

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN
PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA FAKULTAS PSIKOLOGI
ANGKATAN 2018 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh

**Muhammad Syamsid Dluha
12410162**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2019**

**Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada
Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri
Maulana Malik Ibrahim Malang**

SKRIPSI

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

Oleh:
M. Syamsid Dluha
12410162

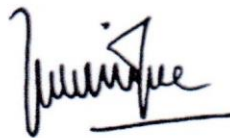
**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2019**

HALAMAN PERSETUJUAN

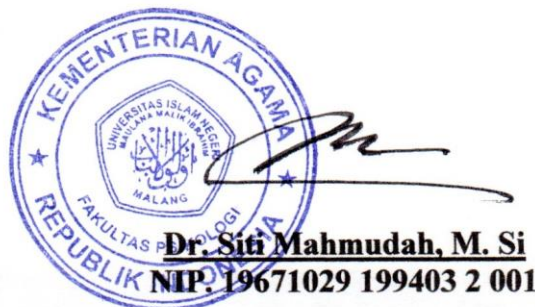
**Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada
Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri
Maulana Malik Ibrahim Malang**

SKRIPSI

Oleh:

M. Syamsid Dluha**12410162****Telah disetujui oleh:****Dosen Pembimbing 1****Dr. Retno Mangestuti, M. Si****NIP. 19750220 200312 2 001**

**Mengetahui,
Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 19671029 199403 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal, 15 Mei 2019

Susunan Dewan Penguji

Sekretaris



Dr. Retno Mangestuti, M. Si
NIP. 19750220 200312 2 001

Anggota Penguji Lain

Penguji Utama



Dr. Ali Ridho, M.Si
NIP. 19780429 200604 1 001

Ketua penguji



Rika Fu'aturosida, S. Psi, MA
NIP. 19830429 20160801 2 038

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana psikologi
Tanggal, 27 Mei 2019

Mengesahkan

**Dekan Fakultas Psikologi
UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M. Si
NIP. 19671029 199403 2 001

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : M. Syamsid Dluha

NIM : 12410162

Fakultas : Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul **“Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”**, adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

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

Malang, Mei 2019

Penulis,



M. Syamsid Dluha
NIM. 12410162

MOTTO

“Everyone thinks of changing the world, but no one thinks of changing himself”

“Leo Tolstoy”

“Semua orang berfikir untuk merubah dunia, tapi tidak satu pun untuk merubah dirinya sendiri”



HALAMAN PERSEMBAHAN

“Untuk kedua orang tua tercinta yang selalu memberikan dukungan serta semangat dan motivasi agar tetap semangat dalam perjuangan yang saya hadapi saat ini”



KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah senantiasa penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang memmerikan rahmat dan hidayat-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan makalah ini. Sholawat serta salam senantiasa penulis haturkan kehadiran Nabi Muhammad SAW, yang senantiasa kita nantikan syafa'atnya kelak di hari akhir.

Karya ini tidak pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag, selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Dr. Siti Mahmudah, M.Si, selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Muhammad Jamaluddin, M.Si, selaku Ketua Jurusan Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
4. Dr. Retno Mangestuti, M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan banyak ilmu, nasihat, motivasi, dan berbagai arahan yang berharga pada penulis.
5. Dr. Elok Halimatus Sakdiyah, M. Si selaku dosen wali yang selalu memberikan semangat untuk terus maju dan berani terhadap apapun.
6. Bapak Moch. Badri, Ibunda Siti Fatimah Wajih selalu memberikan doa, semangat, dan motivasi.

7. Segenap dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah mendidik dan memberikan ilmu selama kuliah dan seluruh staf yang sabar dan selalu melayani segala administrasi selama proses penelitian ini.
 8. Teman-teman Psikologi angkatan 2012 dan keluarga besar psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan banyak pelajaran.
 9. Teman-teman di Group WhatsApp “Keluarga Besar Veteran” yang telah mendukung proses penelitian.
 10. Semua sahabat/i PMII khususnya di rayon “Penakluk Al-Adawiyah”
 11. Teman-teman wabil khusus yang selalu menemani dan mendukung dalam proses pengerjaan skripsi ini terutama M. Tri Indarto Sholihin, Nadhir Muhammad Habibi dan Ratika Septa Amanda.
 12. Dan semua pihak yang telah mendukung peneliti berbagai hingga terselesaikannya penelitian ini yang tidak dapat peneliti sebutkan satu persatu.
- Semoga Allah memberikan imbalan yang setimpal atas segala bantuan dan jerih payah yang diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini selesai. Saran kritik yang membangun sangat penulis harapkan demi menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Malang, 2 april 2019
Penulis,

M. Syamsid Dluha
NIM. 12410162

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A Latar Belakang	1
B Rumusan Masalah	8
C Tujuan Penelitian	8
D Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
A Penyesuaian Diri	10
1 Pengertian Penyesuaian Diri	10
2 Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri.....	13
3 Aspek-aspek Penyesuaian Diri.....	14
4 Faktor-faktor Penyesuaian Diri	17
5 Penyesuaian Diri dalam Prespektif Islam	25
B Kepercayaan Diri	28
1 Pengertian Kepercayaan Diri	28
2 Karakteristik Kepercayaan Diri Individu	30
3 Aspek-aspek Kepercayaan Diri.....	31
4 Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri.....	32
5 Kepercayaan Diri dalam Prespektif Islam.....	35

C Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri	37
D Hipotesis.....	39
BAB III METODE PENELITIAN	40
A Rancangan Penelitian	40
B Identifikasi Variabel.....	41
C Definisi Operasional.....	41
1 Kepercayaan Diri	41
2 Penyesuaian Diri	42
D Populasi dan Sampel	42
E Metode Pengumpulan Data	44
1 Metode Observasi.....	44
2 Metode Wawancara.....	45
3 Skala Psikologi.....	45
F Instrumen Penelitian.....	47
1 Skla Kepercayaan Diri	48
2 Skala Penyesuaian Diri	50
G Validitas dan Reliabilitas	51
1 Validitas	51
a. Validitas Isi	51
b. Validitas Konstrak.....	52
2 Reliabilitas	53
H Metode Analisis Data	53
1 Mean.....	54
2 Standart Deviasi	54
3 Kategorisasi.....	55
4 Analisis Prosentase	55
5 Uji Asumsi Klasik.....	55
6 Analisis Korelasi	56
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	58
A Deskripsi Lokasi Pelaksanaan Penelitian.....	58
1 Sejarah Singkat Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	58
2 Visi dan Misi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	59
3 Tujuan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	60
4 Gambaran Umum Subjek.....	60
5 Pelaksanaan Penelitian	61
B Hasil Penelitian	61

