHANMU SEHINGGA DATANG
KEPADAMU KEYAKINAN”**

PERSEMBAHAN

Dengan ketulusan hati kupersembahkan skripsi ini untuk orang-orang yang senantiasa mewarnai hari-hariku di sepanjang perjalanan hidupku.

Ya Allah terimakasih Engkau telah hadirkan orang-orang disekelilingku yang senantiasa memberikan cinta, kasih sayang, perhatian tulus, dukungan, nasehat yang tiada henti, kepadanyalah kupersembahkan skripsi ini. Teriring doa semoga kebbaikannya Engkau balas dengan kebaikan yang berlimpah.

Aku Persembahkan Karya ini untuk Bapakku dan Ibuku (Alm) yang tiada henti memberikan kasih sayang, cinta dan do'a-do'anya yang dapat menguatkan segala langkah dalam hidupku.

Untuk mas Hafid dan mbak Lulung tersayang yang senantiasa merawat dan menyayangiku dengan sepenuh hati, tanpa kalian berdua penulis tidak akan pernah menyelesaikan penelitian ini.

Untuk mas Ale yang selalu memberikan motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

Taklupa untuk sahabat-sahabatku senasip seperjuangan Di'e, Men, Ripe, Mahget yang selalu memberikan perhatian dan semangat untuk menyelesaikan penelitian ini.

Semoga Allah Memberkahi Hidup Kita Semua

Amiiinnnnnn.....

KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Wr. Wb

Puji Syukur kami haturkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberi rahmat dan karunia-NYA. Sehingga pada kesempatan ini penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi dengan judul hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

Dengan kerendahan hati, penulis menyadari sepenuhnya akan kemampuan dan kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulisan ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, saran serta motivasi semua pihak baik langsung maupun tidak langsung dalam membantu penyusunan skripsi ini.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih dengan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. H. Imam Suprayogo, selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maliki Malang.
2. Bapak Dr. H. Mulyadi M. Pd. I selaku Dekan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.
3. Ibu Dra. Siti Mahmudah, M. Si selaku dosen pembimbing terima kasih telah meluangkan waktu di tengah kesibukannya untuk membimbing dan memberikan banyak ilmu kepada penulis.
4. Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang angkatan 2007-2009 yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini.
5. Kedua orang tuaku, Bapak dan Ibu (Alm) yang senantiasa memberikan do'a dan kasih sayang yang tiada henti. Serta mas Hafid dan mbak Lulung yang selalu memotivasi penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.
6. Seluruh Dosen Fakultas psikologi UIN Maliki Malang yang telah mendidik, membimbing serta mengajarkan tentang banyak hal kepada penulis selama proses belajar.
7. Seluruh staf administrasi dan karyawan Fakultas psikologi UIN Maliki Malang terima kasih atas segala bantuannya.

8. Teman-temanku tersayang Di'e, Ripe, Men, Mahget, Alin, Galuh, Tata' yang selalu menyemangatiku untuk segera menyelesaikan karya ini. Terima kasih atas semua bantuan, support serta perhatiannya.
9. Teman-teman kost Gapika, Iin, Umi, Izah, Miftah, Olid dan Ziah terima kasih atas semua bantuannya dan dukungan serta keceriaan yang telah diberikan selama ini.
10. Terimakasih banyak untuk mbak Nura yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis.
11. Semua teman-teman angkatan 2006 yang telah memberikan warna-warni pada masa kuliah di UIN Maliki Malang.
12. Semua crew Ukm Radio Simfoni Fm tercinta terima kasih atas dukungannya, Teeta, Fatir, Ogie, Ricky, Harry, Jenny, Ime, Mitha, Amy, Septi, Nuris, Azka, Niken, Ata, Kya, Rara, Sessy dan crew yang lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, Salam Piss & Kreasi.

Dan semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak langsung, semoga Allah membalas amal kebaikan anda semua.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini banyak kekurangan mengingat terbatasnya ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh penulis. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini. Harapan penulis mudah-mudahan skripsi yang sederhana ini dapat bermanfaat bagi siapa saja.

Wassalamualaikum Wr. Wb

Malang, 8 April 2010

Penulis,

Dwi Safitri

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan	ii
Lembar Pengesahan.....	iii
Surat Pernyataan	iv
Motto.....	v
Persembahan	vi
Kata Pengantar	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel.....	xi
Abstrak	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	10
C. Tujuan Penelitian	11
D. Manfaat Penelitian	11
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Kepercayaan Diri.....	13
1. Pengertian Kepercayaan Diri	13
2. Ciri-ciri Kepercayaan Diri.....	15
3. Bentuk-bentuk Kepercayaan Diri.....	19
4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri	22
5. Kepercayaan Diri Perspektif Islam	23
B. Penyesuaian Sosial	27
1. Pengertian Penyesuaian Sosial.....	27
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial	29
3. Kriteria Penyesuaian Sosial.....	30
4. Penyesuaian Sosial Perspektif Islam.....	33
C. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial	36
D. Hipotesis.....	44

BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Rancangan Penelitian.....	45
B. Identifikasi Variabel.....	46
C. Definisi Operasional.....	46
D. Populasi dan Sampel.....	47
E. Metode Pengumpulan Data.....	50
F. Instrumen Penelitian.....	52
G. Prosedur Penelitian.....	61
H. Validitas dan Reliabilitas.....	62
I. Metode Analisis Data.....	64
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Gambaran Umum Objek Penelitian.....	68
1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang	68
2. Visi dan Misi Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang.....	69
3. Tujuan Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang	69
B. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	70
1. Uji Validitas.....	70
2. Uji Reliabilitas.....	74
C. Analisis Deskripsi Data Hasil Penelitian.....	75
1. Analisis Data Kepercayaan Diri.....	75
2. Analisis Data Penyesuaian Sosial.....	77
3. Hasil Uji Hipotesis.....	79
D. Pembahasan.....	80
BAB V PENUTUP	94
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	95

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Populasi Penelitian.....	48
Tabel 2 Sampel Penelitian.....	49
Tabel 3 Skor Skala Likert	53
Tabel 4 <i>Blue Print</i> Kepercayaan Diri.....	57
Tabel 5 <i>Blue Print</i> Penyesuaian Sosial	60
Tabel 6 Kategori Distribusi Normal.....	66
Tabel 7 Taraf Signifikan	67
Tabel 8 Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri	72
Tabel 9 Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Sosial	73
Tabel 10 Koefisien Reliabilitas.....	74
Tabel 11 Hasil Kategori Kategori Norma Kepercayaan Diri.....	76
Tabel 12 Hasil Kategori Kategori Norma Penyesuaian Sosial	78
Tabel 13 Hasil Korelasi.....	79
Tabel 14 Perincian Hasil Korelasi.....	80

ABSTRAK

Safitri, Dwi. 2010. *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi, Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Pembimbing: Dra. Siti Mahmudah, M. Si.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Penyesuaian Sosial.

Perkembangan remaja banyak mengalami masa peralihan dari kanak-kanak ke masa remaja. Sama halnya dengan mahasiswa Fakultas Psikologi. Lingkungan baru bagi mereka merupakan sebuah stimulus yang terkadang mampu menjadi penyebab terjadinya kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya karena kepercayaan diri yang kurang. lingkungan Perguruan Tinggi memiliki karakteristik yang berbeda dengan Sekolah Menengah Atas (SMA). Untuk menghadapi lingkungan baru ini, mahasiswa membutuhkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Sehingga dengan modal tersebut, mahasiswa dapat beraktivitas dalam menjalankan tugas-tugas di Perguruan Tinggi dengan baik. Permasalahan yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi adalah adanya kepercayaan diri yang cukup akan tetapi ia tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa, untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa.

Kepercayaan diri adalah sikap yakin terhadap kemampuan diri sendiri, orang yang mempunyai sikap percaya diri maka dia dapat melaksanakan semua hal yang sesuai dengan keinginannya serta hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya Lauster (dalam Asmadi Alsa, 2006:48). Penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya (Hurlock, 1978:287).

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Penelitian dilaksanakan di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, dengan jumlah populasi 466 mahasiswa dan jumlah sampel 93 mahasiswa, pengambilan sampel dengan cara random atau acak jenis undian atau untung-untungan, data pendukung dalam penelitian ini diperoleh melalui observasi, wawancara, dokumentasi dan alat ukur psikologi. Alat ukur psikologi yang digunakan sebagai pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala Likert, skala yang digunakan ada 2 yaitu skala kepercayaan diri 40 aitem dan skala penyesuaian sosial 44 aitem. Metode analisis data dilakukan dengan teknik korelasi *Product Moment* Karl Pearson dengan menggunakan bantuan SPSS 15.0 *for windows*.

Dari hasil analisis menunjukkan tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa dalam kategori sedang dengan prosentase 48% untuk kepercayaan diri dan 46% untuk penyesuaian sosial. 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.

ABSTRACT

Safitri, Dwi. 2010. *Relation between Self Confidence and Students Social Adaptation in Faculty of Psychology, UIN Maulana Malik Ibrahim of Malang*. Advisor: Dra. Siti Mahmudah, M.Si.

Keywords: Self Confidence, Social Adaptation

Adolescent development excessively experiences transition phase from children to adolescent. It is same as the students of Faculty of Psychology. For them, a new environment is a stimulus which sometimes becomes causes of difficulties happen in adapting to their social environment because of the less self confidence. A college environment has differences from Senior High School (SMA). To face this new environment, they need the self confidence and the ability for adapting to their social environment. So, they can do their activities in finishing their assignments in the college well. Problems occur to the students are the less self confidence that causes less social adaptation and the self confidence that causes them not able to adapt to their social environment. The objectives of the study are to know the degree of the students' self confidence and their social adaptation, and to know the relation between the self confidence and the students social adaptation.

The self confidence is a confidence attitude to the self ability. If person has self confidence, he can do everything after his fancy, warmly, and politely in doing interaction with his social environment, Laster (in Asmadi Alsa, 2006:48). The social adaptation is an achievement for self adaptation to other generally and particularly to his environment.

The method of the study is quantitative approach. The study was done in the Faculty of Psychology, UIN Maliki of Malang which the population is 466 students and the sample is 93 students. The sample was taken by random sampling. The supporting data was gained from observation, interview, documentation, and psychology measuring instrument. The psychology measuring instrument is Likert scale where there are two scales, 40 items of the self confidence scale and 44 items of the social adaptation scale. Data analysis method is Product Moment correlation technique of Karl Pearson that was supported by SPSS 15.0 for windows.

From the analysis, it shows that the degree of the self confidence and the students social adaptation is in medium category with its percentage is 48% for

the self confidence and 46% for the students social adaptation. Based on data analysis using Product Moment correlation, the result is $r = 0.398$ and $p = 0.000$. It means that there is significant relation between the self confidence and the students social adaptation. When the students' self confidence is higher, the social adaptation is higher too.

المستخلص البحث

سافترى، دوى. 2010. العلاقة بين الإعتماد على النفس و تنسيق إجتماعي الطلاب في كلية العلوم النفس الجامعة الإسلامية مولانا ملك إبراهيم مالانج. البحث العلمي، كلية العلوم النفس الجامعة الإسلامية مولانا ملك إبراهيم مالانج. المشرف: ستي محمودة الماجستير.

الكلمة الرئيسية: الإعتماد على النفس، تنسيق الإجتماعي.

كان في تطور البكر دورَ التحويل من الطفل إلى البكر. سواء كان بطلاب كلية العلوم النفس. البيئة الجديدة تصور التنبيه لهم التي تستطيع أن تسبب ظهور الصعوبة في تنسيق النفس مع إجتماعهم لأن قليل الإعتماد على أنفسهم. بيئة الجامعة لها حصة التي يختلف بالمدرسة). وليواجه هذا البيئة الجديدة، يحتاج الطلاب على الإعتماد على النفس وقدره SMA الثناوية (لتنسيق في بيئة إجتماعيهم. فبذلك الزواد، يستطيع الطلاب أن ينشطوا ويسير الوظائف الجامعة بالجيّد. المشكلات على جمع الطلاب في كلية العلوم النفس هو قليل الإعتماد على النفس الذي يسبب على منخفض في تنسيق الإجتماعي وكان الإعتماد على النفس ولكنهم لا يستطيعون أن يناسبوا بيئة الإجتماعيهم. الأهداف من هذا البحث هو: لمعرفة درجة الإعتماد على النفس، لمعرفة درجة تنسيق إجتماعي الطلاب، لمعرفة العلاقة بين الإعتماد على النفس و تنسيق إجتماعي الطلاب.

الإعتماد على النفس هو الاعتقاد على استطاعة النفس، الشخص لديه الإعتماد على Lauster النفس فيستطيع أن ينفذ كل أشياء كإشتهائه و ستكون معاشرته مع مجتمعه بالتهذيب

(في أسمادى ألسى، 2006: 48). تنسيق الإجتماعي كمثل حصول الشخص لناسق بنفسه
(1978: 287) Hurlock على الأخرى عموما وعلى فرقته خصوصا.)

(. أقم هذا البحث في كلية *quantitatif* إن هذا البحث يستعمل دراسة الكمية)
العلوم النفس الجامعة الإسلامية مولانا ملك إبراهيم مالانج، بعدد 466 السكان من الطلاب
وبعدد 93 عينة من الطلاب، أخذ العينة بطريقة حُرَافِيَّ وعشوائيَّ، البيانات العاضدة في هذا
البحث تحصله بمراقبة، ومقابلة، والتوثيق، ومقياس علوم النفس. والمقياس الذي يستعمله لجمع
، كان مقياسان، هما: مقياس الإعتماد على النفس يتكون من 40 *Likert* البيانات هو مقياس
مقياس، ومقياس تنسيق إجتماعي يتكون من 44 مقياس. ويستعمل الباحث في تحليل البيانات
SPSS 15.0 for windows كرل بيرسون بمساعدة *Product Moment* بطريقة علاقة

ومن نتائج البحث، كان درجة الإعتماد على النفس وتنسيق إجتماعي الطلاب في الطبقة
المتوسطة بنسبة مئوية 48% لإعتماد على النفس و46% لتنسيق إجتماعي. واعتمادا على تحليل
. وهذا يدل كان العلاقة $p = 0,000$ و $r = 0,398$ ينتج *Product Moment* البيانات بطريقة علاقة
التي ذومعنى بين الإعتماد على النفس وتنسيق إجتماعي، إذا كان الإعتماد على نفس الطلاب
عاليا فكان تنسيق إجتماعي عاليا.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa sebagai makhluk sosial yang hidup berkelompok diharapkan dapat berinteraksi dengan orang lain agar dapat dikatakan sebagai mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangan usianya. Fenomena yang terjadi di Perguruan Tinggi terutama di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang adalah dengan adanya beberapa mahasiswa Psikologi yang sudah merasa percaya diri, mereka percaya pada kemampuan sendiri dalam menyelesaikan masalah ataupun mengerjakan tugas kuliah. Mereka juga sudah bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain, serta adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan.

Yang menarik disini adalah walaupun mahasiswa tersebut sudah mempunyai kepercayaan diri yang cukup namun mereka tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Mereka cenderung menyendiri, kemanapun mereka pergi selalu sendiri karena merasa tidak ada yang mau berteman

dengannya, mereka sangat kesulitan dalam memilih teman baru, tidak cocok dengan lingkungannya dan teman baru di lingkungan belajar yang berbeda pada saat di Sekolah Menengah Atas (SMA). Mereka juga tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok, baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Mereka tidak bisa bekerjasama dengan kelompok dan merasa tidak puas dengan kondisi dilingkungan sosialnya. Dengan kondisi seperti itu maka mereka menjadi malas untuk mengawali pembicaraan dengan teman-temannya, bahkan mereka tidak mempunyai teman dekat yang biasanya dimiliki oleh remaja-remaja yang lain serta menjadi penghambat proses belajarnya.

Seorang mahasiswa yang berhasil dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya maka mereka cenderung menjadi mahasiswa yang mudah bergaul, lebih hangat, dan terbuka menghadapi orang lain dalam situasi apapun. Dengan tahap perkembangan yang baik, remaja akan cenderung menjadi individu yang mudah bergaul dengan memiliki kepercayaan diri dan sikap terbuka dalam kehidupan sosialnya.

Namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan baik. Hal ini kemudian menimbulkan berbagai hambatan dalam penyesuaian sosial dengan lingkungan baru. Setiap individu melakukan penyesuaian-penyesuaian dalam setiap tahap perkembangannya. Pada tahap remaja individu mengalami perubahan yang hebat karena merupakan masa peralihan dari kanak-kanak menuju remaja, khususnya pada awal pubertas. Perubahan itu meliputi perubahan jasmani, kepribadian, intelek serta peranan di

dalam maupun di luar lingkungan. Sedangkan tipe kepribadian remaja itu berbeda-beda karena adanya *individual differences* yang membedakan pula respon remaja terhadap lingkungan. Penyesuaian sosial merupakan salah satu persyaratan penting bagi terciptanya kesehatan jiwa dan mental individu.

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang sangat sulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. Mahasiswa harus menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan di Perguruan Tinggi. Untuk mencapai tujuan dari pola sosialisasi dewasa, mahasiswa harus membuat penyesuaian-penyesuaian baru. Yang terpenting dan tersulit adalah penyesuaian diri dengan meningkatnya pengaruh kelompok sebaya, perubahan dalam perilaku sosial yang baru, nilai-nilai baru dalam seleksi persahabatan, nilai-nilai baru dalam dukungan dan penolakan sosial.¹

Sedangkan Hurlock mengatakan bahwa pada masa remaja akan muncul keprihatinan perubahan fisiknya. Dia mengatakan bahwa hanya sedikit remaja yang mengalami *karteksis* atau merasa tidak puas dengan bentuk tubuhnya. Ketidakpuasan hanya dialami beberapa bagian tubuh tertentu dan hal ini kebanyakan dialami oleh remaja yang memiliki kurang percaya diri. Kegagalan mengalami *karteksis* tubuh menjadi salah satu penyebab timbulnya konsep diri yang kurang baik, kurang harga diri dan kurang percaya diri selama masa remaja.²

Fenomena yang terjadi dalam penyesuaian sosial remaja dengan teman sebaya, kelompok sosial dan lingkungan masyarakat, dalam pertumbuhan remaja

¹ Hurlock, B.Elizabeth. 1980. *Pikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga. Hal. 213.

² Ibid. hal. 211-212.

akan menunjukkan adanya penilaian pada diri remaja maupun orang lain. Misalnya remaja yang merasa kulit tubuhnya hitam maka dia akan merasa tidak percaya diri dapat menjadikan penyesuaian sosialnya menjadi buruk. Karena dalam menghadapi penyesuaian sosial sangat dibutuhkan kepercayaan diri untuk berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Apabila remaja tersebut dapat melakukan penyesuaian sosial dengan baik terhadap perubahan-perubahan pada dirinya seperti dapat menerima kelemahan dan kekurangan dan mempunyai modal atau dasar yang baik menuju keberhasilan pada masa selanjutnya.³

Kesulitan dalam penyesuaian sosial kecenderungan berasal dari bawaan yang dapat menimbulkan kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan harapan sosial. Seorang mahasiswa yang telah dibentuk untuk menyesuaikan diri dengan suatu kelompok budaya mungkin mengalami kesulitan apabila berpindah ke kelompok lain. Penyesuaian sosial menjadi sulit bila mahasiswa tidak menyetujui harapan kelompok, secara normal penyesuaian terhadap kelompok sosial semakin besar dengan meningkatnya usia seseorang.⁴

Penyesuaian sosial yang baik ditandai dengan adanya ciri-ciri melalui sikap dan tingkah laku yang nyata, dapat menyesuaikan diri dengan setiap kelompok yang dimasukinya. Pada penyesuaian diri yang baik seorang mahasiswa memperhatikan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, serta dapat menerima kelemahan dan kekurangan diri sendiri atau orang lain. Sedangkan penyesuaian sosial yang buruk dapat ditandai dengan adanya sifat egoisentris

³ Ibid. hal. 211-212.

⁴ Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga. Hal. 255.

yang berarti mahasiswa tidak dapat bersosialisasi dengan orang lain dan mahasiswa hanya mementingkan dirinya sendiri, cenderung menutup diri dan tidak mau membuka diri dengan orang lain untuk menjadi temannya, bahkan mahasiswa cenderung menutup diri bagi orang lain yang ingin mencoba masuk dalam hidupnya. Selain itu mahasiswa tersebut juga mengalami hambatan dalam menjalin hubungan dengan orang lain.⁵

Pada fase remaja merupakan fase peralihan seorang individu dari masa kanak-kanak menuju fase kedewasaan. Pada masa ini pula seorang individu mengalami pertumbuhan secara cepat, baik secara fisik, psikis dan sosial. Masa remaja ini merupakan masa yang labil bagi seorang anak manusia, masa untuk pencarian jati diri seorang individu untuk menuju masa dewasa. Pada fase peralihan ini dalam pencarian jati diri seorang remaja harus mempunyai kepercayaan diri yang baik, kepercayaan diri menjalankan tugas-tugas perkembangannya dan proses penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya baik itu sebaya ataupun orang-orang yang ada di sekitarnya.

Jika mahasiswa tidak dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya serta mengalami penyesuaian sosial yang berlebihan. Maka kedua hal itu berbahaya bagi penyesuaian pribadi dan sosial yang baik. Mahasiswa yang tidak menyesuaikan diri dengan pola perilaku yang diterima kelompok akan terbuang atau tersingkir dari hubungan sosial. Akibatnya mereka tidak hanya terlantar dalam hal kepuasan menjadi anggota suatu kelompok, tetapi mereka juga

⁵ Ibid. hal. 286.

tidak berkesempatan mempelajari pengalaman yang hanya dapat diperoleh dari keanggotaan kelompok.⁶

Proses dalam mencapai penyesuaian sosial secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain, dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian.⁷ Salah satu faktor yang perlu dikembangkan apabila mahasiswa tersebut ingin melakukan interaksi dengan lingkungan sosialnya adalah kepercayaan diri, karena dengan adanya kepercayaan diri akan membuat mahasiswa tersebut berhasil dalam menjalani suatu proses penyesuaian sosial, meskipun masih banyak lagi faktor-faktor yang mendukung lainnya.⁸

Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan. Dalam penyesuaian dengan lingkungan sosialnya di mana akan terjalin hubungan dengan orang lain yang meliputi hubungan dengan masyarakat, hubungan dengan teman sebaya dan hubungan dengan keluarga. Dalam hubungan orang lain sikap sabar dan dapat mengendalikan amarah serta pemaaf merupakan sikap sosial yang baik. Orang yang melakukan penyesuaian sosial dengan baik adalah melakukan cara-cara bergaul dengan lebih sopan santun, ramah tamah dan menggembarakan pergaulan.⁹

⁶ Ibid. hal. 276.

⁷ Moh Ali. 2009. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara. Hal. 178.

⁸ Hambly, Kenneth. 1995. *Bagaimana Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta. Arcan. Hal. 4.

⁹ Ibid. hal. 4.

Mahasiswa membutuhkan kepercayaan diri untuk melakukan penyesuaian sosial, karena perkembangan remaja mengalami banyak peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Sama halnya dengan mahasiswa Fakultas Psikologi, lingkungan baru bagi mereka merupakan sebuah stimulus yang terkadang mampu menjadi penyebab terjadinya kesulitan dalam menyesuaikan diri karena kepercayaan diri yang kurang. Begitu pula dengan mahasiswa yang baru mengenal lingkungan Perguruan Tinggi, di mana lingkungan ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan Sekolah Menengah Atas (SMA).

Untuk menghadapi lingkungan baru ini, mahasiswa membutuhkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Sehingga dengan modal tersebut, mahasiswa dapat beraktivitas dalam menjalankan tugas-tugas di Perguruan Tinggi dengan baik. Menjadi mahasiswa pasti tetap mempunyai kendala dalam pelaksanaannya, suatu perubahan mendasar yang tiba-tiba yaitu dengan adanya lingkungan baru, teman baru dari berbagai kalangan yang bervariasi.

Kepercayaan diri adalah sikap bebas merdeka, tidak mementingkan diri sendiri, toleran dan memiliki ambisi. Jadi orang yang sangat percaya diri, dia yakin akan kemandiriannya, karena ia cukup yakin pada dirinya, dia tidak akan secara berlebihan mementingkan dirinya sendiri yang akan mengarah ke congkak, cukup toleran dan selalu optimis. Tidak perlu baginya untuk melakukan kompensasi dari keterbatasannya.¹⁰

Sebagian besar rendahnya kepercayaan diri mahasiswa hanya menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara. Tetapi bagi beberapa mahasiswa, rendahnya kepercayaan diri bisa menyebabkan depresi,

¹⁰ Kumara, Amitya (1988). *Studi Pendahuluan Tentang Validitas dan Reliabilitas The Test Self Confidence*. Yogyakarta:Universitas Gajah Mada. Hal. 8.

bunuh diri, anoreksia nervosa, delinkuensi, dan sejumlah penyesuaian sosial lainnya. Oleh karena itu, kepercayaan diri itu haruslah dipupuk sejak masa kanak-kanak karena masa kanak-kanak mempunyai andil yang besar dalam perkembangan kepercayaan diri. Kepercayaan diri bersifat individual, artinya setiap individu mempunyai ukuran percaya diri yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut ditentukan oleh pengalaman masa lampau yang terdiri dari keberhasilan atau kegagalan individu dalam menjalani kehidupannya.¹¹

Mahasiswa yang percaya diri merasa bebas untuk melakukan tindakan atau sikap apapun, tanpa ada rasa minder terhadap orang lain, sehingga dia akan mudah mengalami kemajuan dan mudah mendapatkan keberhasilan. Mahasiswa yang mempunyai kepercayaan diri tidak memerlukan dorongan orang lain sebagai standar karena sudah dapat menentukan standar sendiri dan selalu mengembangkan motivasi dalam meraih kesuksesan dalam hidupnya, dan berperilaku seperti apa yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil yang diharapkan, sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, serta tidak merasa cemas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya, memiliki dorongan prestasi serta mengenal kelebihan dan kekurangannya.¹²

Ciri-ciri orang yang percaya diri menurut Lauster, kepercayaan diri mengacu pada suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Selain itu mahasiswa yang percaya diri

¹¹ Santrock. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga. Hal. 339.

¹² Uqshari. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta. Gema Insani. Hal. 10

dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri sendiri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain, dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil. Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri, serta adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa minder yang menghambat pengungkapan tersebut.¹³

Sebagai mahasiswa seharusnya dituntut aktif dalam berkomunikasi dan percaya diri dalam mengeluarkan pendapatnya, serta setiap hari harus dapat berkomponen dengan teman-teman di sekitarnya dan dengan lingkungan sosialnya. Lauster menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan untuk berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangannya.¹⁴

Sudah dilakukan beberapa penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Astrid Soffia S (2008), dengan judul hubungan antara konsep diri dengan penyesuaian sosial pada remaja penderita hemofilia. Bahwasannya ada hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan penyesuaian sosial pada remaja penderita

¹³ Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. No.1. 47-58. Hal. 48

¹⁴ Fasikhah, S.S. 1994. *Peranan Kompetensi Sosial Pada T.L Koping Remaja Akhir*. Tesis. Yogyakarta. Program P.S UGM Yogyakarta.

hemofilia. dan didukung pula oleh Hanggara Budi Utomo (2007). Dengan judul Hubungan antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja dengan hasil akhir terdapat hubungan yang positif antara kematangan emosi dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada remaja.

Dengan adanya fenomena yang terjadi pada mahasiswa semester II, semester IV, dan Semester VI Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang, peneliti ingin mendapatkan bukti empiris tentang sejauh mana hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang.

B. Rumusan Masalah

Dalam suatu penelitian masalah yang akan dibahas atau diteliti perlu ditetapkan dan dirumuskan terlebih dahulu. Hal ini merupakan langkah yang sangat menentukan sekali dalam penelitian itu sendiri. Dari uraian diatas dapat diketahui pokok permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini, maka peneliti dalam pembahasan tentang hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang?
2. Bagaimana tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang?
3. Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian merupakan acuan bagi seseorang dalam melakukan penelitian karena dengan adanya tujuan akan dapat memberikan arah dan tindakan yang tepat dalam melaksanakan kegiatan penelitian. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.
3. Untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

D. Manfaat Penelitian

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. Kegunaan Secara Teoritis

Hasil dari penelitian ini secara teoritis dapat dijadikan sebagai pengembangan studi psikologi. Khususnya dalam rangka pengembangan ilmu pendidikan dan dalam bidang keilmuan psikologi perkembangan.

2. Kegunaan Secara Praktis

Secara praktik penelitian ini ingin mengungkapkan tentang korelasi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Dan penelitian ini mungkin bisa memberikan kontribusi yang nyata pada dunia pendidikan. Khususnya dapat mendorong mahasiswa psikologi untuk lebih percaya diri dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dimanapun individu berada. Serta bagi orang tua dapat memberikan pengertian tentang kepercayaan diri yang seharusnya diajarkan sejak dini, agar anak lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dan percaya diri memiliki arti yang sama yaitu keyakinan.¹⁵ Kepercayaan diri merupakan faktor yang sangat penting bagi mahasiswa karena sikap percaya diri akan membuat individu merasa optimis dan mampu untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya. Kepercayaan diri didefinisikan secara berbeda-beda dalam literatur psikologi.

Kepercayaan diri adalah kepercayaan terhadap kemampuan, kapasitas serta pengambilan keputusan (*judgement*) yang terdapat dalam dirinya sendiri.¹⁶

Kepercayaan diri menurut Zakiah Daradjat kepercayaan diri adalah percaya kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Orang yang percaya pada dirinya sendiri dapat mengatasi segala faktor- faktor dan situasi frustasi, bahkan mungkin frustrasi ringan tidak akan

¹⁵ Endarmoko, Eko. 2006. *Tesaurus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. Hal. 338.

¹⁶ Marko Santoso dkk. 2005. *Hubungan Antara Rasa Percaya Diri dan Agresivitas pada Atlet Bola Basket*. Jurnal Phornesis. Volume 7. Nomor 1. 51-64. Hal. 54.

terasa sama sekali. Tapi sebaliknya orang yang kurang percaya pada dirinya akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.¹⁷

Walgito (dalam Asmadi Alsa) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah kepercayaan seseorang pada kemampuan yang ada dalam dirinya.¹⁸

Loekmono (dalam Asmadi Alsa) mengemukakan bahwa kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam individu sendiri, norma dan pengalaman keluarga, tradisi, kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok dimana keluarga itu berasal.¹⁹

Menurut Martini dan Adiyanti (dalam Asmadi Alsa) kepercayaan diri diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan.²⁰

Kepercayaan diri juga merupakan penilaian seseorang terhadap kemampuan dirinya dan perasaan menyeluruh (*comprehensive sense*) atas kemampuan, efektivitas dan juga kekuatan yang terdapat dalam diri seseorang dalam mencapai suatu tujuan yang diharapkan.²¹

Gael Lindenfield berpendapat bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah orang puas dengan dirinya.²²

Kepercayaan diri adalah sikap bebas merdeka, tidak mementingkan diri sendiri, toleran dan memiliki ambisi. Jadi orang yang sangat percaya diri,

¹⁷ Drajat Zakiah 1995. *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung. Hal. 25

¹⁸ Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. No.1. 47-58. Hal. 48.

¹⁹ Ibid. Hal. 48.

²⁰ Ibid. Hal. 48.

²¹ Marko Santoso dkk. 2005. *Hubungan Antara Rasa Percaya Diri dan Agresivitas pada Atlet Bola Basket*. Jurnal Phornesis. Volume 7. Nomor 1. 51-64. Hal. 55.

²² Lindenfield, Gael. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan. Hal.3.

dia yakin akan kemandiriannya, karena ia cukup yakin pada dirinya, dia tidak akan secara berlebihan mementingkan dirinya sendiri yang akan mengarah ke congkak, cukup toleran dan selalu optimis. Tidak perlu baginya untuk melakukan kompensasi dari keterbatasannya.²³

Sedangkan menurut Lauster (dalam Asmadi Alsa) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.²⁴

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwasannya kepercayaan diri atau *self confidence* merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, dan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertingkah laku sesuai dengan yang diharapkan, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Dalam penelitian ini peneliti memilih teori kepercayaan diri dari Lauster (dalam Ahmadi Alsa) karena indikator perilaku dalam teori ini lebih kompleks dari teori kepercayaan diri lainnya dan mencakup operasional dalam pengerjaannya.

2. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

²³ Kumara, Amitya (1988). *Studi Pendahuluan Tentang Validitas dan Reliabilitas The Test Self Confidence*. Yogyakarta:Universitas Gajah Mada. Hal. 8.

²⁴ Ibid. Hal. 48.

Seorang individu yang memiliki kepercayaan diri akan memiliki ciri-ciri seperti yang dikemukakan oleh Hakim yaitu:

Sikap percaya diri yang dimiliki seorang individu memiliki beberapa kriteria yang menonjol. Hakim (dalam Asmadi Alsa) mengemukakan beberapa ciri-ciri tertentu dari orang-orang yang memiliki kepercayaan diri yaitu:

- a. Selalu bersikap tenang didalam mengerjakan segala sesuatu.
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Mampu menetralsir ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup baik untuk menunjang penampilannya.
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup.
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup.
- h. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing.
- i. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
- j. Memiliki latar belakang keluarga yang baik.
- k. Memiliki pengalaman hidup yang menimpa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi cobaan hidup.
- l. Selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya: tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.²⁵

²⁵ Ibid. Hal. 49.

Sedangkan menurut Lauster ciri-ciri orang yang mempunyai kepercayaan diri yaitu:

a. Percaya pada kemampuan sendiri

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih atau dapat diartikan sebagai bakat, kreativitas, kepandaian, prestasi, kemimpinan dan lain-lain yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah salah satu sifat orang yang percaya diri. Apabila orang yang percaya diri telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, rasa percaya diri akan timbul bila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya keyakinan dan rasa percaya diri itu timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.

Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Serta mempunyai banyak energi dan semangat

karena mempunyai motivasi yang tinggi untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan seperti yang ia inginkan dan butuhkan.

c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang percaya diri dan dapat menghargai orang lain dengan segala kekurangan dan kelebihanannya.

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti pernah mengalami kegagalan baik kebutuhan, harapan dan cita-citanya. Untuk menyikapi kegagalan dengan bijak diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut. Individu dapat berbicara di depan umum tanpa adanya rasa takut, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih, dapat berbincang-bincang dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang. Serta menyatakan kebutuhan secara langsung

dan terusterang, berani mengeluh jika merasa tidak nyaman dan dapat berkampanye didepan orang banyak.²⁶

Ciri-ciri seseorang yang mempunyai kepercayaan diri menurut Lie yaitu:

- a. Yakin kepada diri sendiri
- b. Tidak bergantung pada orang lain
- c. Tidak ragu-ragu
- d. Merasa dirinya berharga
- e. Tidak menyombongkan diri
- f. Memiliki keberanian untuk bertindak²⁷

Setelah menyimak beberapa pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri yaitu keyakinan atas diri sendiri, dapat bertindak dalam mengambil keputusan, tidak bergantung pada orang lain, serta mempunyai suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri. Memiliki keberanian untuk bertindak dan memiliki kemampuan bersosialisasi terhadap lingkungan sosialnya serta selalu bereaksi positif dalam menghadapi berbagai masalah.

3. Bentuk-bentuk Kepercayaan Diri

Ada dua jenis kepercayaan diri yaitu percaya diri lahir dan percaya diri batin. Percaya diri yang memberikan kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa kita

²⁶ Ibid. Hal. 49.

²⁷ Ibid. Hal. 49.

yakin akan diri kita. Liendenfield mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, ke empat ciri itu adalah:

a. Cinta diri

Orang yang cinta diri mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Mereka akan berusaha memenuhi kebutuhan secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Mereka juga ahli dalam bidang tertentu sehingga kelebihan yang dimiliki dapat dibanggakan, hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

b. Pemahaman diri

Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka selalu instropeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain.

c. Tujuan yang jelas

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil apa yang mereka dapatkan.

d. Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan. Salah satu penyebabnya karena mereka terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.²⁸

²⁸ Lindenfield, Gael. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan. Hal. 4-7

Percaya diri lahir membuat individu harus dapat memberikan pada dunia luar bahwa ia yakin akan dirinya sendiri, melalui pengembangan ketrampilan dalam empat bidang sebagai berikut:

a. Komunikasi

Ketrampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari ketrampilan komunikasi yang dapat dilakukan jika individu tersebut memiliki kepercayaan diri.

b. Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan pasif dalam diri.

c. Penampilan diri

Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya, baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

d. Pengendalian perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan kita sehari-hari, dengan kita mengelola perasaan kita dengan baik akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.²⁹

²⁹ Ibid. Hal. 7-11

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk kepercayaan diri meliputi kepercayaan diri batin dan kepercayaan diri lahir. Kepercayaan diri batin seperti orang yang cinta diri mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain dan sangat sadar diri, serta selalu tahu tujuan hidupnya. Sedangkan kepercayaan diri lahir, individu memiliki ketrampilan komunikasi yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya dan selalu bersikap tenang. Dan kepercayaan diri spiritual juga harus tertanam sejak usia dini, karena kepercayaan diri spiritual merupakan hal yang sangat penting bagi individu.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang, menurut Mangunharja adalah faktor fisik, faktor mental dan faktor sosial.

a. Faktor Fisik

Keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain. Akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena seseorang amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi dari hal tersebut seseorang tersebut tidak dapat bereaksi secara positif dan timbullah rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri.

b. Faktor Mental

Seseorang akan percaya diri karena mempunyai kemampuan yang cenderung tinggi, seperti bakat atau keahlian khusus yang dimilikinya.

c. Faktor Sosial

Kepercayaan diri terbentuk melalui dukungan sosial dari dukungan orang tua dan dukungan orang sekitarnya. Keadaan keluarga lingkungan sosial merupakan lingkungan hidup utama dalam kehidupan setiap orang.³⁰

Loekmono menjelaskan bahwa faktor-faktor kepercayaan diri adalah:

- a. Faktor yang berasal dari dalam diri
- b. Norma dan pengalaman keluarga
- c. Tradisi, kebiasaan dalam lingkungan atau kelompok dimana keluarga tersebut berasal.³¹

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah keadaan keluarga, lingkungan sosial dan merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap orang untuk mempengaruhi pembentukan kepercayaan diri. Keadaan fisik yang tidak sempurna akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena seseorang amat merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi dari hal tersebut seseorang tidak dapat bereaksi secara positif dan timbullah rasa minder yang berkembang menjadi rasa tidak percaya diri.

5. Kepercayaan Diri Perspektif Islam

³⁰ Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. No.1. 47-58. Hal. 49.

³¹ Ibid. Hal. 50.

Untuk mencapai sebuah kesuksesan dalam hidup sangat diperlukan sekali kepercayaan terhadap diri sendiri. Untuk mendapatkan kepercayaan diri sendiri, manusia harus melalui proses. Proses awal yang terjadi bahwa manusia itu harus mempercayai adanya Allah SWT. Karena Dialah maha segala-galanya yang menguasai seluruh jagat raya. Hanya KepadaNya manusia diharuskan berserah diri. Manusia diciptakan oleh Allah SWT menjadi makhluk yang sempurna karena manusia diberi suatu kelebihan dari makhluk lain di dunia yaitu akal. Hal ini seperti yang sudah di firmankan Allah dalam Al-qur'an, sebagai berikut (QS, Surat Attin:4):

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

Artinya:

Sesungguhnya kami Telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, (QS, Surat Attin:4).

Sebagai seorang muslim sepatutnya percaya kepada dirinya sendiri dan unsur yang paling mampu memberikan kepada manusia sikap percaya diri adalah iman. Iman adalah kepercayaan yang dimiliki secara dominan oleh setiap orang, yang dipimpin oleh wahyu yang konsepnya terangkat dari Al-Qur'an sebagai kumpulan wahyu otentik.³²

Salah satu ciri orang yang percaya diri adalah mempunyai sifat optimis, optimistis adalah suatu sikap yang selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal. Optimis adalah lawan kata dari putus asa. Putus asa timbul karena tiada kemauan hati dan raga untuk mencari dan meyakini

³² Sayyid, Mujtaba. 1993. *Psikologi Islam*. Jakarta: Pustaka Hidayah. Hal. 33

rahmat Allah SWT.³³ Sikap optimistis merupakan kebutuhan pokok yang sangat diperlukan oleh orang yang menempuh jalan Allah SWT, yang seandainya dia meninggalkannya walaupun sekejap, maka akan luput atau hampir luput, Optimisme timbul dari rasa gembira dengan kemurahan Allah SWT dan karunia-Nya serta perasaan lega menanti kemurahan dan anugerah-Nya karena percaya akan kemurahan Tuhannya. Seperti yang dijelaskan dalam ayat berikut ini:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya:

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

Orang yang mempunyai sikap optimistis 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 pahala-Nya. 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.

Ada beberapa hal yang perlu kita amalkan agar sikap optimisme terwujud dalam hati kita:

³³ (<http://pks-sidoarjo.org/tausiyah-ketua-dpd/optimis-cermin-pribadi-seorang-muslim.htm>)

- a. Hendaknya kita selalu mengingat nikmat-nikmat Allah SWT yang telah diberikan kepada kita berkenaan dengan urusan agama, kesehatan, dan juga urusan dunia kita
- b. Hendaknya kita senantiasa mengingat janji Allah SWT berupa pahala-Nya yang berlimpah dan kemurahan-Nya yang besar.
- c. Hendaknya kita senantiasa mengingat luasnya rahmat Allah SWT, dan bahwa rahmat Allah itu senantiasa mendahului murka-Nya. Optimislah dalam hidup, sebab dengan optimis hidup ini akan menjadi indah dan jangan berputus asa dari Rahmat Tuhanmu. Ayat tentang tidak berputus asa dijelaskan pada sura Yusuf ayat 87:

يَبْنِيْ اَذْهَبُوْا فَتَحَسَّسُوْا مِنْ يُوسُفَ وَاٰخِيْهِ وَلَا تَاْيَسُوْا مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ ۗ اِنَّهٗ لَا يَآيَسُ
مِنْ رَّوْحِ اللّٰهِ اِلَّا الْقَوْمُ الْكٰفِرُوْنَ ﴿٨٧﴾

Artinya:

Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir." (Yusuf:87).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang harus selalu optimistis, optimistis 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, yang seandainya dia meninggalkannya walaupun sekejap, maka akan luput atau hampir luput. Orang yang mempunyai sikap optimistis 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 pahala-Nya. 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.

B. Penyesuaian Sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Penyesuaian sosial merupakan faktor yang sangat penting bagi mahasiswa karena penyesuaian sosial akan membuat individu merasa senang bersama-sama dengan kelompoknya dan menimbulkan perasaan bebas dan senang. Penyesuaian sosial didefinisikan secara berbeda-beda dalam literature psikologi.

Kamus psikologi menjelaskan bahwa penyesuaian sosial adalah penjalinan hubungan secara harmonis atau relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan atau mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi masyarakat sosial.³⁴

³⁴ Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada. Hal. 469

Seseorang di dalam perkembangan selanjutnya diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sesuai dengan perkembangan usia mereka sehingga ia mampu memikul tanggung jawab yang ada sesuai dengan usianya.³⁵ Ketika remaja mulai memasuki lingkungan Perguruan Tinggi, remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan.³⁶

Menurut kamus psikologi karangan Anshari, *social adjustment* dinyatakan dalam dua definisi. Pertama, pembangunan keharmonisan hubungan dengan lingkungan sosial. Definisi kedua adalah mempelajari contoh-contoh tingkah laku yang perlu, atau mengubah kebiasaan-kebiasaan sehingga cocok dengan komunikasi sosial.³⁷ Kemampuan paling penting yang dibutuhkan dalam penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk belajar, karena perkembangan penyesuaian seseorang lebih besar diperoleh dari pengalaman.

Menurut Durkin (dalam Sri Hartati) penyesuaian sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan

³⁵ Ibid. Hal.287

³⁶ Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga. Hal. 287.

³⁷ Anshari, Hafi. 1996. *Kamus Psikologi*. Surabaya: Usaha Nasional

dengan orang-orang disekitarnya.³⁸ Secara singkat dikatakan bahwa kemampuan penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan pengetahuan dan ketrampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, maka penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya. Dalam penelitian ini peneliti memilih teori penyesuaian sosial dari Hurlock karena teori penyesuaian sosial yang dicetuskan beliau lebih kompleks dari teori penyesuaian sosial lainnya dan mencakup operasional dalam pengerjaannya.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Seseorang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya karena berbagai faktor. Menurut Hurlock faktor-faktor yang mempengaruhi dalam penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

- a. Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah

³⁸ Hartati Sri, dkk. 2005. *Studi Korelasi Persepsi Terhadap Afeksi Ayah Dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Remaja Di Sekolah Lanjutan Pertama*. Jurnal Psikologi. Volume 2. Nomor 1. Hal. 19.

Pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah yang buruk akan menyebabkan kesulitan dalam penyesuaian diri dimasyarakat dan juga sebaliknya, perilaku sosial yang baik di rumah dalam penyesuaian sosial tidak ada hambatan.

b. Model perilaku untuk ditiru

Dengan memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru dilingkungan rumah akan mempermudah penyesuaian di luar rumah.

c. Belajar

Dengan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberi motivasi dalam penyesuaian sosial.

d. Bimbingan dari orang tua Untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik bimbingan orang tua sangat diperlukan untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik.³⁹

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

3. Kriteria Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock menyebutkan ada 4 kriteria penyesuaian sosial, yaitu:

³⁹ Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga. Hal. 288.

1. Penampilan nyata

Perilaku sosial individu sesuai dengan standart kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata ini adalah aktualisasi diri, ketrampilan menjalin hubungan antar manusia, dan kesediaan untuk terbuka pada orang lain.

Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi dan kemampuan yang ada pada dirinya serta kenyataan objektif di luar dirinya.

2. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab dan setia kawan.

Individu mempunyai sikap hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain. Individu yang mempunyai kesanggupan untuk bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik, serta tindakannya dapat bersifat murni sehingga sanggup memperbaiki tindakan-tindakan yang tidak sesuai lagi dengan berbagai kelompok sosial.

3. Sikap sosial

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap ini adalah ikut dalam kegiatan sosial dalam masyarakat, empati, dan ringan tangan.

Individu yang mampu dalam menyesuaikan diri maka dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat menerima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan. Dapat bertindak sesuai norma yang dianut oleh lingkungannya, serta selaras dengan hak dan kewajibannya.

4. Kepuasan pribadi

Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan, dan percaya diri. Kemanapun dia pergi maka akan bertindak dinamis, luwes dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman, tidak dihantui oleh kecemasan dan ketakutan.

Individu yang mempunyai kepuasan pribadi secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa terisih dan kesepian.⁴⁰

⁴⁰ Ibid. Hal. 287.

Berdasar uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kriteria dalam penyesuaian sosial adalah penyesuaian diri dengan baik terhadap lingkungan rumah dan lingkungan sosial, menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam berhubungan dengan orang lain dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial dan menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri karena dengan kepercayaan diri dalam bergaul dengan orang lain dan berinteraksi dengan lingkungan sosial tidak akan mengalami hambatan.

4. Penyesuaian Sosial Perspektif Islam

Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia telah menjalin hubungan persaudaraan dan persahabatan dengan orang disekitarnya. Allah SWT menyebutkan orang yang berhasil menjalin persaudaraan sebagai *Ulul Al-baab* (orang yang berakal). Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia menjalin persaudaraan dan persahabatan dengan orang yang ada disekitarnya Allah SWT menciptakan manusia dengan berbagai perbedaan untuk saling mengenal seperti yang telah disebutkan dalam Al-Qur'an surat Al-Hujaraat:13 yang berbunyi:

يَتَأْتِيهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ
عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ ﴿١٣﴾

Artinya:

Hai manusia, Sesungguhnya kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa - bangsa dan bersuku-

suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia diantara kamu disisi Allah SWT ialah orang yang paling taqwa diantara kamu. Sesungguhnya Allah Maha mengetahui lagi Maha Mengenal.