1	Uji Validitas dan Reliabilitas	61
a.	Uji Validitas	61
1)	Kepercayaan Diri	61
2)	Penyesuaian Diri	62
b.	Uji Reliabilitas	63
2	Analisis Deskriptif	64
a.	Hasil Uji Deskriptif Kepercayaan Diri.....	64
b.	Hasil Uji Deskriptif Penyesuaian Diri.....	65
3	Hasil Uji Normalitas	66
4	Hasil Uji Linearitas	67
5	Hasil Uji Hipotesis	68
6	Hasil Uji Determinasi (Uji R^2).....	70
C	Pembahasan.....	71
1	Tingkat Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	71
2	Tingkat Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.....	75
3	Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	78
BAB V PENUTUP.....		84
A	Kesimpulan	84
B	Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA		87
LAMPIRAN.....		90

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Sebaran Jumlah Mahasiswa pada Angkatan 2018.....	43
Tabel 3.2 Sebaran Sampel Penelitian.....	44
Tabel 3.3 Penskoran.....	47
Tabel 3.4 Blueprint Skala Kepercayaan Diri.....	49
Tabel 3.5 Blueprint Skala Penyesuaian Diri.....	50
Tabel 3.6 Daftar Panelis.....	52
Tabel 4.1 Blueprint Kepercayaan Diri.....	62
Tabel 4.2 Blueprint Penyesuaian Diri.....	63
Tabel 4.3 Reliabilitas.....	63
Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Kepercayaan Diri.....	64
Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif Penyesuaian Diri.....	66
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas.....	67
Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas.....	68
Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis.....	69
Tabel 4.9 Hasil Uji Determinasi (Uji R ²).....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 4.1 Diagram Prosentase Kepercayaan Diri.....	65
Gambar 4.2 Diagram Prosentase Penyesuaian Diri.....	66



DAFTAR LAMPIRAN

- A Lampiran Skala
- B Lampiran Skoring Skala
- C Lampiran Uji Validitas dan Reliabilitas
 - a. Skala Kepercayaan Diri
 - b. Skala Penyesuaian Diri
- D Lampiran Standart Deviasi
- E Lampiran Uji Asumsi Klasik
 - a. Uji Normalitas
 - b. Uji Linearitas
 - c. Uji Hipotesis

ABSTRAK

Dluha, Syamsid (2019). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Masa transisi yang dialami oleh sebagian remaja dari sekolah menengah ke perguruan tinggi menyebabkan mereka harus menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya. Dengan penyesuaian diri yang baik menjadikan mahasiswa dapat memenuhi tuntutan lingkungan, menumbuhkan rasa berharga dan berarti, serta dapat menerima kelebihan dan kekurangan dalam dirinya. Untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik dibutuhkan kepercayaan diri dalam diri remaja. Karena kepercayaan diri merupakan faktor pendukung dalam melakukan penyesuaian diri yang baik.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang serta hubungan antara kedua variabel tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak 120 subjek. Sedangkan pengumpulan data yang dilakukan menggunakan skala kepercayaan diri, dan skala penyesuaian diri.

Hasil penelitian menunjukkan kepercayaan diri dengan mayoritas pada kategori sedang sebesar 70%. Sedangkan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mayoritas berada pada kategori sedang sebesar 72%. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri yang ditunjukkan dengan nilai $r_{xy} = 0,617$ dan nilai signifikan $0,000 \leq 0,05$. Artinya semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya, serta sebaliknya semakin rendah tingkat kepercayaan diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 maka semakin rendah penyesuaian dirinya.

Kata Kunci : *Kepercayaan diri, Penyesuaian diri*

ABSTRACT

Dluha. Syamsid (2019). The Relations between Self-Confidence and Self-Adjustment on the Students of the Faculty of Psychology of school year of 2018 of the State Islamic University of Maulana Malik Ibrahim of Malang.

The transition period that is experienced by some adolescents from junior school to the university causes to adjust to the new environment. With good self-adjustment, students can meet the demands of the environment, foster a sense of worth and meaning, and can receive advantages and disadvantages. To be able to adjust well, it takes self-confidence in adolescents. Because self-confidence is a supporting factor in making good adjustments.

The research aims at determining the level of self-confidence and Self-adjustment on the students of the school year of 2018 of psychology faculty of Maulana Malik Ibrahim state Islamic University of Malang and the relationship between the two variables. The research method uses quantitative research methods. The populations are psychology students of school year of 2018 of Maulana Malik Ibrahim Malang state Islamic university as many as 120 subjects. data collection was done using the scale of self-confidence, and the scale of self-adjustment.

The research results showed self-confidence was in the medium category at 70% majority. Self-adjustment on the students of the school year of 2018 of psychology faculty of Maulana Malik Ibrahim state Islamic University of Malang was in the moderate category at 72%. The results of the correlation test indicated a positive and significant relationship between self-confidence and self-adjustment as indicated by the value of $r_{xy} = 0.617$ and a significant value of 0.000 5 0.05. This meant that the higher of the level of self-confidence of students of the school year of 2018 of psychology faculty of Maulana Malik Ibrahim State Islamic University of Malang, the higher of the level of self-adjustment, and conversely, the lower of the level of self-confidence on the students of the school year of 2018 of psychology faculty, then the lower of self- adjustment.

Keywords: Self-confidence, self-Adjustment

ملخص البحث

الضحى، شمس. (2019) العلاقة بين الثقة بالنفس والتكيف الذاتي لطلاب كلية علم النفس لعام الدراسة 2018 ، الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج.