Dalam ayat ini disebutkan bahwasanya manusia diciptakan dengan berbagai perbedaan akan tetapi perbedaan itu bukanlah masalah bagi setiap manusia, akan tetapi adanya perbedaan itu seharusnya dijadikan sebagai ajang untuk saling mengenal dan menjalin persaudaraan (Ta'aruf). Lebih dari itu, berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat mendasar bagi setiap orang. Karena itulah Islam memerintahkan agar umat manusia menjalin persaudaraan (silaturahmi) yang dilandasi dengan perasaan cinta dan kasih sayang dan melarang untuk memutuskannya. Saling berkenalan dengan sesama umay Allah SWT sangat dianjurkan karena dengan saling mengenal maka kita tidak akan kesepian menajlani hari-hari dengan senang dna bahagia. seperti yang dijelaskan pada surat Yunus ayat 45 di bawah ini:

وَيَوْمَ نَحْشُرُهُمْ كَأَن لَّمْ يَلْبُثُوا إِلَّا سَاعَةً مِّنَ النَّهَارِ يَتَعَارَفُونَ بَيْنَهُمْ ۗ قَدْ خَسِرَ الَّذِينَ كَذَّبُوا
بِلِقَاءِ اللَّهِ وَمَا كَانُوا مُهْتَدِينَ ﴿٤٥﴾

Artinya:

Dan (Ingatlah) akan hari (yang di waktu itu) Allah mengumpulkan mereka, (mereka merasa di hari itu) seakan-akan mereka tidak pernah berdiam (di dunia) Hanya sesaat di siang hari, (di waktu itu) mereka saling berkenalan. Sesungguhnya Rugilah orang-orang yang mendustakan pertemuan mereka dengan Allah dan mereka tidak mendapat petunjuk (Yunus 45).

Berinteraksi dan berhubungan dengan sesama manusia adalah kebutuhan yang sangat penting bagi kehidupan manusia. Selain secara kodrati manusia adalah makhluk sosial, yang memerlukan hubungan dengan sesamanya untuk

dapat hidup dan berkembang secara normal. Manusia juga perlu berinteraksi dengan sesamanya untuk dapat memenuhi segala kebutuhan dalam hidupnya, baik kebutuhan fisiologis, seperti kebutuhan akan makan dan minum, kebutuhan tempat tinggal, dan lain-lain, maupun kebutuhan psikologis, semisal kebutuhan akan cinta dan kasih sayang, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan aktualisasi diri dan sebagainya yang hanya akan dapat dipenuhi jika seseorang bersedia bekerjasama dengan sesamanya (Amin, 2007:13). Salah satu ciri orang yang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya adalah ia mampu mengikuti aturan-aturan dalam lingkungan sosial atau lingkungan masyarakat, seperti yang sudah dijelaskan dalam Al-Qur'an pada surat Al-mujaadillah ayat 11 yaitu:

يَتَأَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ
أَنْشُرُوا فَأَنْشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ ۗ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ
خَبِيرٌ

Artinya:

Hai orang-orang beriman apabila kamu dikatakan kepadamu: "Berlapang-lapanglah dalam majlis", Maka lapangkanlah niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. dan apabila dikatakan: "Berdirilah kamu", Maka berdirilah, niscaya Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat. dan Allah Maha mengetahui apa yang kamu kerjakan (Al-mujaadillah ayat 11).

Mahasiswa yang dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka mahasiswa tersebut akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Penyesuaian sosial dalam perspektif Islam diartikan sebagai hubungan silaturahmi. Setiap manusia yang beriman diwajibkan bagi mereka menjaga

silaturahmi karena Allah SWT sangat membenci orang-orang yang memutuskan silaturahmi. Silaturahmi mempunyai manfaat dan pengaruh yang sangat positif bagi kondisi kejiwaan seseorang, seperti bersilaturahmi dengan orang lain dapat menghilangkan kejenuhan, kepenatan, kesepian dan dapat mengurangi ketegangan jiwa dan emosi seseorang. Lebih mendalam lagi, silaturahmi juga akan menjadikan seseorang memiliki banyak relasi, banyak sahabat dan kenalan, menemukan teman akrab dan terpercaya, sehingga seseorang akan bertukar pikiran dengannya mengenai berbagai hal yang terjadi pada dirinya, meminta masukan untuk menghadapi persoalan yang sulit agar dapat meringankan beban hatinya.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia telah menjalin hubungan persaudaraan dan persahabatan dengan orang disekitarnya. Dengan cara berbuat baik terhadap sesama manusia maka akan terbentuk suatu interaksi atau penyesuaian sosial yang baik. Dan Allah SWT menyukai orang-orang yang berbuat baik antara sesamanya. Setiap manusia yang beriman diwajibkan bagi mereka menjaga silaturahmi karena Allah SWT sangat membenci orang-orang yang memutuskan silaturahmi. Silaturahmi akan menjadikan seseorang memiliki banyak relasi, banyak sahabat dan kenalan, menemukan teman akrab dan terpercaya, sehingga seseorang akan bertukar pikiran dengannya mengenai berbagai hal yang terjadi pada dirinya, meminta masukan untuk menghadapi persoalan yang sulit agar dapat meringankan beban hatinya.

C. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial

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

Kepercayaan diri atau *self confidence* merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, dan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk berinteraksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Kepercayaan diri sangat penting untuk dicapai, dan untuk meraih sebuah kesuksesan. Seperti yang di ungkapkan oleh Al-uqshari bahwa kepercayaan diri adalah kunci kesuksesan dalam hidup. Oleh karena itu prinsip-prinsip kepercayaan diri yang alami agar dapat menyesuaikan diri secara baik terhadap

sosial disekitar kita seperti; Efektivitas kerja, kesehatan lahir batin, kecerdasan, vitalitas, daya kreativitas, jiwa petualang, kemampuan mengambil keputusan, kontrol diri, kematangan etika, rendah hati, toleran, rasa puas dalam diri maupun dalam jiwa dan ketenangan jiwa.⁴¹

Proses terbentuknya kepercayaan diri mahasiswa berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik yang sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki mahasiswa untuk dapat menimbulkan relasi yang positif, dan menggunakan segala kelebihan yang ada dalam diri individu agar menimbulkan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri merupakan sumber kekuatan diri kita untuk dapat bergaul dengan lingkungan sosial. Seorang mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri akan bertindak dengan tegas dan memiliki sikap yang optimis, kreatif dan memiliki harga diri.

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

Proses terbentuknya kepercayaan diri berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik yang sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki untuk

⁴¹ Uqshari. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta. Gema Insani. Hal. 5.

dapat menimbulkan relasi yang positif, dan menggunakan segala kelebihan yang ada dalam diri individu agar menimbulkan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri merupakan sumber kekuatan diri kita untuk dapat bergaul dengan lingkungan sosial. Orang yang memiliki kepercayaan diri akan bertindak dengan tegas dan memiliki sikap yang optimis, kreatif dan memiliki harga diri.

Seseorang di dalam perkembangan selanjutnya diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sesuai dengan perkembangan usia mereka sehingga ia mampu memikul tanggung jawab yang ada sesuai dengan usianya.⁴² Remaja dalam salah satu tugas perkembangannya menurut Hurlock adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, baik pria maupun wanita. Dalam penyesuaian sosial, remaja ingin diterima oleh teman sebayanya.⁴³ Demikian pula dengan remaja yang mulai memasuki lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk dapat diterima dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu

⁴² Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga. Hal. 287.

⁴³ Hurlock, B.Elizabeth. 1980. *Pikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga. Hal. 194.

mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

Tidak semua mahasiswa dapat memiliki kemampuan penyesuaian sosial seperti yang diharapkan, problem khusus yang biasa terjadi pada remaja salah satunya adalah kurang percaya diri.⁴⁴ Dan menurut Mangunharja faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya adalah faktor sosial karena kepercayaan diri terbentuk melalui keadaan keluarga dan lingkungan sosial yang merupakan lingkungan hidup utama dalam kehidupan setiap orang. Dan seorang mahasiswa sebagai makhluk sosial yang dituntut dapat menerima dan menghargai setiap orang yang ada disekelilingnya.⁴⁵

Penerimaan terhadap orang lain berhubungan erat dengan penerimaan terhadap diri sendiri, maka orang mempunyai kepercayaan diri yang baik dan dapat mempercayai orang lain, tergolong orang yang paling banyak perhatian dan mempunyai kemauan untuk maju dan berkerja sama dengan orang lain, dan sangat ingin untuk membiarkan orang lain membawanya kedalam mereka, serta mengemukakan persolan-persoalan pribadi mereka kepadanya, dan mereka mampu berhubungan secara aktif serta mampu memberi dan menerima keadaan orang yang ada disekitarnya.⁴⁶

Manusia diciptakan oleh Allah SWT menjadi makhluk yang sempurna karena manusia diberi suatu kelebihan dari makhluk lain di dunia yaitu akal. Hal

⁴⁴ Hartati Sri, dkk. 2005. *Studi Korelasi Persepsi Terhadap Afeksi Ayah Dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Remaja Di Sekolah Lanjutan Pertama*. Jurnal Psikologi. Volume 2. Nomor 1. Hal. 19.

⁴⁵ Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. No.1. 47-58. Hal. 49.

⁴⁶ Drajat Zakiah. 1982. *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang. Hal. 113.

ini seperti yang sudah di firmankan Allah dalam Al-qur'an, sebagai berikut (QS, Surat Attin:4).

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

Artinya:

Sesungguhnya kami Telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, (QS, Surat Attin:4).

Setelah menyimak ayat di atas, bahwasannya kita sebagai manusia sudah diciptakan oleh Allah dalam bentuk yang sebaik-baiknya, tetapi kenapa masih ada rasa tidak percaya diri jika kita sudah diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya dibandingkan dengan makhluk yang lain. Allah sangat menyayangi umatnya yang selalu berhubungan dan berinteraksi dengan orang banyak atau dengan lingkungan sosialnya. Maka dalam Al-Qur'an pun telah dijelaskan bahwasannya kita harus berhubungan dan berinteraksi dengan lingkungan di sekitar kita, baik dengan keluarga maupun tetangga di sekitar kita, dan berbuat baik kepada mereka, seperti yang tertera dalam Al-Qur'an surat An-Nissa' ayat 36. Allah Berfirman:

وَأَعْبُدُوا اللَّهَ وَلَا تُشْرِكُوا بِهِ شَيْئًا ۚ وَبِالْوَالِدَيْنِ إِحْسَانًا وَبِذِي الْقُرْبَىٰ وَالْيَتَامَىٰ وَالْمَسْكِينِ
وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْأَجْنَبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَالْإِنْسَانِ الْأَخِي وَبِالسَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ
إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ﴿٣٦﴾

Artinya:

Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun, dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh[294], dan teman sejawat, ibnu sabil[295] dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri (QS. An-Nissa' 4:36).

Dari penjelasan ayat-ayat di atas maka kita harus berinteraksi dengan lingkungan sosial disekitar kita, dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dibutuhkan untuk mengembangkan kepercayaan diri pada diri mahasiswa.

Jika mahasiswa mempunyai kepercayaan diri maka dia mampu untuk menyesuaikan diri dengan kerabat, teman-temannya dan orang-orang yang ada di sekitarnya serta lingkungan sosialnya. Karena lingkungan sangat mempengaruhi keberhasilan dalam penyesuaian sosial yang baik. Dan ketika mahasiswa mempunyai kepercayaan terhadap dirinya maka dia mampu menerima dirinya sebagai manusia, serta memberikannya kekuatan untuk percaya kepada orang lain. Di samping itu mereka mampu untuk menghadap tantangan dalam menjalani kehidupan, dan memandang hari-hari kedepan dan tujuan-tujuannya dengan pandangan yang positif.⁴⁷

Sesuai dengan yang diungkapkan oleh Sunarto (dalam Moh. Ali) bahwa tahapan-tahapan proses dalam mencapai penyesuaian sosial yang secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian. Mahasiswa 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 malibatkan diri dengan lingkungan yang lebih luas. Mengungkapkan

⁴⁷ Ibid. Hal. 112

perasaan kasih sayang dengan spontan. Dan mampu mempengaruhi oranglain.⁴⁸

Mahasiswa yang mempunyai kepercayaan diri yang baik maka penyesuaian diri terhadap sosialnya pun akan berlangsung lancar, seperti pada proses penyesuaian diri, apabila penyesuaian diri positif akan ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian, dan itu akan mempermudah mereka dalam mengaktualisasikan diri dan akan memperlancar mereka mencapai kesuksesan dalam kehidupan.

Kepercayaan diri bagi mahasiswa 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.

Menurut Mohammad Ali bahwasannya penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan sosialnya akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaiannya. Dan sebaliknya jika kondisi fisik yang tidak sehat dapat menyebabkan perasaan rendah diri,

⁴⁸ Moh Ali, dkk. 2009. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara

kurang percaya diri, atau bahkan menyalahkan diri sehingga berpengaruh kurang baik bagi penyesuaian.⁴⁹

Selain kondisi fisik yang sudah dijelaskan di atas terdapat hambatan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yaitu pengalaman traumatik yaitu peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat tidak menyenangkan, menyedihkan atau bahkan sangat menyakitkan sehingga individu tersebut merasa sangat tidak ingin peristiwa itu terulang kembali. Individu yang mengalami traumatik akan cenderung ragu-ragu, kurang percaya diri, bahkan takut ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru.⁵⁰

Penyesuaian sosial yang berhasil akan menuju pada kondisi mental yang mampu dalam menyesuaikan masalah yang dihadapi, memahami kekurangan-kekurangan yang ada pada dirinya. Remaja yang memiliki sikap takut, cemas, cenderung menarik diri dari pergaulan lingkungan akan mengakibatkan penolakan dari lingkungan sehingga remaja akan mempunyai rasa kesepian, kecemasan dan merasa kurang bahagia, dan perasaan itu disebabkan karena kurang percaya pada diri sendiri sehingga tidak mampu menciptakan hubungan yang harmonis dengan orang lain.

D. Hipotesis

⁴⁹ Ibid. Hal. 182.

⁵⁰ Ibid. Hal. 182.

Hipotesis dapat diartikan sebagai suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul.⁵¹ Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Artinya apabila kepercayaan diri tinggi maka mudah dalam melakukan penyesuaian sosial. Dan sebaliknya apabila kepercayaan diri rendah maka sulit dalam melakukan penyesuaian sosial.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan dalam penelitian ini adalah menggunakan pendekatan kuantitatif. Pendekatan kuantitatif adalah penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya.⁵² Sedangkan menurut Saifuddin Azwar penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan analisisnya pada data-data numerical (angka) yang diolah dengan metode statistika. Pada dasarnya, pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka pengujian hipotesis). Dengan metode kuantitatif akan diperoleh signifikansi perbedaan

⁵¹ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 17.

⁵² Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 12.

kelompok atau signifikansi hubungan antar variabel yang diteliti.⁵³ Jenis dari penelitian ini adalah kuantitatif korelasional yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

Penelitian korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa variabel. Dengan teknik korelasi, peneliti dapat mengetahui hubungan variasi dalam sebuah variabel dengan variasi yang lain, besarnya atau tingginya hubungan tersebut dinyatakan dalam bentuk koefisien korelasi.⁵⁴ Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional karena bertujuan untuk melihat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

B. Identifikasi Variabel

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang dapat dijadikan obyek penelitian dan merupakan faktor-faktor yang berpengaruh dalam suatu penelitian atau gejala yang diteliti.⁵⁵ Menurut Arikunto variabel adalah gejala yang bervariasi yang menjadi obyek penelitian.⁵⁶ Adapun variabel dalam penelitian ini yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas adalah suatu variabel yang variasinya mempengaruhi variabel lain, dapat pula dikatakan bahwa variabel bebas adalah variabel yang pengaruhnya terhadap variabel lain yang ingin

⁵³ Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 5.

⁵⁴ Arikunto, S. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Asdi Mahasaty. Hal. 247-248

⁵⁵ Suryabrata. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta. PT Grafindo Persada. Hal. 72.