الفترة الانتقالية التي تمر بها بعض المراهقين من المدرسة المتوسطة إلى الجامعة لكلية تحتاج إلى التكيف الذاتي مع بيئتها الجديدة. من خلال التكيف الذاتي الجيد، جعل الطلاب تلبية متطلبات البيئة ، وتعزيز الشعور بالقيمة والمعنى ، ويقبل على المزايا والعيوب في نفسه. لتكون قادرًا على التكيف جيدًا ، يتطلب الأمر الثقة بالنفس للمرافقين. لأن الثقة بالنفس هي عامل دعم في إجراء التكيف الذاتي جيدًا

يهدف هذا البحث لان يحدد مستوى الثقة بالنفس والتكيف الذاتي لطلاب كلية علم النفس لعام الدراسة 2018 الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج والعلاقة بين المتغيرين. طريقة البحث هي طرق البحث الكمي. السكان هذا البحث هو الطلاب كلية علم النفس لعام الدراسة 2018 الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج الذي يصل إلى 120 مواضيع. وجمعت البيانات باستخدام مقياس الثقة بالنفس ، وحجم التكيف الذاتي دلت النتائج البحث أن الثقة بالنفس غالبية هي في الفئة المتوسطة بنسبة 70٪. التكيف الذاتي للطلاب العام الدراسة 2018 الجامعة الإسلامية الحكومية مولانا مالك إبراهيم مالانج هو في الفئة المتوسطة بنسبة 72٪. دلت نتائج اختبار الارتباط إلى وجود علاقة إيجابية وهامة بين الثقة بالنفس والتكيف الذاتي مع قيمة $r_{xy} = 0.617$ وقيمة كبيرة هي $0.05 > 0.000$. هذا يعني أنه كلما ارتفع مستوى الثقة بالنفس لطلاب كلية علم النفس بجامعة مولانا مالك إبراهيم مالانج الإسلامية الحكومية 2018 ، فارتفع مستوى التكيف الذاتي، وعلى العكس، كلما انخفض مستوى الثقة بالنفس لطلاب كلية علم النفس لعام الدراسة 2018 ، فانخفض مستوى التكيف الذاتي

الكلمات الرئيسية: الثقة بالنفس ، التكيف الذاتي

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja dikenal dengan masa transisi di mana terjadi perubahan-perubahan yang sangat menonjol yang di alami oleh remaja yang bersangkutan. Perubahan-perubahan itu terjadi baik dalam aspek jasmaniah maupun rohaniah atau dalam bidang fisik, emosional, sosial dan personal sehingga menimbulkan perubahan yang drastis pula pada tingkah laku remaja yang bersangkutan terhadap tantangan yang dihadapi (Santrock, 2002). Peralihan status remaja menjadi dewasa merupakan fenomena biasa dalam kajian psikologi manusia. Peralihan tersebut bagian dari perubahan yang pasti di alami oleh setiap insan. Pada aspek perubahan, umumnya terbagi ke dalam dua hal, yakni perubahan secara fisik dan psikis. Dua aspek itu dirangkum menjadi kondisi perubahan cara berpikir, bersikap, dan bertindak. Pola-pola ini bagian yang tidak terpisah dalam kehidupan individu yang menghendaki adanya pembauran diri atau penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar (Ancok, 2008).

Pembauran diri atau penyesuaian diri bagi remaja yang sedang mengalami transisi menjadi orang dewasa tentu tidak semudah seperti membalikkan kedua telapak tangan. Hal ini disebabkan oleh multifaktor, salah satu faktor utamanya adalah pola pikir yang masih labil. Misalkan, peralihan status siswa menjadi mahasiswa menjadi tantangan berat bagi kelompok ini, sebab mahasiswa dituntut hidup mandiri, baik dalam proses belajar-mengajar, hidup dalam tekanan, maupun bergaul dengan masyarakat. Selain itu, mahasiswa merupakan kelompok manusia

yang memperoleh pendidikan tinggi, memiliki wawasan luas, hingga berperan sebagai perubahan sosial (*agent social of change*) (Muntaha, 2016).

Peran itu tentu bukan perkara mudah dilakukan bagi mahasiswa baru, karena peralihan status membutuhkan waktu dan tenaga untuk menyesuaikannya. Sebagai *agent social of change*, mahasiswa harus mempersiapkan diri mereka lebih mapan baik secara intelektual maupun kemandiriannya. Memiliki kemandirian yang tangguh, barangkali akan tumbuh tatkala mahasiswa mempunyai kesadaran diri (Fadli, 1999). Lingkungan baru bagi beberapa orang merupakan sebuah stimulus bagi seseorang yang terkadang mampu menjadi penyebab terjadinya kesulitan dalam menyesuaikan diri. Begitu pula halnya dengan mahasiswa yang baru mengenal lingkungan perguruan tinggi, di mana lingkungan ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan SMA. Menjadi mahasiswa merupakan tujuan utama sebagian besar lulusan SMA. Namun Euforia menjadi mahasiswa baru pasti tetap mempunyai kendala dalam pelaksanaannya. Suatu perubahan mendasar yang tiba-tiba yaitu lingkungan baru, teman baru dari berbagai kalangan bervariasi dan pemberian kebebasan secara akademik, dalam arti seorang mahasiswa tidak dituntut masuk kuliah atau mengerjakan PR seperti di sekolah, menimbulkan keterkejutan bagi sejumlah individu (Rini, 2002).

Berdasarkan survei yang dilakukan oleh Universitas California, Los Angeles (UCLA) yang melibatkan lebih dari 300.000 mahasiswa baru yang berasal dari lebih 500 perguruan tinggi dan universitas (Astin, Green, & Korn, 1987, dalam Santrock 2003), didapat data bahwa sekarang ini mahasiswa baru

perguruan tinggi tampaknya mengalami lebih banyak stres dan depresi daripada mahasiswa di masa sebelumnya, karena menurut Santrock (2003) disebabkan oleh masa transisi dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi yang melibatkan suatu perpindahan struktur sekolah yang lebih berbobot, lebih impersonal, yang interaksinya adalah interaksi dengan teman sebaya dari daerah yang lebih beragam latar belakang etnisnya, serta bertambahnya tekanan untuk mencapai prestasi, unjuk kerja, dan nilai-nilai ujian yang baik. Sebaliknya efek atau akibat dari penyesuaian diri yang rendah terhadap lingkungan terutama teman sebaya adalah individu mengisolasi dirinya.