⁵⁶ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 116.

diketahui.⁵⁷ Sedangkan variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas.⁵⁸ Di bawah ini adalah variabel penelitian yang akan digunakan oleh peneliti, yaitu:

Variabel Bebas (X) : Kepercayaan diri

Variabel Terikat (Y) : Penyesuaian sosial

C. Definisi Operasional

Definisi operasional menurut Suryabrata adalah definisi yang didasarkan atau sifat-sifat hal yang didefinisikan dan dapat diamati.⁵⁹ Sedangkan menurut Saifuddin Azwar mengemukakan bahwa definisi operasional adalah suatu definisi mengenai variabel yang dirumuskan berdasarkan karakteristik-karakteristik variabel tersebut yang dapat diamati.⁶⁰ Berikut ini definisi operasional kepercayaan diri dan penyesuaian sosial:

1. Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimiliki seorang mahasiswa dan adanya keyakinan akan kemampuan diri sendiri yang ditandai dengan adanya percaya pada kemampuan sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.
2. Penyesuaian sosial adalah keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan orang lain serta menyesuaikan diri dengan

⁵⁷ Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 62.

⁵⁸ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 119.

⁵⁹ Suryabrata. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta. PT Grafindo Persada. Hal.164.

⁶⁰ Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 74.

lingkungan sosial tempat mahasiswa itu berada, yang ditandai dengan adanya penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap kelompok, sikap sosial dan kepuasan pribadi.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian.⁶¹ Menurut Sugiyono populasi adalah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai karakteristik yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diteliti.⁶² Sedangkan menurut Saifuddin Azwar populasi didefinisikan sebagai kelompok subyek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian.⁶³ Dalam penelitian ini untuk mempermudah jalannya penelitian, yang menjadi populasi adalah mahasiswa yang masih aktif mengikuti perkuliahan yaitu mahasiswa semester II, semester IV, semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, dengan jumlah 466 mahasiswa.

Tabel 1
Jumlah Populasi Mahasiswa Psikologi UIN Maliki Malang
Semester Genap 2010

NO	Semester	Jumlah Mahasiswa
1	Semester II	173 Mahasiswa
2	Semester IV	166 Mahasiswa
3	Semester VI	127 Mahasiswa
Jumlah		466 Mahasiswa

⁶¹ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 130.

⁶² Sugiono. 2009. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Hal. 53

⁶³ Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 77.

Sumber data : Laporan registrasi Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang 2010.

2. Sampel

Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang diteliti.⁶⁴ Mengingat jumlah populasi dalam penelitian ini cukup besar, yaitu sebanyak 466 mahasiswa, maka untuk menghemat biaya, tenaga, dan waktu, peneliti mengadakan penelitian secara sampel.⁶⁵ Apabila subyek kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi jika jumlah subyeknya besar, dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih.⁶⁶ Populasi berjumlah 466 mahasiswa, dengan sampel penelitian 20% dari 466 mahasiswa, sehingga sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 93 mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

Sampel penelitian ini menggunakan jenis sampel random atau sampel acak, sampel random yaitu sampel yang memberikan kemungkinan yang sama bagi individu yang akan dijadikan sebagai sampel penelitian. Alasan menggunakan sampel random adalah menerapkan azas tanpa pilih-pilih. Siapa saja yang akan menjadi anggota populasi untuk mempunyai kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sampel penelitian.⁶⁷

Cara pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan undian (untung-untungan). Pertama yang dilakukan peneliti adalah menulis nomor subyek dikertas kecil, satu nomor untuk satu kertas. Kemudian kertasnya digulung, dengan tanpa prasangka kita mengambil 93 gulungan kertas, sehingga

⁶⁴ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 131.

⁶⁵ Ibid, Hal. 133.

⁶⁶ Ibid, Hal. 134.

⁶⁷ Winarsunu, Tulus. 2002. *Statistik dalam Penelitian Psikologi Pendidikan*. Malang. UMM Press. Hal. 16

nomo-nomor yang tertera pada gulungan kertas yang terambil itulah yang merupakan nomor subjek sampel yang akan diteliti.⁶⁸ Dibawah ini penjelasan tentang jumlah sampel penelitian sebagai berikut:

Tabel 2
Jumlah Sampel Penelitian

No	Semester	Jumlah Sampel
1	Semester II	40 Mahasiswa
2	Semester IV	27 Mahasiswa
3	Semester VI	26 Mahasiswa
Jumlah		93 Mahasiswa

E. Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah tidak lain dari suatu proses pengadaan data primer untuk keperluan penelitian dengan prosedur yang sistematis dan standar untuk memperoleh data yang diperlukan secara akurat dan valid.⁶⁹ Sedangkan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan skala, observasi, wawancara dan dokumentasi untuk mendukung skala yang telah diberikan.

1. Metode Observasi

⁶⁸ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 136-137.

⁶⁹ Nazir Moh. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor Selatan. Ghalia Indonesia. Hal. 174.

Metode observasi adalah pengamatan dan pencatatan dengan sistematis mengenai fenomena yang diselidiki.⁷⁰ Adapun jenis observasi dalam penelitian ini yaitu observasi non-sistematis, yang dilakukan oleh pengamat tanpa menggunakan pedoman sebagai instrumen pengamatan.

Metode ini digunakan peneliti untuk menggali data dari dekat yang bersifat nyata, sehingga peneliti dapat mengamati dan mencatat langsung data lapangan yang berkaitan dengan fenomena yang ada di lokasi penelitian, untuk mengetahui kondisi mahasiswa terkait dengan kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas psikologi UIN Maliki Malang.

2. Metode Wawancara (*Interview*)

Wawancara (*Interview*) merupakan salah satu teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara melakukan percakapan dengan maksud tertentu.⁷¹

Sedangkan menurut Sugiyono wawancara sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan yang harus diteliti, dan juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-

⁷⁰ Hadi, S. 2000. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM. Hal. 136.

⁷¹ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 227.

hal dari responden yang lebih mendalam dan jumlah respondennya sedikit atau kecil.⁷²

Metode ini digunakan untuk mendapatkan data tentang gambaran umum mahasiswa terkait dengan kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

3. Skala

Skala menunjuk pada sebuah instrument pengumpulan data yang bentuknya seperti daftar cocok tetapi alternative yang disediakan merupakan sesuatu yang berjenjang. Skala banyak digunakan untuk mengukur aspek-aspek kepribadian atau aspek kejiwaan yang lain.⁷³

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan skala model Likert, skala model Likert atau skala Likert digunakan untuk mengukur sikap. Skala sikap disusun untuk mengungkap sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Dalam skala sikap, objek sosial tersebut berlaku sebagai objek sikap.⁷⁴ Skala sikap berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statements*), yaitu suatu pernyataan suatu objek sikap. Pernyataan sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan yang *favourable* (mendukung atau memihak pada objek sikap) dan pernyataan yang tidak *favourable* (tidak mendukung objek sikap). Metode ini digunakan sebagai alat ukur tingkat

⁷² Sugiono. 2009. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Hal. 137.

⁷³ Arikunto, S. 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya. Hal. 105-106.

⁷⁴ Azwar, S. 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 97.

kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

4. Dokumentasi

Dokumentasi, dari asal katanya dokumen, yang artinya barang-barang tertulis. Dalam melaksanakan metode dokumentasi, peneliti menyelidiki benda-benda tertulis seperti buku-buku, majalah, dokumen, peraturan-peraturan, notulen rapat, catatan harian, dan sebagainya.⁷⁵ Metode ini digunakan untuk mendapatkan data jumlah mahasiswa di semester genap tahun ajaran 2010, dan data-data yang lain.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen 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 lebih mudah diolah.⁷⁶

Dalam penelitian ini ada dua instrumen, yakni instrumen kepercayaan diri dan instrument penyesuaian soial. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala kepercayaan diri. Bentuk skala dalam penelitian ini berupa pilihan dengan alternatif empat jawaban yang harus dipilih oleh subyek. Terdapat dua jenis pernyataan dalam angket ini yaitu pernyataan *favourabel* dan *unfavourabel*.

Pernyataan *favourabel* adalah pernyataan yang berisi hal-hal positif mengenai obyek sikap atau pernyataan yang bersifat mendukung terhadap obyek sikap yang hendak diungkap. Sebaliknya pernyataan *unfavourabel* adalah

⁷⁵ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 231.

⁷⁶ Ibid. Hal. 160

pernyataan yang berisi hal-hal yang negatif mengenai obyek sikap atau yang tidak mendukung terhadap obyek sikap yang hendak diungkap.⁷⁷ Sistem penilaian kedua aitem itu dibedakan sebagai berikut:

Tabel 3
Skor Skala Likert

Jawaban	Skor <i>Favourable</i>	Skor <i>Unfavourable</i>
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

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

Metode penskalaan pernyataan sikap yang menggunakan distribusi respon sebagai dasar penentuan nilai skalanya dengan menggunakan respon yang dikategorikan kedalam empat macam kategori jawaban yaitu: sangat setuju (SS), setuju (S), tidak setuju (TS), dan sangat tidak setuju (STS).⁷⁸

Skala yang digunakan ada dua, yaitu skala kepercayaan diri dan skala penyesuaian sosial.

1. Kepercayaan Diri

Skala kepercayaan diri mengacu pada teori dari Peter Lauster (dalam Asmadi Alsa) dengan 4 indikator antara lain:

a. Percaya pada kemampuan sendiri

⁷⁷ Azwar.2004.*Penyusunan Skala Psikologi*.Yogyakarta.Pustaka Pelajar. Hal. 98.

⁷⁸ Azwar.2007.*Metodologi Penelitian*.Yogyakarta.Pustaka Pelajar. Hal. 97-98.

Suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi tersebut. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang untuk meraih atau dapat diartikan sebagai bakat, kreativitas, kepandaian, prestasi, kemimpinan dan lain-lain yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu.

Kepercayaan atau keyakinan pada kemampuan yang ada pada diri seseorang adalah salah satu sifat orang yang percaya diri. Apabila orang yang percaya diri telah meyakini kemampuan dirinya dan sanggup untuk mengembangkannya, rasa percaya diri akan timbul bila kita melakukan kegiatan yang bisa kita lakukan. Artinya keyakinan dan rasa percaya diri itu timbul pada saat seseorang mengerjakan sesuatu dengan kemampuan yang ada pada dirinya.

b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan

Dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu untuk meyakini tindakan yang diambil.

Individu terbiasa menentukan sendiri tujuan yang bisa dicapai, tidak selalu harus bergantung pada orang lain untuk menyelesaikan masalah yang ia hadapi. Serta mempunyai banyak energi dan semangat karena mempunyai motivasi yang tinggi untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan seperti yang ia inginkan dan butuhkan.

c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri

Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri. Sikap menerima diri apa adanya itu akhirnya dapat tumbuh berkembang sehingga orang percaya diri dan dapat menghargai orang lain dengan segala kekurangan dan kelebihanannya.

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri, jika mendapat kegagalan biasanya mereka tetap dapat meninjau kembali sisi positif dari kegagalan itu. Setiap orang pasti pernah mengalami kegagalan baik kebutuhan, harapan dan cita-citanya. Untuk menyikapi kegagalan dengan bijak diperlukan sebuah keteguhan hati dan semangat untuk bersikap positif.

d. Berani mengungkapkan pendapat

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut. Individu dapat berbicara di depan umum tanpa adanya rasa takut, berbicara dengan memakai nalar dan secara fasih, dapat berbincang-bincang dengan orang dari segala usia dan segala jenis latar belakang. Serta menyatakan kebutuhan secara langsung dan terusterang, berani mengeluh jika merasa tidak nyaman dan dapat berkampanye didepan orang banyak

Skala kepercayaan diri berjumlah 40 aitem. Yang terdiri dari 20 aitem *favourable* dan 20 aitem *unfavourable*.

Tabel 4
Blue Print Skala Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Item		Jumlah Item
			<i>Favourabel</i>	<i>Unfavourabel</i>	
Kepercayaan Diri	Percaya pada kemampuan diri	Selalu bersikap optimis	2, 29	4, 30	12
		Yakin dalam mengerjakan sesuatu	10, 36	38, 12	
		Tidak bergantung dengan orang lain	40, 6	31, 1	
	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	Selalu mengambil keputusan sendiri tanpa adanya keterlibatan orang	25, 3	22, 13	8

		lain			
		Yakin terhadap keputusan yang telah diambil dan sesuai dengan kemampuan sendiri.	39, 17	28, 9	
Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri		Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri	5, 23	11, 8	12
		Mempunyai cita-cita	32, 16	7, 37	
		Semua tindakan yang dilakukan menimbulkan rasa positif terhadap diri.	14, 34	18, 21	
Berani mengungkapkan pendapat dengan orang lain		Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu	15, 24	20, 27	8
		Berani mengungkapkan ide-ide yang dimiliki baik dari lisan maupun tulisan	19, 33	26, 35	
Jumlah			20	20	40

2. Skala Penyesuaian Sosial

Skala penyesuaian sosial mengacu pada teori dari Hurlock. Menurut dengan 4 indikator antara lain:

a. Penampilan nyata

Perilaku sosial individu sesuai dengan standart kelompok atau memenuhi harapan kelompok maka individu akan diterima sebagai anggota kelompok. Bentuk dari penampilan nyata ini adalah aktualisasi diri, ketrampilan menjalin hubungan antar manusia, dan kesediaan untuk terbuka pada orang lain.

Kemampuan menerima dan menilai kenyataan lingkungan di luar dirinya secara objektif sesuai dengan pertimbangan-pertimbangan rasional dan perasaan. Kemampuan bertindak sesuai dengan potensi dan kemampuan yang ada pada dirinya serta kenyataan objektif di luar dirinya.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa. Bentuk dari penyesuaian diri adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab dan setia kawan.

Individu mempunyai sikap hormat pada sesama manusia dan mampu bertindak toleran, selalu menunjukkan perilaku hormat sesuai dengan harkat dan martabat manusia, serta dapat mengerti dan menerima keadaan orang lain. Individu yang mempunyai kesanggupan untuk bertindak secara terbuka dan sanggup menerima kritik, serta tindakannya dapat bersifat murni sehingga sanggup memperbaiki tindakan-tindakan yang tidak sesuai lagi dengan berbagai kelompok sosial.

c. Sikap sosial

Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, terhadap partisipasi sosial serta terhadap perannya dalam kelompok maka individu akan menyesuaikan diri dengan baik secara sosial. Bentuk dari sikap ini adalah ikut dalam kegiatan sosial dalam masyarakat, empati, dan ringan tangan.

Individu yang mampu dalam menyesuaikan diri maka dapat bertindak sesuai dengan potensi-potensi positif yang layak dikembangkan sehingga dapat

menerima dan diterima lingkungan, tidak disingkirkan oleh lingkungan maupun menentang dinamika lingkungan. Dapat bertindak sesuai norma yang dianut oleh lingkungannya, serta selaras dengan hak dan kewajibannya.

d. Kepuasan pribadi

Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan, dan percaya diri. Kemanapun dia pergi maka akan bertindak dinamis, luwes dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman, tidak dihantui oleh kecemasan dan ketakutan.

Skala penyesuaian sosial berjumlah 44 aitem. Yang terdiri dari 22 aitem *favourable* dan 22 aitem *unfavourable*.

Tabel 5
Blue Print Skala Penyesuaian Sosial

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Item		Jumlah Item
			<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
Penyesuaian Sosial	Penampilan nyata	Ketrampilan menjalin hubungan antar manusia	2, 30	4, 40	8
		Kesediaan untuk terbuka pada orang lain.	6, 32	12, 18	
	Penyesuaian diri terhadap kelompok	Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman	9, 31	10, 28	12

		sebaya maupun kelompok orang dewasa			
		Kerjasama dengan kelompok	7, 26	17, 8	
		Mempunyai rasa tanggung jawab	14, 27	15, 44	
	Sikap sosial	Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain	13, 43	16, 3	12
		Ikut kegiatan sosial	1, 29	24, 5	
		Empati dan ringan tangan.	21, 33	34, 37	
	Kepuasan pribadi.	Individu merasa puas dengan kontak sosialnya	20, 39	22, 36	12
		Individu merasa puas terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin atau anggota	25, 19	35, 23	
		Percaya diri sendiri	38, 41	42, 11	
Jumlah			22	22	44

G. Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini prosedur penelitian yang digunakan oleh peneliti sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Sebelum penelitian dilaksanakan peneliti terlebih dahulu melaksanakan observasi dan wawancara tidak terstruktur kepada mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

2. Tahap Perizinan

Pelaksanaan penelitian diawali dengan mengurus surat perizinan penelitian di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

3. Tahap Pelaksanaan

Peneliti menyebarkan skala tentang kepercayaan diri dan penyesuaian sosial kepada mahasiswa angkatan 2007 sampai angkatan 2009 Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

4. Tahap Pasca Pelaksanaan

Tahap ini merupakan tahap terakhir, pada tahap ini dilakukan pengolahan data yang diperoleh melalui skala psikologi yang meliputi pengumpulan data, penyerdehanaan data, serta pendiskripsian data dengan menggunakan rumus-rumus yang telah ditentukan.