Sedangkan di perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk segera menyesuaikan diri dengan lingkungan, tugas-tugas bangku perkuliahan, menunjukkan perhatian lebih akan prestasi, mampu bertahan dan mengembangkan kemampuan diri. Namun pada realitanya tidak semua mahasiswa mampu melewati proses tersebut dibutuhkan perjuangan keras yang menuntut mahasiswa untuk percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki sehingga mampu menunjukkan kepribadian yang mandiri dalam melaksanakan dan menyelesaikan proses kehidupan dunia mahasiswa. (Santrock, 2002) Hal ini kemudian menimbulkan berbagai hambatan dalam penyesuaian diri serta sosialisasi dengan lingkungan baru. Seperti kesulitan dalam memilih teman baru, tidak cocok dengan lingkungan dan teman baru di kos dan penyesuaian lingkungan belajar yang berbeda pada saat di SMA baik dalam cara belajar maupun interaksi dan kegiatan.

Burns (dalam Octabriani, 2014) mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, seseorang individu akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Oleh sebab itu kepercayaan diri yang tinggi sangat dibutuhkan oleh mahasiswa baru agar mereka mampu mengoptimalkan potensi yang mereka miliki dan agar mereka menyesuaikan diri dengan metode belajar dan lingkungan baru yang berbeda dengan metode belajar dan lingkungan mereka berasal.

Kepercayaan diri merupakan modal awal yang dibutuhkan oleh setiap mahasiswa baru di dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya, mahasiswa baru yang berada di dalam Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang pada tahun angkatan 2018 memiliki latar belakang budaya yang berbeda-beda antara mahasiswa satu dengan yang lain, atas dasar latar belakang tersebut mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang baru.

Salah satu modal yang diperlukan oleh mahasiswa dalam menyesuaikan diri adalah kepercayaan diri. Akan tetapi melihat fenomena yang terjadi sekarang tidak semua mahasiswa baru memiliki kepercayaan diri, terlihat saat peneliti melakukan observasi dan wawancara di lapangan pada tanggal 20 agustus dan 7 september 2018 bahwasannya, dari posisi tempat duduk yang dipilih, cara berpresentasi yang gugup, takut salah saat berargumen di dalam kelas, cenderung diam saat di dalam kelas, dan banyak mahasiswa yang mengelak saat ditunjuk dosen untuk menjelaskan atau bertanya saat perkuliahan berlangsung.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa baru tahun 2018, tempat duduk dibagian belakang lebih cepat penuh dari pada tempat duduk yang berada dibagian depan, hal ini dikarenakan sebagian besar mahasiswa takut ditanya soal materi oleh dosen dalam setiap perkuliahan, maka dari itu mahasiswa lebih memilih untuk duduk dibagian belakang dari pada duduk di depan, seperti yang dikemukakan oleh salah satu mahasiswa yang bernama (Fikri) angkatan 2018, mengatakan bahwa

"Saya lebih suka duduk di belakang karena takut ditanya sama dosen".

Dan dalam wawancara berikutnya setelah ada salah satu mahasiswa bernama (Riza) yang selesai presentasi saya mencoba bertanya pada mahasiswa tersebut

"kenapa tadi pada waktu menjelaskan di depan agak gugup mas"

si mahasiswa

"iya mas, saya selalu kurang bisa percaya diri di depan kelas (ya bisa dikatakan guguplah mas) dikarenakan memang saya sendiri kurang bisa percaya diri dan kurangnya penguasaan pada materi saat presentasi juga mempengaruhi saya saat menyampaikan materi di depan kelas (gugup) mas".

Adapula mahasiswa yang cenderung diam di dalam kelas, ketika saya bertanya kepada mahasiswa (doni) tersebut

"kenapa diam aja mas, itu loh anak-anak sudah selesai presentasinya. Kemudian mahasiswa itu menjawab nggak mau ah mas, saya takut salah mas, nanti kalog di tertawakan sama temen-temen kelas gimana".

Dan disaat yang sama pula setelah dosen menjelaskan materi di depan dosen tersebut mencoba melontar sebuah pertanyaan kepada mahasiswa mereka

"ayo siapa yang bisa menjelaskan dari pertanyaan tadi, (para mahasiswa saling menunjuk temennya untuk menjawab pertanyaan tersebut)",

dan saat dosen tersebut lama menunggu akhirnya dosen tersebut mulai menunjuk salah satu mahasiswanya untuk menjelaskan dari pertanyaannya tadi

“ayo kamu (ridho) tolong jelaskan, haduh jangan saya dong buk, ini loh buk yoga buk bisa menjawab”

dan ditanyalah si yoga

“ayo yoga kamu bisa menjelaskan nggk”

dengan kepercayaan diri yang tinggi akhirnya yoga mencoba menjawab pertanyaan tersebut meskipun jawaban tersebut masih ada sedikit kesalahan.

Hal ini perubahan dari sistem belajar dari sekolah menengah ke atas ke perguruan tinggi sangatlah berbeda, di samping hal tersebut perubahan metode belajar yang berbeda mengharuskan para mahasiswa untuk bisa belajar secara mandiri dan harus bisa memiliki kompetensi didalam mengikuti tata cara perkuliahan yang berbeda-beda antara dosen yang satu dengan dosen yang lainnya.

Merujuk pada hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Takhmid Muntaha (2016) dengan judul “Hubungan Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta” diketahui sampel dalam penelitian ini berjumlah 75 mahasiswa dari setiap perwakilan jurusan Sosiologi, Psikologi, dan Ilmu Komunikasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel dukungan sosial, kepercayaan diri, dan penyesuaian diri dengan $r_{xy} = 0,871$ dengan $p = 0.000$ ($p < 0,05$). Hal ini dimaksudkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru Fakultas Ilmu

Sosial dan Humaniora. Di mana semakin tinggi dukungan sosial dan kepercayaan diri, maka semakin tinggi penyesuaian diri mahasiswa baru. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial dan kepercayaan diri, maka semakin rendah penyesuaian diri mahasiswa baru. Selain itu dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Ilham Robbi (2016) dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial pada Mahasantri Putra Ma’had Sunan Ampel Al-‘aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” diketahui bahwa dari subjek berjumlah 93 mahasiswa pada angkatan 2016 menunjukkan tingkat kepercayaan diri mahasantri putra 13,98% berada pada kategori rendah, 65,59% pada kategori sedang dan 20,43% pada kategori tinggi. Dari hasil tersebut dapat diketahui sebagian besar mahasantri putra belum memiliki kepercayaan diri secara maksimal. Hal ini disebabkan mereka yang merupakan mahasiswa baru dan masih dalam tahap penyesuaian dengan lingkungan tempat tinggal barunya.