H. Validitas Dan Reliabilitas

Suatu alat ukur yang baik dan dapat diandalkan harus dapat memberikan informasi seperti yang diharapkan, artinya bahwa alat ukur tersebut mampu mengukur apa yang seharusnya diukur oleh alat tersebut, yaitu harus memenuhi validitas dan reliabilitas. Hal ini menjadi sangat penting artinya karena kesimpulan suatu penelitian hanya akan dapat dipercaya apabila didasarkan pada informasi yang juga dapat dipercaya. Uji validitas dan reliabilitas merupakan hal yang penting dalam pengukuran. Dalam penelitian, pengukuran alat tes memiliki

sifat valid dan reliabel diperlihatkan oleh tingginya validitas dan reliabilitas hasil akhir suatu tes.⁷⁹

1. Validitas

Validitas berasal dari kata *validity* yang mempunyai arti sejauhmana ketepatan dan kecermatan suatu alat ukur dalam melakukan fungsi ukurnya.⁸⁰

Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan instrument. Suatu instrument yang valid atau sah mempunyai validitas tinggi. Sebaliknya, instrument yang kurang valid berarti memiliki validitas rendah.⁸¹

Terdapat tiga tipe validitas yaitu validitas isi, validitas konstruk dan validitas kriteria. Validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap isi skala dengan analisis rasional atau lewat profesional judgement. Pertanyaan yang dicari jawabannya dalam validitas ini adalah sejauh mana aitem-aitem dalam tes mencakup keseluruhan kawasan yang hendak diukur atau sejauh mana isi skala mencerminkan ciri atribut yang hendak diukur. Validitas isi dibagi menjadi dua bagian yaitu validitas muka dan validitas logik.⁸²

Validitas muka adalah tipe validitas yang paling rendah signifikannya karena hanya didasarkan pada penilaian terhadap format penampilan skala. Validitas logik bisa disebut sebagai validitas sampling (*sampling validity*). Validitas tipe ini menunjuk pada sejauhmana isi skala merupakan representasi dari ciri-ciri atribut yang hendak diukur. Untuk memperoleh validitas logik yang tinggi

⁷⁹ Azwar, S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Belajar. Hal. 1-2.

⁸⁰ Ibid. Hal. 5.

⁸¹ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 168.

⁸² Azwar, S. 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Belajar. Hal. 45.

suatu skala harus dirancang sedemikian rupa sehingga benar-benar berisi hanya aitem yang relevan dan perlu menjadi bagian tes secara keseluruhan. Validitas konstruk adalah tipe validitas yang menunjukkan sejauh mana tes mengungkap suatu konstruk teoritik yang hendak diukur. Sedangkan validitas kriteria adalah validitas berdasarkan kriteria tertentu yang dapat dijadikan dasar pengujian dari hasil sebuah alat ukur.⁸³

Dalam membuat skala kepercayaan diri dan penyesuaian sosial, peneliti menggunakan validitas isi logic dengan cara menggunakan kisi-kisi instrumen atau blue print skala. Dalam penyusunan instrumen ditentukan indikator-indikator sebagai tolak ukur dan nomor butir (aitem) pernyataan. Dengan jelasnya indikator maka akan jelas pula pernyataan yang ingin diukur. Blue print dan aitem skala kepercayaan diri dan penyesuaian sosial dilakukan analisa rasional oleh justifikasi ahli yang melibatkan pihak yang mampu dalam bidang ini.

2. Reliabilitas

Reliabilitas menunjukkan sejauh mana suatu alat ukur memiliki kejelasan hasil, suatu hasil pengukuran dikatakan baik jika dalam beberapa kali pelaksanaan pengukuran terhadap subjek yang sama diperoleh hasil yang relatif sama.⁸⁴ Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto reliabilitas menunjuk pada suatu pengertian bahwa sesuatu instrument cukup dapat dipercaya untuk digunakan

⁸³ Ibid. Hal. 46-53.

⁸⁴ Ibid. Hal. 4.

sebagai alat pengumpul data karena instrumen yang baik tidak akan bersifat tendensius mengarahkan responden untuk memilih jawaban-jawaban tertentu.⁸⁵

Adapun alat ukur yang digunakan untuk menguji reliabilitas dalam penelitian ini menggunakan analisa Alpha dari Cronbach dengan menggunakan rumus sebagai berikut:⁸⁶

$$r_{11} = \left(\frac{K}{K-1} \right) \left(1 - \frac{\sum \sigma_b^2}{\sigma_1^2} \right)$$

Keterangan:

r_{11} = Koefisien Alpha

K = Jumlah Kasus

$\sum \sigma_b^2$ = Jumlah Varian Butir

σ_1^2 = Varian Total

I. Metode Analisis Data

Analisis data menurut Lexy J. Moleong (dalam Hasan Iqbal) adalah proses mengkategorisasikan dan mengurutkan data kedalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disankan oleh data.⁸⁷ Berikut adalah teknik analisis data yang meliputi:

1. Analisa Norma

⁸⁵ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 178.

⁸⁶ Ibid. Hal. 196.

⁸⁷ Hasan, M.Iqbal. 2002. *Pokok-pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia. Hal. 97.

Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa, maka digunakan kategorisasi untuk variabel berjenjang dengan mengacu pada skor standar deviasi dengan rumus sebagai berikut :

Mean

$$M = \frac{\sum Fx}{N}$$

SD

$$SD = \sqrt{\frac{\sum Fx^2}{N} - M^2}$$

Keterangan:

M : Mean

X : Nilai masing-masing respon

N : Jumlah respon

F : Frekuensi

Kemudian dilakukan kategorisasi dengan rumus sebagai berikut:⁸⁸

Tabel 6
Kategorisasi Distribusi Normal

Kategori	Rumus
Sangat Tinggi	$x > (M + 1,5 SD)$
Tinggi	$(M + 0,5 SD) < x \leq (M + 1,5 SD)$
Sedang	$(M - 0,5 SD) < x \leq (M + 0,5 SD)$
Rendah	$(M - 1,5 SD) < x \leq (M - 0,5 SD)$
Sangat Rendah	$x \leq (M - 1,5 SD)$

⁸⁸ Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 108.

2. Analisa Prosentase

Setelah diketahui norma dengan menggunakan rumus Mean dan standar deviasi lalu dilakukan proses prosentase. Untuk mengetahui prosentasenya dengan menggunakan rumus:

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

Keterangan :

P : Prosentase

F : Frekwensi

N : Jumlah subjek

3. Analisa Korelasi *Poduck Moment*

Sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengetahui korelasi antara variabel X (kepercayaan diri) dengan variabel Y (penyesuaian sosial), maka peneliti menggunakan teknik analisis *product moment* dengan rumus sebagai berikut :⁸⁹

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

Keterangan:

R_{xy} : koefisien korelasi X terhadap Y

N : jumlah subjek

X : skor kepercayaan diri.

Y : skor penyesuaian sosial

⁸⁹ Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta. Hal. 271-272

Besar kecilnya korelasi selalu dinyatakan dalam angka. Angka korelasi ini disebut koefisien korelasi. Koefisien korelasi selalu bergerak diantara 0,000 dan \pm 1,000. Lebih jelasnya taraf signifikan dapat dilihat dalam tabel berikut ini.⁹⁰

Tabel 7
Taraf Signifikan

No	Angka Korelasi	Taraf Signifikan
1	$p \leq 0.010$	Sangat Signifikan
2	$p \leq 0.050$	Signifikan
3	$p > 0.050$	Tidak Signifikan

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang

⁹⁰ Hadi, S. 2005. *Aplikasi Ilmu Statistika di Fakultas Psikologi*. Anima. Volume 20, Nomor 3. Hal. 208.

Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang merupakan lembaga pendidikan tinggi yang berada di bawah naungan Departemen Agama dan secara fungsional akademik di bawah pembinaan Departemen Pendidikan Nasional bertujuan untuk mencetak sarjana psikologi muslim yang mampu mengintegrasikan ilmu psikologi dan keislaman (yang bersumber dari Al-Qur'an, Al-Hadist dan khazanah keilmuan Islam). Program studi psikologi pertama kali dibuka pada tahun 1997 sesuai dengan SK Dirjen Binbaga Islam, No. E/107/1997, kemudian menjadi Jurusan psikologi tahun 1999 berdasarkan SK Dirjen Binbaga Islam, No. E/212/1999, 25 Juli 2001 dan surat Dirjen Dikti Diknas No. 2846/D/T/2001, Tgl. 25 Juli 2001. Akhirnya pada tanggal 21 Juni 2004 terbit SK Presiden RI No. 50/2004 tentang perubahan IAIN Suka Yogyakarta dan STAIN Malang menjadi UIN dan telah terakreditasi oleh Badan Akreditasi Nasional (BAN) Perguruan Tinggi No. 003/BAN-PT/Ak-X/S1/II/2007 dengan predikat baik.

Melalui Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang diperoleh beberapa keuntungan sebagai berikut:

- a. Pendidikan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (UIN) Malang, dilaksanakan oleh tenaga pendidik yang profesional dan kompeten dalam bidangnya dan mampu membekali peserta didik dengan pengetahuan akademik yang yang memadai sehingga mampu mengaplikasikan keilmuannya dalam kehidupan sehari-hari.
- b. Kurikulum dalam pendidikan Psikologi disusun dirancang oleh tenaga profesional sehingga peserta didik dibekali dan dilatih ketrampilan untuk

mampu menerapkan keilmuannya baik di dunia kerja workshop, pelatihan maupun kegiatan-kegiatan psikologi lainnya.

2. Visi dan Misi Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang

Visi Fakultas Psikologi adalah menjadi fakultas terkemuka dalam penyelenggaraan pendidikan dan pengajaran, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang memiliki kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu dan kematangan profesional, dan menjadi pusat pengembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni yang bernafaskan Islam serta menjadi penggerak kemajuan masyarakat.

Misi Fakultas Psikologi adalah menciptakan sivitas akademika yang memiliki kedalaman spiritual dan keluhuran akhlak, memberikan pelayanan yang profesional terhadap pengkaji ilmu pengetahuan psikologi yang bernafaskan Islam, mengembangkan ilmu psikologi yang bercirikan Islam melalui pengkajian dan penelitian ilmiah, dan mengantarkan mahasiswa psikologi yang menjunjung tinggi etika moral.

3. Tujuan Fakultas Psikologi UIN MALIKI Malang

Fakultas psikologi menetapkan tujuan pendidikannya untuk menghasilkan sarjana psikologi yang memiliki wawasan dan sikap yang agamis, menghasilkan sarjana psikologi yang profesional dalam menjalankan tugas, menghasilkan sarjana psikologi yang mampu merespons perkembangan dan kebutuhan masyarakat serta dapat melakukan inovasi-inovasi baru dalam bidang psikologi, dan menghasilkan sarjana psikologi yang mampu memberikan tauladan dalam kehidupan atas dasar nilai-nilai Islam dan budaya luhur bangsa.

Fakultas Psikologi didukung oleh tenaga-tenaga profesional yang kapabel di bidangnya. Fakultas Psikologi juga didukung laboratorium dan unit-unit penunjang yang terdiri atas unit psikologi terapan, unit konseling dan unit Kajian Psikologi Keislaman. Laboratorium Psikologi dengan peralatan memadai bertujuan untuk memberi layanan psikodiagnostik kepada mahasiswa atau masyarakat yang membutuhkan jasa layanan psikologis.

Unit psikologi terapan, sebuah unit jasa pelayanan praktis dalam psikologi untuk masyarakat umum, baik industri, sosial, pendidikan maupun keluarga. Unit konseling, sebuah unit konsultasi psikologi kepada mahasiswa, sivitas akademika Universitas dan masyarakat luas berkaitan dengan masalah-masalah pribadi seperti masalah belajar, bimbingan karir, penyesuaian pribadi, penelusuran kemampuan minat dan bakat.

2. Uji Validitas Dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

Standar pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem berdasarkan pendapat Saifudin Azwar bahwa suatu aitem dikatakan valid apabila $r_{ix} \geq 0,30$. Namun, apabila jumlah aitem yang valid ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit kriteria dari 0,30 menjadi 0,25 atau 0,20. Adapun standart yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah 0,30.⁹¹ Dalam penelitian ini, uji validitas menggunakan bantuan SPSS 15, 0 for windows, nilai koofisien terendah yang dipakai pada skala

⁹¹ Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar. Hal. 65.

kepercayaan diri adalah 0,300 dan yang tertinggi adalah 0,630. Nilai koefisien terendah yang dipakai pada skala penyesuaian sosial adalah 0,311 dan yang tertinggi adalah 0,716.

Dari hasil analisis uji validitas skala kepercayaan diri dari 40 aitem, yang diujikan kepada 93 responden terdapat 21 aitem yang dinyatakan valid dan 19 aitem yang dinyatakan gugur atau tidak valid. sedangkan skala penyesuaian sosial dari 44 aitem, yang diujikan kepada 93 responden terdapat 34 aitem yang dinyatakan valid dan 10 aitem yang dinyatakan gugur atau tidak valid. Perincian aitem-aitem yang valid dan tidak valid atau gugur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8
Hasil Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Aitem			Jumlah Aitem
			<i>F</i>	<i>U-F</i>	Aitem Gugur	

Kepercayaan Diri	Percaya pada kemampuan diri	Selalu bersikap optimis	2, 29	30	4	12
		Yakin dalam mengerjakan sesuatu	10	38	36, 12	
		Tidak bergantung dengan orang lain		31, 1	40, 6	
	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	Selalu mengambil keputusan sendiri tanpa adanya keterlibatan orang lain			25, 3, 22, 13	8
		Yakin terhadap keputusan yang telah diambil dan sesuai dengan kemampuan sendiri.	39	28	17, 9	
	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	Adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri	5, 23		11, 8	12
		Mempunyai cita-cita	32	7, 37	16	
		Semua tindakan yang dilakukan menimbulkan rasa positif terhadap diri.		18, 21	14, 34	
	Berani mengungkapkan pendapat dengan orang lain	Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu	15, 24	27	20	8
		Berani mengungkapkan ide-ide yang dimiliki baik dari lisan maupun tulisan	19	26	33, 35	
Jumlah			10	11	19	40

Tabel 9
Hasil Uji Validitas Skala Penyesuaian Sosial

Variabel	Indikator	Deskriptor	Nomor Aitem			Jumlah Aitem
			F	U-F	Aitem Gugur	

Penyesuaian Sosial	Penampilan nyata	Ketrampilan menjalin hubungan antar manusia	2, 30	4, 40	-	8
		Kesediaan untuk terbuka pada orang lain.	6, 32	18	12	
	Penyesuaian diri terhadap kelompok	Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok baik kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa	9, 31	10, 28	-	12
		Kerjasama dengan kelompok	26	17	7, 8	
		Mempunyai rasa tanggung jawab	27	15, 44	14	
	Sikap sosial	Individu dapat menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain	13	16, 3	43	12
		Ikut kegiatan sosial	1, 29	5	24	
		Empati dan ringan tangan.	21, 33	34, 37	-	
	Kepuasan pribadi.	Individu merasa puas dengan kontak sosialnya	20, 39	22, 36	-	12
		Individu merasa puas terhadap peran yang dimainkannya dalam situasi sosial, baik sebagai pemimpin atau anggota	25	35	19, 23	
		Percaya diri sendiri	41	11	38, 42	
	Jumlah			17	17	10

b. Uji Reliabilitas

Dari uji reliabilitas dengan menggunakan program SPSS 15.0 *for windows*, diperoleh hasil yaitu 0,862 pada skala kepercayaan diri. Sedangkan dari

skala penyesuaian sosial diperoleh hasil 0,913. Berikut rangkuman uji reliabilitas dalam bentuk tabel seperti berikut.