Dari dua contoh kasus hasil riset tersebut, menunjukkan bahwa kepercayaan diri dan penyesuaian diri memiliki pengaruh erat terhadap minat mahasiswa baru dalam organisasi yang merupakan bagian dari eksistensi diri sebagai *agent social of change*. Ini artinya, transisi mahasiswa dalam mencari jati diri dan kesadaran diri, sangat dipengaruhi langsung oleh beberapa variabel yang telah diujikan. Pada gilirannya, mahasiswa mampu eksis dilingkungan baru dengan kepercayaan diri tinggi, berinteraksi, berorientasi nilai hidup, dan menjadi bagian penting dalam *agent social of change*.

Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa

Fakultas Psikologi Angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Bagaimana tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
2. Untuk mengetahui tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?
3. Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi

angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang ?

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi secara teoritis dan praktis

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk menambah wawasan pengetahuan psikologi, seperti psikologi sosial serta perkembangan khususnya perkembangan psikologi remaja dan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kepercayaan diri dan penyesuaian diri.

2. Secara Praktis

Bagi peneliti agar selanjutnya lebih memahami dan melanjutkan penelitian semacam ini dengan mengkaji lebih dalam dari setiap bagian materinya serta mempublikasikannya dengan baik supaya menjadi bahan rujukan bagi peneliti lain yang juga melakukan penelitian dengan topik yang sama namun dengan subjek berbeda. Selain itu juga agar peneliti memahami bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri dan penyesuaian diri yang baik.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Schneider (dalam Ali dan Ansori, 2006) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon-respon mental dan tingkah laku individu untuk mampu mengatasi kebutuhan, ketegangan konflik, dan frustrasi. Usaha tersebut bertujuan untuk memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan. Schneiders juga mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya. Schneiders juga mendefinisikan penyesuaian diri dapat ditinjau dari 3 sudut pandang, yaitu penyesuaian diri sebagai bentuk adaptasi (*adaptation*), penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*), dan penyesuaian diri sebagai usaha penguasaan (*mastery*). Namun semua itu mulanya penyesuaian diri sama dengan adaptasi.

Seperti yang dikemukakan oleh Schneiders bahwa penyesuaian diri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang, yaitu :

- a. Penyesuaian diri sebagai adaptasi (*adaptation*)

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi ini lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti *fisik, fisiologia, atau biologis*. Oleh sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu serta adanya hubungan kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Pada hal, dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekedar penyesuaian fisik, melainkan yang lebih kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan, keberadaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan.

b. Penyesuaian diri sebagai bentuk konformitas (*conformity*)

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

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

Usaha penguasaan (*mastery*), yaitu kemampuan untuk merancang dan mengorganisasikan respons dalam cara-cara tertentu sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan frustrasi tidak terjadi. Dengan kata lain, penyesuaian diri diartikan sebagai kemampuan penguasaan dan mengembangkan diri sehingga dorongan emosi dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah.

Namun demikian, pemaknaan penyesuaian diri sebagai penguasaan (*mastery*) mengandung kelemahan, yaitu menyamakan semua individu. Pada hal, kapasitas individu antara satu orang dengan yang lain tidak sama.

Hurlock (dalam Gunarsa & Gunarsa, 2004) menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah subjek yang mampu menyesuaikan diri kepada umum atau kelompoknya dan orang tersebut memperlihatkan sikap dan perilaku yang menyenangkan, berarti orang tersebut diterima oleh kelompok lingkungannya. Sedangkan menurut Gunarsa & Gunarsa (2004) mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan faktor yang penting dalam kehidupan manusia. Sehingga penyesuaian diri dalam hidup harus dilakukan supaya terjadi keseimbangan dan tidak ada tekanan yang dapat mengganggu suatu dimensi kehidupan.

Dari uraian diatas dapat diketahui bahwa penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia yaitu proses di mana seseorang dapat berinteraksi dengan proses mental maupun tingkah laku untuk menyelaraskan dari dalam dirinya sendiri dengan tuntutan-tuntutannya.

2. Bentuk-bentuk Penyesuaian Diri

Bentuk-bentuk penyesuaian diri itu bisa diklasifikasikan dalam dua kelompok, yaitu (a) *adaptive* dan (b) *adjustive* (Gunarsa, dalam Sobur, 2003)

a. *Adaptive* (adaptasi)

Bentuk penyesuaian diri *adaptive* sering dikenal dengan istilah adaptasi. Bentuk penyesuaian diri ini lebih bersifat badani. Artinya, perubahan-perubahan dalam proses badani untuk menyesuaikan diri terhadap keadaan lingkungan. Misalnya, berkeringat adalah usaha tubuh untuk mendinginkan tubuh dari suhu yang panas atau dirasakan terlalu panas. Di tempat-tempat yang dingin, sebaiknya harus berpakaian tebal agar tubuh menjadi hangat. Berkeringat ataupun berpakaian tebal juga merupakan bentuk penyesuaian terhadap lingkungan.

b. *Adjustive* (peyesuaian diri)

Bentuk penyesuaian diri *adjustive* lebih bersifat psikis. Karena lebih bersifat psikis, penyesuaian diri ini

berhubungan dengan tingkah laku. Tingkah laku manusia sebagian besar dilatar belakangi oleh hal-hal psikis ini, kecuali tingkah laku tertentu dalam bentuk gerakan-gerakan yang sudah menjadi kebiasaan atau gerakan-gerakan reflex. Maka, penyesuaian ini adalah penyesuaian diri tingkah laku terhadap lingkungan yang dalam lingkungan ini terdapat aturan-aturan atau norma-norma. Singkatnya, penyesuaian terhadap norma-norma.