Tabel 10
Koefisien Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial

Skala	Koefisien Reliabilitas	Kategori
Kepercayaan Diri	0.862	Reliabel
Penyesuaian Sosial	0.913	Reliabel

Adapun hasil uji reliabilitas dengan menggunakan program SPSS 15.0 *for windows* dapat ditunjukkan seperti berikut:

Hasil SPSS Uji Reliabilitas Kepercayaan Diri
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.862	21

Hasil SPSS Uji Reliabilitas Penyesuaian Sosial
Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	34

C. Analisis Deskriptif Data Hasil Penelitian

1. Analisis Data Kepercayaan Diri

Analisis data dilakukan guna menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan pada bab sebelumnya, sekaligus memenuhi tujuan dari penelitian ini. Untuk mengetahui diskripsi masing-masing variabel maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh dari mean dan standar deviasi, berikut ini hasil analisis distribusi normal dari mean dan standar deviasi dengan menggunakan SPSS 15,0 *for windows*.

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Kepercayaan Diri	62.9355	6.88225	93

Dari hasil descriptive statistik kemudian dilakukan pengelompokan menjadi lima kategori yaitu kategori sangat tinggi, kategori tinggi, kategori sedang, kategori rendah dan kategori sangat rendah, dapat dilihat pada tabel hasil analisis tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang dibawah ini:

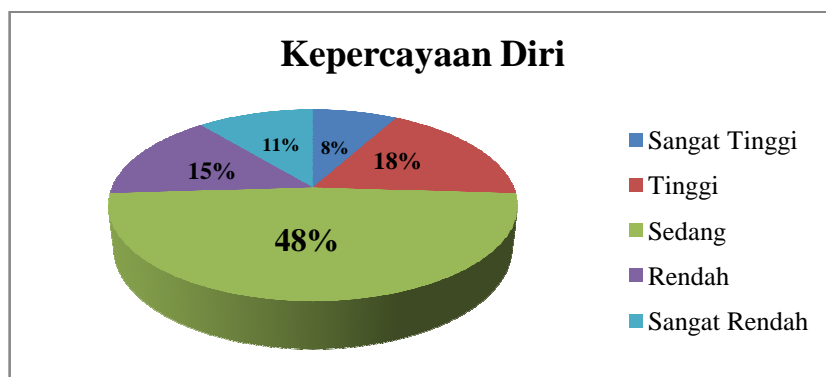
Tabel 11
Hasil Kategorisasi Norma Kepercayaan Diri

Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Prosentase (%)
Kepercayaan Diri	Sangat Tinggi	$x > 73,5$	7	8%
	Tinggi	$66,5 < x \leq 73,5$	17	18%
	Sedang	$59,5 < x \leq 66,5$	45	48%
	Rendah	$52,5 < x \leq 59,5$	14	15%
	Sangat Rendah	$x \leq 52,5$	10	11%
Total :			93	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa deskripsi dari tingkat kepercayaan diri mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang berada pada kategori sedang dengan prosentase 48%. Lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram dibawah ini:

Histogram 1

Kategorisasi Norma Kepercayaan Diri



Dari penjelasan histogram di atas bahwasannya tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang terbagi menjadi 5 kategori. Kategori sangat tinggi memiliki prosentase 8%, tinggi 18%, sedang 48%, rendah 15% dan sangat rendah 11%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan

diri mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang adalah sedang.

2. Analisis Data Penyesuaian Sosial

Analisis data dilakukan guna menjawab rumusan masalah dan hipotesis yang diajukan pada bab sebelumnya, sekaligus memenuhi tujuan dari penelitian ini. Untuk mengetahui deskripsi masing-masing variabel maka perhitungannya didasarkan pada distribusi normal yang diperoleh dari mean dan standar deviasi, berikut ini hasil analisis distribusi normal dari mean dan standar deviasi dengan menggunakan SPSS 15,0 *for windows*.

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
Penyesuaian Sosial	106.9140	10.49188	93

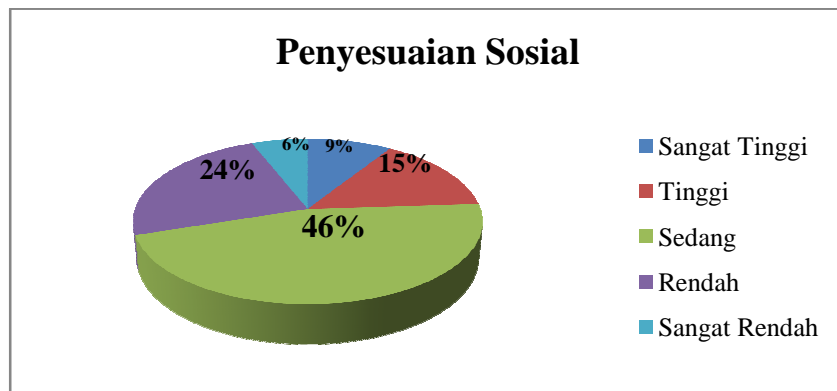
Dari hasil descriptive statistik kemudian dilakukan pengelompokan menjadi lima kategori yaitu kategori sangat tinggi, kategori tinggi, kategori sedang, kategori rendah dan kategori sangat rendah, dapat dilihat pada tabel hasil analisis instrumen tingkat penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang dibawah ini:

Tabel 12
Hasil Kategorisasi Norma Penyesuaian Sosial

Variabel	Kategori	Kriteria	Frekuensi	Prosentase (%)
Penyesuaian Sosial	Sangat Tinggi	$x > 122,75$	8	9%
	Tinggi	$112,25 < x \leq 122,75$	14	15%
	Sedang	$101,75 < x \leq 112,25$	43	46%
	Rendah	$91,25 < x \leq 101,75$	22	24%
	Sangat Rendah	$x \leq 91,25$	6	6%
Total:			93	100 %

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa deskripsi dari tingkat kepercayaan diri mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang berada pada kategori sedang dengan prosentase 46%. Lebih jelasnya dapat dilihat pada histogram dibawah ini:

Histogram 2
Kategorisasi Norma Penyesuaian Sosial



Dari penjelasan histogram di atas bahwasannya tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang terbagi menjadi 5 kategori. Kategori sangat tinggi memiliki prosentase 9%, tinggi 15%, sedang 46%, rendah

24% dan sangat rendah 6%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian sosial mahasiswa semester II, semester IV, dan semester VI Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang adalah sedang.

3. Hasil Uji Hipotesis Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial

Korelasi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang, dapat diketahui setelah dilakukan uji hipotesis. Untuk mengetahui hipotesis pada penelitian ini akan dianalisis dengan menggunakan analisa *product moment* . Sedangkan metode yang digunakan untuk mengolah data adalah dengan menggunakan metode statistik yang menggunakan bantuan komputer dengan program SPSS 15.0 *for windows*. Dari hasil analisis data menggunakan program SPSS 15.0 *for windows* maka diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel 13
Hasil Korelasi Antara Kedua Variabel
Correlations

		Kepercayaan Diri	Penyesuaian Sosial
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	1	.398(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	93	93
Penyesuaian Sosial	Pearson Correlation	.398(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	93	93

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

Tabel 14
Perincian Hasil Korelasi Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial

rx_y	Sig	Keterangan	Kesimpulan
0,398	0,000	Sig < 0,05	Sangat signifikan

Hasil korelasi kepercayaan diri dan penyesuaian sosial menunjukkan angka sebesar 0,398 dengan $p = 0,000$. Hal ini berarti bahwa terdapat hubungan antara keduanya adalah sangat signifikan positif karena $p < 0,050$ dapat dijelaskan dengan ($r_{xy} = 0,398$; $sig = 0,000 < 0,05$).

D. PEMBAHASAN

1. Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam diri yang berupa perasaan dan anggapan bahwa dirinya dalam keadaan baik sehingga memungkinkan individu tampil dan berperilaku dengan penuh keyakinan. Kepercayaan diri mahasiswa bersifat individual, artinya setiap individu mempunyai ukuran percaya diri yang berbeda-beda.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan tingkat kepercayaan diri mahasiswa berbeda-beda, dan hasil analisa menunjukkan tingkat kepercayaan yang terbagi menjadi 5 kategori. Kategori kepercayaan diri sangat tinggi memiliki prosentase 8%, kepercayaan diri tinggi 18%, kepercayaan diri sedang 48%, kepercayaan diri rendah 15% dan kepercayaan diri sangat rendah

11%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa berada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil analisa di atas bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas psikologi adalah sedang. tingkat kepercayaan diri mahasiswa 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 Asmadi Alsa menyatakan bahwa kepercayaan diri pada setiap mahasiswa akan berbeda, karena kepercayaan diri merupakan pandangan sikap dan keyakinan mahasiswa dalam menghadapi suatu tugas dan pekerjaan. Jika tidak ada percaya diri seorang mahasiswa tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan menjadi manusia yang utuh 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.⁹² Kepercayaan diri juga membawa kekuatan dalam menentukan langkah dan merupakan faktor utama dalam mengatasi suatu masalah.

Perbedaan tersebut juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor dukungan dari keluarga dan faktor lingkungan sosial. Keluarga yang selalu melatih kepercayaan diri putra putrinya maka akan terbentuklah kepercayaan diri, serta lingkungan sosial yang merupakan lingkungan hidup yang pertama dan utama dalam kehidupan setiap orang untuk mempengaruhi pembentukan

⁹² Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. Jurnal Psikologi. No.1. 47-58. Hal 48

kepercayaan diri. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Loekmono (dalam Asmadi Alsa) menjelaskan bahwa faktor-faktor kepercayaan diri yaitu faktor yang berasal dari dalam diri dan pengalaman keluarga serta tradisi, kebiasaan dalam lingkungan atau kelompok dimana keluarga tersebut berasal.⁹³

Kepercayaan diri sangat penting dalam diri mahasiswa 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 hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.⁹⁴ Lauster 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.⁹⁵

Selain itu salah satu ciri orang yang percaya diri adalah mempunyai sifat optimis, optimistis adalah suatu sikap yang selalu berpengharapan (berpandangan) baik dalam menghadapi segala hal. Optimis adalah lawan kata dari putus asa. Putus asa timbul karena tiada kemauan hati dan raga untuk mencari dan meyakini rahmat Allah SWT.⁹⁶ Sikap optimistis merupakan kebutuhan pokok yang sangat diperlukan oleh orang yang menempuh jalan Allah SWT, yang seandainya dia meninggalkannya walaupun sekejap, maka akan luput atau hampir luput,

⁹³ Ibid. Hal. 48

⁹⁴ Ibid. Hal. 48.

⁹⁵ Ibid. Hal. 49.

⁹⁶ (<http://pks-sidoarjo.org/tausiyah-ketua-dpd/optimis-cermin-pribadi-seorang-muslim.htm>)

Optimisme timbul dari rasa gembira dengan kemurahan Allah SWT dan karunia-Nya serta perasaan lega menanti kemurahan dan anugerah-Nya karena percaya akan kemurahan Tuhannya. Seperti yang dijelaskan dalam ayat berikut ini:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ﴿١٣٩﴾

Artinya:

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

Orang yang mempunyai sikap optimistis 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 pahala-Nya.

Kepercayaan diri sebagai keberhasilan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Semua tujuan itu akan terlaksana jika mahasiswa psikologi mempunyai kepercayaan diri yang cukup karena jika tidak ada rasa percaya diri seorang mahasiswa tidak dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan menjadi manusia yang utuh 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 menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

2. Tingkat Penyesuaian Sosial Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses dari individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan di mana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan menunjukkan tingkat tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas psikologi terbagi menjadi 5 kategori. Kategori penyesuaian sosial sangat tinggi memiliki prosentase 9%, penyesuaian sosial tinggi 15%, penyesuaian sosial sedang 46%, penyesuaian sosial rendah 24% dan penyesuaian sosial sangat rendah 6%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi adalah sedang.

Berdasarkan hasil analisa di atas bahwa tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas psikologi adalah berbeda-beda. Seorang mahasiswa di dalam perkembangan selanjutnya diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sesuai dengan perkembangan usia mereka, sehingga ia mampu memikul tanggung

jawab yang ada sesuai dengan usianya.⁹⁷ Selain itu tingkat penyesuaian sosial mahasiswa dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor pola asuh orang tua dan faktor lingkungan di mana ia tinggal.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Hurlock bahwa pola perilaku sosial yang dikembangkan di rumah yang buruk akan menyebabkan kesulitan dalam penyesuaian diri dimasyarakat dan juga sebaliknya, perilaku sosial yang baik di rumah dalam penyesuaian sosial tidak ada hambatan.⁹⁸ Dengan memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru dilingkungan rumah akan mempermudah penyesuaian di luar rumah. Dengan belajar dari pengalaman yang menyenangkan akan memberi motivasi dalam penyesuaian sosial, dan untuk belajar melakukan penyesuaian sosial yang baik bimbingan orang tua sangat diperlukan untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik.

Remaja dalam hal ini mahasiswa salah satu tugas perkembangannya adalah mencapai hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya, baik pria maupun wanita. Dalam penyesuaian sosial, remaja ingin diterima oleh teman sebayanya.⁹⁹ Demikian pula dengan remaja yang mulai memasuki lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk dapat diterima dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

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

⁹⁷ Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga.Hal. 337

⁹⁸ Ibid. Hal. 288.

⁹⁹ Hurlock, B.Elizabeth 1980. *Pikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga. Hal. 194

agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mengaktualisasikan dirinya dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

Seseorang yang melakukan penyesuaian sosial berarti dia telah menjalin hubungan persaudaraan dan persahabatan dengan orang disekitarnya. Allah SWT menyebutkan orang yang berhasil menjalin persaudaraan sebagai *Ulul Al-baab* (orang yang berakal). Hal ini dapat dilihat dalam al-Qur'an surat Al-Ra'du ayat 21;

وَالَّذِينَ يَصِلُونَ مَا أَمَرَ اللَّهُ بِهِ أَنْ يُوصَلَ وَيَخْشَوْنَ رَبَّهُمْ وَيَخَافُونَ سُوءَ الْحِسَابِ ﴿٢١﴾

Artinya:

Dan orang-orang yang menghubungkan apa-apa yang Allah perintahkan supaya dihubungkan, dan mereka takut kepada Tuhannya dan takut kepada hisab yang buruk. Yaitu mengadakan hubungan silaturahmi dan tali persaudaraan (QS. Al-Ra'du ayat 21).

Manusia berinteraksi dengan lingkungan sosialnya, di mana dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial akan terjalin hubungan manusia dengan orang lain, yaitu dengan cara berbuat baik terhadap sesama manusia maka akan terbentuk suatu interaksi atau penyesuaian sosial yang baik, dan Allah SWT menyukai orang-orang yang berbuat baik antara sesamanya.

Penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada

khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik maka dapat mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan.¹⁰⁰

3. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Mahasiswa yang mempunyai kepercayaan diri yang baik maka penyesuaian diri terhadap sosialnyapun akan berlangsung lancar, apabila mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya maka akan ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu di luar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian, dan itu akan mempermudah dalam mengaktualisasikan diri dan akan memperlancar mereka mencapai kesuksesan dalam kehidupan.

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *product moment* antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa didapatkan hasil $r = 0,398$ dan $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial karena $p < 0,050$ dapat dijelaskan dengan ($r_{xy} = 0,398$; $sig = 0,000 < 0,05$). Analisis korelasi *product moment* dibantu dengan menggunakan bantuan SPSS 15.0 *for windows*

¹⁰⁰ Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga.Hal.287.

Jadi dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini telah terbukti, artinya ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Jika mahasiswa Fakultas psikologi memiliki kepercayaan diri yang sedang maka tingkat penyesuaian sosialnya juga sedang. dan dapat dilihat dari tingkat kepercayaan diri mahasiswa berada pada kategori sedang 48%, dan penyesuaian sosial pada kategori sedang dengan prosentase 46%.