Berdasarkan penjelasan mengenai bentuk-bentuk penyesuaian diri ada 2, yaitu penyesuaian diri *adaptive* yang lebih bersifat fisik, serta penyesuaian diri *adjustive* yang bersifat psikis.

3. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Schneiders (dalam Handoko, 2013) menyatakan bahwa penyesuaian diri memiliki empat aspek, yaitu:

- a. *Adaptation*, artinya penyesuaian diri dipandang sebagai kemampuan seseorang dalam beradaptasi. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik, berarti memiliki hubungan yang memuaskan dengan lingkungannya. Penyesuaian diri dalam hal ini diartikan dalam konotasi fisik.
- b. *Conformity*, artinya seseorang yang dikatakan mempunyai penyesuaian diri baik bila memenuhi kriteria sosial dan hatinuraninya.

- c. *Mastery*, artinya orang yang mempunyai penyesuaian diri baik mempunyai kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikan suatu respons diri sehingga dapat menyusun dan menanggapi segala masalah dengan efisien.
- d. *Individual variation*, artinya ada perbedaan individual pada perilaku dan responsnya dalam menanggapi masalah.

Sedangkan menurut Albert & Emmons (dalam Ahyani, 2012) ada empat aspek dalam penyesuaian diri, yaitu:

- a. Aspek *self knowledge* dan *self insight*

Self knowledge dan *self insight*, yaitu kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan diri. Kemampuan ini harus ditunjukkan dengan emosional insight, yaitu kesadaran diri akan kelemahan yang didukung oleh sikap yang sehat terhadap kelemahan tersebut.

- b. Aspek *self objectivity* dan *self acceptance*

Self objectivity dan *self acceptance* yaitu, apabila individu telah mengenal dirinya, ia bersikap realistis yang kemudian mengarah pada penerimaan diri.

- c. Aspek *self development* dan *self control*

Self development dan *self control* yaitu, kendali diri berarti mengarahkan diri, regulasi pada impuls-impuls, pemikiran-pemikiran, kebiasaan, emosi, sikap, dan tingkah laku yang sesuai. Kendali diri bisa mengembangkan kepribadian

kearah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang.

d. Aspek *satisfaction*

Satisfaction yaitu adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan, menganggap segala sesuatu merupakan suatu pengalaman dan bila keinginannya terpenuhi maka ia akan merasakan suatu kepuasan dalam dirinya.

Runyon dan Haber (dalam Ningrum, 2013) menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki lima aspek, yakni:

a. Persepsi terhadap realitas

Individu mengubah persepsinya tentang kenyataan hidup dan menginterpretasikannya, sehingga mampu menentukan tujuan realitas sesuai dengan kemampuannya serta mampu mengenali konsekuensi dan tindakannya agar dapat menuntun pada perilaku yang sesuai.

b. Kemampuan mengatasi stres dan kecemasan

Individu mampu mengatasi masalah-masalah yang timbul dalam hidup dan mampu menerima kegagalan yang dialami.

c. Gambaran diri yang positif

Berkaitan dengan penilaian individu tentang dirinya sendiri.

d. Kemampuan mengespresikan emosi dengan baik

Individu memiliki ekspresi emosi dan kontrol emosi yang baik dan tidak berlebihan.

e. Hubungan interpersonal yang baik

Berkaitan dengan hakekat individu sebagai makhluk sosial, yang sejak lahir tergantung pada orang lain. Individu yang memiliki penyesuaian diri yang baik mampu membentuk hubungan dengan cara yang berkualitas dan bermanfaat.

Berdasarkan penjelasan mengenai aspek penyesuaian diri, dapat diketahui bahwa aspek penyesuaian diri diantaranya adalah kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan diri, kemampuan memahami keadaan diri sebagaimana adanya, kemampuan mengontrol diri, serta adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang dilakukan.

4. Faktor-faktor Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders (dalam, Handoko, 2013) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri adalah :

a. Keadaan fisik

Kondisi fisik individu merupakan faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan sistem-sistem tubuh yang baik merupakan syarat bagi terciptanya penyesuaian diri yang baik.

Adanya cacat fisik dan penyakit kronis akan melatarbelakangi

adanya hambatan pada individu dalam melaksanakan penyesuaian diri.

b. Perkembangan dan kematangan

Bentuk-bentuk penyesuaian diri individu berbeda pada setiap tahap perkembangan. Sejalan dengan perkembangannya, individu meninggalkan tingkah laku infantil dalam merespon lingkungan. Hal tersebut bukan karena proses pembelajaran semata, melainkan karena individu menjadi lebih matang. Kematangan individu dalam segi intelektual, sosial, moral, dan emosi mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.

c. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat merupakan syarat bagi tercapainya penyesuaian diri yang baik, sehingga dapat dikatakan bahwa adanya frustrasi, kecemasan dan cacat mental akan dapat melatarbelakangi adanya hambatan dalam penyesuaian diri. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan lingkungannya. Variabel yang termasuk dalam keadaan psikologis diantaranya adalah pengalaman, pendidikan, konsep diri, dan keyakinan diri.

d. Keadaan lingkungan

Keadaan lingkungan yang baik, damai, tentram, aman, penuh penerimaan dan pengertian, serta mampu memberikan perlindungan kepada anggota-anggotanya merupakan lingkungan yang akan memperlancar proses penyesuaian diri. Sebaliknya apabila individu tinggal di lingkungan yang tidak tentram, tidak damai, dan tidak aman, maka individu tersebut akan mengalami gangguan dalam melakukan proses penyesuaian diri. Keadaan lingkungan yang dimaksud meliputi sekolah, rumah, dan keluarga. Sekolah bukan hanya memberikan pendidikan bagi individu dalam segi intelektual, tetapi juga dalam aspek sosial dan moral yang diperlukan dalam kehidupan sehari-hari. Sekolah juga berpengaruh dalam pembentukan minat, keyakinan, sikap, dan nilai-nilai yang menjadi dasar penyesuaian diri yang baik.

e. Tingkat religiusitas dan kebudayaan

Religiusitas merupakan faktor yang memberikan suasana psikologis yang dapat digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lainnya. Religiusitas memberi nilai dan keyakinan sehingga individu memiliki arti, tujuan, dan stabilitas hidup yang diperlukan untuk menghadapi tuntutan dan perubahan yang terjadi dalam hidupnya. Kebudayaan pada suatu masyarakat merupakan suatu faktor

yang membentuk watak dan tingkah laku individu untuk menyesuaikan diri.

Menurut Fahmi (dalam Sobur, 2003) mengatakan bahwa faktor lain yang mempunyai pengaruh besar dalam menciptakan penyesuaian diri pada individu diantaranya yang terpenting adalah:

a. Pemuasan kebutuhan pokok dan kebutuhan pribadi

Yang dimaksud dengan kebutuhan pokok adalah kebutuhan jasmani atau fisik, seperti kebutuhan makan, minum, membuang kotoran, dan beristirahat. Pemuasan kebutuhan itu termasuk hal yang mutlak perlu, karena tanpa pemuasan individu akan binasa.

b. Kebiasaan-kebiasaan dan keterampilan

Tidak diragukan lagi bahwa kecakapan dan kebiasaan-kebiasaan itu terbentuk pada tahap-tahap pertama dari kehidupan individu. Oleh karena itu dapat dikatakan bahwa penyesuaian diri itu sebenarnya adalah hasil dari semua pengalaman dan percobaan yang dilalui oleh individu, yang mempengaruhi cara mempelajari berbagai jalan untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan dan bergaul dengan orang lain dalam kehidupan sosial.

c. Dapat menerima dirinya

Pandangan orang terhadap diri individu merupakan faktor terpenting yang mempengaruhi kelakuannya. Apabila

pandangan tersebut baik, penuh dengan kelegaan, hal itu akan mendorongnya untuk bekerja dan menyesuaikan diri dengan anggota masyarakat dan akan membawanya pada kesuksesan, yang sesuai dengan kemampuannya, tanpa berusaha untuk bekerja dibidang yang tidak memungkinkannya untuk mencapai sukses karena kemampuannya yang tidak mengizinkan. Orang yang tidak menerima dirinya akan berhadapan dengan keadaan frustrasi yang menjadikannya merasa tidak berdaya dan gagal, sehingga tingkat penyesuaian sosialnya buruk. Hal itu akan mendorongnya pada sikap menyendiri atau bermusuhan; menarik perhatian orang lain dan menghapus pandangan yang ada dalam pikiran mereka tentang dia.

d. Kelincahan

Yang dimaksud dengan kelincahan disini ialah, agar orang bereaksi terhadap pasangan-pasangan baru dengan cara yang serasi. Orang yang kaku, tidak lincah tidak dapat menerima perubahan yang terjadi atas dirinya. Oleh karena itu, penyesuaian dirinya terganggu dan hubungannya dengan orang lain goncang, apabila ia pindah kelingkungan baru, yang cara hidupnya berbeda dengan cara yang telah biasa dialaminya. Bagi orang yang lincah, ia akan bereaksi terhadap lingkungan baru dengan cara yang serasi, yang

menjamin penyesuaian dirinya dengan lingkungan itu. Ini berarti bahwa penyesuaian diri menjadi lebih mudah, apabila orang itu lincah dan sebaliknya, semakin kurang kelincahan seseorang, semakin kurang kemampuannya untuk menyesuaikan diri dengan suasana dan lingkungan yang baru.

e. Penyesuaian dan persesuaian

Ada orang yang beranggapan bahwa penyesuaian diri adalah semacam penyerahan, atas dasar bahwa menyerah mempunyai menghindari ketegangan dan menjauhkannya. Seseungguhnya menyerah dianggap semacam penyesuaian dalam bentuk penyerahan terhadap lingkungan, terutama lingkungan kebudayaan dan sosial. Menyerah atau persesuaian itu menuntut tunduknya individu terhadap suasana dan keadaan di tempat ia hidup, disamping itu dituntut pula perubahan sikap dan perasaannya.

Sedangkan menurut Soeparwoto, dkk (dalam Ahyani, 2012) faktor penyesuaian diri dikelompokkan menjadi dua bagian yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

1) Faktor Internal

- a. Motif, yaitu motif-motif sosial seperti motif berafiliasi, motif berprestasi dan motif mendominasi

- b. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dirinya sendiri, baik dari aspek fisik, psikologis, sosial maupun aspek akademik. Individu dengan konsep diri tinggi akan lebih memiliki kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri yang menyenangkan dibandingkan individu dengan konsep diri rendah, pesimis ataupun kurang yakin terhadap dirinya.
- c. Persepsi, yaitu pengamatan dan penilaian individu terhadap objek, peristiwa dan kehidupan, baik melalui proses kognisi maupun afeksi untuk membentuk konsep tentang objek tertentu.
- d. Sikap, yaitu kecenderungan individu untuk berperilaku positif atau negatif. Individu yang bersikap positif terhadap segala sesuatu yang dihadapi akan lebih memiliki peluang untuk melakukan penyesuaian diri yang baik dari pada individu yang sering bersikap negatif.
- e. Intelegensi dan minat, intelegensi merupakan modal untuk menalar, menganalisa, sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penyesuaian diri. Ditambah faktor minat, pengaruhnya akan lebih nyata bila individu telah memiliki minat terhadap sesuatu, maka proses penyesuaian diri akan lebih cepat.

- f. Kepribadian, pada prinsipnya tipe kepribadian ekstrovet akan lebih lentur dan dinamis, sehingga lebih mudah melakukan penyesuaian diri dibandingkan tipe kepribadian introvet yang cenderung kaku dan statis.

2) Faktor Eksternal

- a. Keluarga terutama pola asuh orang tua. Pada dasarnya pola asuh demokratis dengan suasana keterbukaan akan lebih memberikan peluang bagi individu untuk melakukan proses penyesuaian diri secara efektif.
- b. Kondisi lingkungan. Kondisi lingkungan yang sehat akan memberikan landasan kepada individu untuk dapat bertindak dalam penyesuaian diri secara harmonis.
- c. Kelompok sebaya. Hampir setiap individu memiliki teman-teman sebaya dalam bentuk kelompok. Kelompok teman sebaya ini ada yang menguntungkan pengembangan proses penyesuaian diri tetapi ada pula yang justru menghambat proses penyesuaian diri individu.
- d. Prasangka sosial. Adanya kecenderungan sebagai masyarakat yang menaruh prasangka terhadap para individu, misalnya memberi label individu negatif,

nakal, sukar diatur, suka menentang orang tua dan lain-lain. Prasangka semacam itu jelas akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri individu.