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

Hal ini sesuai dengan pendapat Zakiah Darajat, jika mahasiswa mempunyai kepercayaan diri maka dia mampu untuk menyesuaikan diri dengan kerabat, teman-temannya dan orang-orang yang ada di sekitarnya serta lingkungan sosialnya. Karena lingkungan sangat mempengaruhi keberhasilan dalam penyesuaian sosial yang baik.¹⁰¹ Dan ketika mahasiswa mempunyai kepercayaan terhadap dirinya maka dia mampu menerima dirinya sebagai manusia, serta memberikannya kekuatan untuk percaya kepada orang lain. Di samping itu mereka mampu untuk menghadap tantangan dalam menjalani kehidupan, dan

¹⁰¹ Drajat Zakiah. 1982. *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang. Hal. 112.

memandang hari-hari kedepan dan tujuan-tujuannya dengan pandangan yang positif.

Tahapan-tahapan proses dalam mencapai penyesuaian sosial secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian. Mahasiswa 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 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.¹⁰²

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

¹⁰² Sunarto dan B. Agung Hartono. 2005. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi.

Menurut Mohammad Ali bahwasannya penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan sosialnya akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, harga diri dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaiannya. Dan sebaliknya jika kondisi fisik yang tidak sehat dapat menyebabkan perasaan rendah diri, kurang percaya diri, atau bahkan menyalahkan diri sehingga berpengaruh kurang baik bagi penyesuaian.¹⁰³

Selain kondisi fisik yang sudah dijelaskan di atas terdapat hambatan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yaitu pengalaman traumatik yaitu peristiwa yang dialami oleh individu dan dirasakan sebagai sesuatu yang sangat tidak menyenangkan, menyedihkan atau bahkan sangat menyakitkan sehingga individu tersebut merasa sangat tidak ingin peristiwa itu terulang kembali. Individu yang mengalami trumatik akan cenderung ragu-ragu, kurang percaya diri, bahkan takut ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru.¹⁰⁴ Selain itu mahasiswa harus dapat menerima kondisi orang lain dan kondisi lingkungan di mana ia berada.

Penerimaan terhadap orang lain berhubungan erat dengan penerimaan terhadap diri sendiri, maka orang mempunyai kepercayaan diri yang baik dan dapat mempercayai orang lain, tergolong orang yang paling banyak perhatian dan mempunyai kemauan untuk maju dan berkerja sama dengan orang lain, dan sangat ingin untuk membiarkan orang lain membawanya kedalam mereka, serta

¹⁰³ Ali Moh, dkk. 2009. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara. Hal. 182

¹⁰⁴ Ibid. Hal. 182.

mengemukakan persolan-persoalan pribadi mereka kepadanya, dan mereka mampu berhubungan secara aktif serta mampu memberi dan menerima keadaan orang yang ada disekitarnya.¹⁰⁵

Manusia diciptakan oleh Allah SWT menjadi makhluk yang sempurna karena manusia diberi suatu kelebihan dari makhluk lain di dunia yaitu akal. Hal ini seperti yang sudah di firmankan Allah dalam Al-qur'an, sebagai berikut (QS, Surat Attin:4):

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ﴿٤﴾

Artinya:

Sesungguhnya kami Telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya, (QS, Surat Attin:4).

Setelah menyimak ayat di atas, bahwasannya kita sebagai manusia sudah diciptakan oleh Allah dalam bentuk yang sebaik-baiknya, tetapi kenapa masih ada rasa tidak percaya diri jika kita sudah diciptakan dalam bentuk yang sebaik-baiknya dibandingkan dengan makhluk yang lain. Allah sangat menyayangi umatnya yang selalu berhubungan dan berinteraksi dengan orang banyak atau dengan lingkungan sosialnya. Maka dalam Al-Qur'an pun telah dijelaskan bahwasannya kita harus berhubungan dan berinteraksi dengan lingkungan di sekitar kita, baik dengan keluarga maupun tetangga di sekitar kita, dan berbuat baik kepada mereka, seperti yang tertera dalam Al-Qur'an surat An-Nissa' ayat 36. Allah Berfirman:

¹⁰⁵ Drajat Zakiah. 1982. *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang. Hal. 113

وَالْمَسْكِينِ وَالْجَارِ ذِي الْقُرْبَىٰ وَالْجَارِ الْجُنُبِ وَالصَّاحِبِ بِالْجَنبِ وَابْنِ السَّبِيلِ وَمَا مَلَكَتْ
أَيْمَانُكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ مَن كَانَ مُخْتَالًا فَخُورًا ﴿٣٦﴾

Artinya:

Sembahlah Allah dan janganlah kamu mempersekutukan-Nya dengan sesuatupun, dan berbuat baiklah kepada dua orang ibu-bapak, karib-kerabat, anak-anak yatim, orang-orang miskin, tetangga yang dekat dan tetangga yang jauh[294], dan teman sejawat, ibnu sabil[295] dan hamba sahayamu. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang sombong dan membangga-banggakan diri (QS. An-Nissa' 4:36).

Kepercayaan diri bagi mahasiswa 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.

Terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas psikologi, mahasiswa Fakultas psikologi memiliki kepercayaan diri yang sedang maka tingkat penyesuaian sosialnya juga sedang. Jika mahasiswa mempunyai kepercayaan diri maka dia mampu untuk menyesuaikan diri dengan kerabat, teman-temannya dan orang-orang yang ada di sekitarnya serta lingkungan sosialnya. Karena lingkungan sangat mempengaruhi keberhasilan dalam penyesuaian sosial yang baik. Tahapan-tahapan proses dalam mencapai penyesuaian sosial yang secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, mahasiswa 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 dan keyakinan yang kuat serta mampu bertindak dengan segera.

BAB V

PENUTUP

C. Kesimpulan

Dari hasil penelitian pada bab sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Kepercayaan diri mahasiswa Fakultas psikologi UIN Maliki Malang.

Berdasarkan hasil analisis data bahwasannya tingkat kepercayaan diri mahasiswa terbagi menjadi 5 kategori yaitu kategori kepercayaan diri sangat tinggi memiliki prosentase 8%, kepercayaan diri tinggi 18%, kepercayaan diri sedang 48%, kepercayaan diri rendah 15% dan kepercayaan diri sangat rendah 11%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat kepercayaan diri mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang berada pada kategori sedang dengan prosentase 48%.

2. Penyesuaian Sosial Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang.

Berdasarkan hasil analisis data bahwasannya tingkat penyesuaian sosial mahasiswa terbagi menjadi 5 kategori yaitu kategori penyesuaian sosial sangat tinggi memiliki prosentase 9%, penyesuaian sosial tinggi 15%, penyesuaian sosial sedang 46%, penyesuaian sosial rendah 24% dan penyesuaian sosial sangat rendah 6%. Jadi dapat disimpulkan bahwa tingkat penyesuaian sosial mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang berada pada kategori sedang dengan prosentse 46%.

3. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Berdasarkan hasil analisis uji korelasi *product moment* antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial mahasiswa menunjukkan angka sebesar 0,398 dengan $p = 0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial karena $p < 0,050$ dapat dijelaskan dengan ($r_{xy} = 0,398$; $\text{sig} = 0,000 < 0,05$).

D. Saran

Hasil penelitian ini perlu ditindaklanjuti untuk meningkatkan kualitas mahasiswa yang penuh percaya diri dan mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Dengan demikian hasil maksimal akan diperoleh. Hasil penelitian ini perlu ada tindaklanjut dari beberapa pihak antara lain:

1. Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Untuk meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa Fakultas psikologi UIN Maliki Malang pihak fakultas hendanya membantu meningkatkan kepercayaan diri dengan cara bersikap ramah kepada mahasiswa agar mahasiswa tidak merasa takut dan minder dalam menghadapi orang baru. Karena jika mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka ia akan mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

2. Mahasiswa Fakultas psikologi UIN Maliki Malang

Untuk mahasiswa Fakultas psikologi UIN Maliki Malang hendaknya dapat meningkatkan kepercayaan diri dengan cara bersikap optimis dan tidak rendah

diri, karena dengan percaya diri maka dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

3. Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menambah variabel yang lain agar dapat mengungkap permasalahan lain yang ada pada mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshari, Hafi. 1996. *Kamus Psikologi*. Surabaya: Usaha Nasional
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____ 2005. *Manajemen Penelitian*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya
- Ali Moh, dkk. 2009. *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT Bumi Aksara
- Alsa, Asmadi dkk. 2006. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*. Semarang. *Jurnal Psikologi*. No.1. 47-58.
- Azwar, S. 2004. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- _____ 2007. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- _____ 2007. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta. Pustaka Belajar
- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Drajat Zakiah. 1982. *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang
- _____. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: CV Haji Masagung
- Departemen Agama RI. 2000. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*
- Endarmoko, Eko. 2006. *Tesaurus Bahasa Indonesia*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Fasikhah, S.S. 1994. *Peranan Kompetensi Sosial Pada T.L Koping Remaja Akhir*. Tesis. Yogyakarta. Program P.S UGM Yogyakarta.
- Hadi, S. 2000. *Metodologi Research*. Yogyakarta: Yayasan Penerbitan Fakultas Psikologi UGM
- _____ 2005. *Aplikasi Ilmu Statistika di Fakultas Psikologi*. Anima. Volume 20, Nomor 3
- Hakim, Thursan. 2002. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara

- Hambly, Kenneth. 1995. *Bagaimana Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta. Arcan
- Hamka. 1982. *Pribadi*. Jakarta: Bulan Bintang
- _____ 1978. *Tasawuf Modern*. Jakarta: Pustaka Panjimas
- Hartati Sri, dkk. 2005. *Studi Korelasi Persepsi Terhadap Afeksi Ayah Dengan Kemampuan Penyesuaian Sosial Remaja Di Sekolah Lanjutan Pertama*. Jurnal Psikologi. Volume 2. Nomor 1
- Hasan, M.Iqbal. 2002. *Pokok-pokok Materi Metode Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Hurlock, B.Elizabeth. 1978. *Pikologi Perkembangan Anak 1* (edisi keenam). Terjemahan oleh Meitasari & Zarkasih. Jakarta: Erlangga.
- _____ 1980. *Pikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan* (edisi kelima). Terjemahan oleh Istidawanti & Soedjarwo. Jakarta: Erlangga.
- Kumara, Amitya (1988). *Studi Pendahuluan Tentang Validitas dan Reliabilitas The Test Self Confidence*. Yogyakarta:Universitas Gajah Mada
- Lindenfield, Gael. 1997. *Mendidik Anak Agar Percaya Diri*. Jakarta: Arcan
- Marko Santoso dkk. 2005. *Hubungan Antara Rasa Percaya Diri dan Agresivitas pada Atlet Bola Basket*. Jurnal Phornesis. Volume 7. Nomor 1. 51-64
- Nazir Moh. 2005. *Metode Penelitian*. Bogor Selatan. Ghalia Indonesia
- Saleh, M. 1995. *Serba-Serbi Kepribadian*. Jakarta: Gramedia Widya Sarana
- Santrock. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga
- Sayyid, Mujtaba. 1993. *Psikologi Islam*. Jakarta: Pustaka Hidayah
- Sugiono. 2009. *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sunarto dan B. Agung Hartono. 1995. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Direktorat Pendidikan Tinggi
- Surya, H. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya

Suryabrata. 2005. *Metodologi Penelitian*. Jakarta. PT Grafindo Persada

Tjandra dan Meitasari, M. 1995. *Bagaimana Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Binapura Aksara

Uqshari. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta. Gema Insani

Winarsunu, Tulus. 2002. *Statistik dalam Penelitian Psikologi Pendidikan*. Malang. UMM Press

Yusuf, Y. 1991. *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*. Cetakan Keempat. Bandung: PT Remaja Rosda karya

<http://pks-sidoarjo.org/tauisyah-ketua-dpd/optimis-cermin-pribadi-seorang-muslim.htm>

LAMPIRAN

Scale: Kepercayaan Diri

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded(a)	0	.0
	Total	93	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.862	21

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	61.0538	41.595	.394	.859
VAR00002	60.6774	42.090	.374	.859
VAR00005	61.0430	42.650	.435	.857
VAR00007	60.4409	42.836	.337	.860
VAR00010	60.9247	42.049	.464	.856
VAR00015	61.3548	42.166	.363	.859
VAR00018	60.7849	40.714	.549	.853
VAR00019	61.0968	42.241	.400	.858
VAR00021	61.1505	41.194	.453	.856
VAR00023	60.7957	41.317	.433	.857
VAR00024	61.1720	42.666	.325	.861
VAR00026	60.8925	41.010	.565	.852
VAR00027	60.9462	42.225	.324	.861
VAR00028	61.0860	40.406	.520	.853
VAR00029	60.5591	41.380	.467	.856
VAR00030	60.7957	39.860	.630	.849
VAR00031	61.0968	40.045	.589	.851
VAR00032	60.4409	42.901	.300	.861
VAR00037	60.8065	40.375	.474	.856
VAR00038	60.9140	40.579	.582	.851
VAR00039	60.8925	42.901	.366	.859

Scale: PENYESUAIAN SOSIAL

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	93	100.0
	Excluded(a)	0	.0
	Total	93	100.0

a Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.913	34

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	104.0968	104.914	.414	.912
VAR00002	103.6882	105.173	.375	.912
VAR00003	103.5484	102.468	.687	.908
VAR00004	103.8925	101.880	.492	.911
VAR00005	103.4301	103.270	.495	.911
VAR00006	103.9032	105.545	.328	.913
VAR00009	103.6774	102.612	.716	.908
VAR00010	103.9140	101.927	.511	.910
VAR00011	103.5699	101.965	.569	.909
VAR00013	103.7419	105.737	.439	.911
VAR00015	103.6559	103.185	.406	.912
VAR00016	103.6774	103.286	.483	.911
VAR00017	103.5914	104.549	.460	.911
VAR00018	103.6344	104.147	.443	.911
VAR00020	103.6774	103.895	.615	.910
VAR00021	103.7204	104.269	.466	.911
VAR00022	103.4731	103.252	.446	.911
VAR00025	103.8817	105.062	.394	.912
VAR00026	103.8065	105.853	.431	.912
VAR00027	104.0753	105.592	.338	.913
VAR00028	103.9570	100.868	.630	.908
VAR00029	103.9032	104.501	.442	.911
VAR00030	103.8495	103.064	.629	.909
VAR00031	103.9462	103.030	.502	.910
VAR00032	103.7742	105.177	.501	.911
VAR00033	103.5806	103.724	.494	.911
VAR00034	103.7204	103.551	.596	.910
VAR00035	104.0753	105.396	.311	.913

VAR00036	103.6237	104.042	.435	.911
VAR00037	103.6989	105.300	.355	.913
VAR00039	103.5806	103.355	.526	.910
VAR00040	104.0000	103.565	.433	.912
VAR00041	103.9462	106.312	.326	.913
VAR00044	103.8495	104.564	.379	.912

Correlations

Descriptive Statistics

	Mean	Std. Deviation	N
KD	62.9355	6.88225	93
PS	106.9140	10.49188	93

Correlations

Correlations

		KD	PS
KD	Pearson Correlation	1	.398(**)
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	93	93
PS	Pearson Correlation	.398(**)	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	93	93

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

Nama Mahasiswa : Dwi Safitri

NIM : 06410012

Judul Skripsi : Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa Di Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Dosen Pembimbing : Dra. Siti Mahmudah, M. Si

No	Tanggal	Kegiatan	Paraf
1.	08 Pebruari 2010	Seminar Proposal	
2	16 Pebruari 2010	Konsultasi BAB I	
3	18 Pebruari 2010	Konsultasi BAB I	
4	20 Pebruari 2010	Konsultasi BAB I	
5	23 Pebruari 2010	Acc BAB I, konsultasi BAB II	
6	25 Pebruari 2010	Konsultasi BAB II	
7	26 Pebruari 2010	Konsultasi BAB II	
8	5 Maret 2010	Acc BAB II, Konsultasi BAB III	
9	8 Maret 2010	Konsultasi BAB III	
10	14 Maret 2010	Konsultasi BAB III	
11	17 Maret 2010	Konsultasi BAB III	
12	18 Maret 2010	Konsultasi BAB III	
13	20 Maret 2010	Acc BAB III	
14	26 Maret 2010	Konsultasi BAB IV	
15	30 Maret 2010	Konsultasi BAB IV, BAB V	
16	6 April 2010	Acc BAB IV, BAB V	
17	8 April 2010	Acc BAB I, II, III, IV, V	

Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi

Dr. H. Mulyadi, M. Pd. I
NIP. 19550 7171982031005