- e. Hukum dan norma sosial. Bila suatu masyarakat benar-benar konsekuen menegakkan hukum dan norma-norma yang berlaku maka akan mengembangkan individu yang baik penyesuaian dirinya.

Berdasarkan penjelasan beberapa tokoh mengenai faktor-faktor penyesuaian diri, dapat diketahui bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi penyesuaian diri individu diantaranya adalah keadaan fisik dan psikologis individu yang meliputi motif, konsep diri, persepsi, sikap, intelegensi dan minat, serta kepribadian individu. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi penyesuaian diri individu antara lain pola asuh orang tua, kondisi lingkungan, kelompok sebaya, prasangka sosial, serta hukum dan norma sosial yang ada di lingkungan individu.

5. Penyesuaian Diri dalam Prespektif Islam

Penyesuaian diri dalam disiplin ilmu psikologi adalah suatu proses perubahan dalam diri dan lingkungan, dimana individu

harus dapat mempelajari tindakan atau sikap baru untuk hidup dan menghadapi keadaan tersebut sehingga tercapai kepuasan dalam diri, hubungan dengan orang lain dan lingkungan sekitar.

Telaah penyesuaian diri dalam prespektif islam telah tertuang dalam Al-Qur'an surat Al-Isra' ayat 15.

Firman Allah SWT :

مَنْ اهْتَدَىٰ فَإِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّ فَإِنَّمَا يَضِلُّ عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ
وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ تَبْعَثَ رَسُولًا ﴿١٥﴾

Artinya : “Barang siapa yang berbuat sesuai hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barang siapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seseorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rosul.”

Surat Al-Isra' ayat 15 menjelaskan bahwa Allah SWT telah menerangkan dan mengingatkan kepada hamba-Nya untuk dua hal. Yang pertama, untuk menyelamatkan dirinya sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah SWT. Dan yang kedua, mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan proses penyesuaian diri yang dilakukan oleh manusia, bahwa manusia selalu dituntut untuk menyesuaikan diri dimanapun ia berada.

Sehingga individu dapat menjalankan kehidupannya dengan harmonis.

Allah SWT tidak akan mempersulit hamba-Nya dalam melakukan aktifitas sehari-hari, kecuali bagi manusia yang menyulitkan dirinya sendiri dengan meninggalkan perintah-Nya dan melakukan larangan-Nya. Namun manusia mampu untuk berusaha dan berdoa untuk mencapai tujuan dan impian yang telah diharapkan. Sebagaimana yang tersurat dalam Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 286.

Firman Allah SWT :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إِكْرَامًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ ﴿٢٨٦﴾

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

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

B. Kepercayaan Diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri secara bahasa menurut Vandebos (dalam Octabriani, 2014) adalah percaya pada kapasitas kemampuan diri dan terlihat sebagai kepribadian yang positif. Sedangkan percaya diri dalam bahasa Inggris disebut dengan *self-confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Pendapat di atas menunjukkan bahwa orang yang percaya diri memiliki keyakinan untuk sukses.

Menurut Hakim (2004) percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan

keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.

Lauster (dalam Ghufron & Risnawati , 2011) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga seseorang tidak terlalu cemas dalam tindakannya, dapat merasa bebas dalam melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang serta memiliki dorongan untuk berprestasi.

Sedangkan menurut Bandura (dalam Robbi, 2016) mendefinisikan bahwa *self confidence* sebagai suatu keyakinan seseorang yang mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan. Pernyataan tersebut didefinisikan bahwasannya seseorang yang memiliki kepercayaan diri memiliki kebebasan untuk menentukan arah dalam kehidupan yang diinginkannya serta menerima segala kemungkinan yang akan terjadi. Hal tersebut akan membuat seseorang tersebut merasa bahagia dengan kehidupannya.

Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan dapat melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya.

2. Karakteristik Kepercayaan Diri Individu

Lautser (2006), menyebutkan beberapa karakteristik dalam menilai kepercayaan individu, antara lain :

- a) Percaya kepada kemampuan diri sendiri, yaitu suatu keyakinan atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi dan mengatasi fenomena yang terjadi tersebut.
- b) Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, yaitu dalam bertindak dalam mengambil keputusan terhadap apa yang dilakukan secara mandiri tanpa adanya keterlibatan orang lain. Selain itu, mempunyai kemampuan untuk meyakini tindakan yang diambil tersebut.
- c) Memiliki konsep diri yang positif, yaitu adanya penilaian baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri sendiri.
- d) Berani mengungkapkan pendapat, yaitu adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau hal yang dapat menghambat pengungkapan perasaan tersebut.

Dari beberapa uraian diatas, dapat kita ketahui bahwa seseorang yang memiliki kepercayaan diri dapat dilihat dari beberapa ciri dan karakteristik yang muncul pada perilaku seseorang tersebut. Ciri dan karakteristik tersebut juga berperan dalam kehidupan individu yang menentukan responnya terhadap berbagai situasi kehidupan yang bermacam-macam.

3. Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Lauster (dalam Ghufon, Nur & Risnawati, 2011) mengemukakan aspek-aspek yang tergantung dalam kepercayaan diri antara lain:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri, adalah sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis, yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala sesuatu tentang diri, harapan dan kemampuannya.
- c. Objektif, yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, serta tidak mudah terpengaruh oleh hal-hal di luar kebenaran.
- d. Bertanggung jawab, adalah kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensi atas apa yang dilakukannya.

- e. Rasional dan realistis, yaitu analisis terhadap suatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Berkaitan dengan aspek-aspek kepercayaan diri, Kumara (dalam Yulianto & Nashori, 2006) menyatakan bahwa ada empat aspek kepercayaan diri, yaitu:

- a. Kemampuan menghadapi masalah
- b. Bertanggung jawab terhadap keputusan dan tindakannya
- c. Kemampuan dalam bergaul
- d. Kemampuan menerima kritik

Dari paparan aspek-aspek kepercayaan diri di atas dapat diketahui bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dapat dilihat dari perilaku sosialnya. Seseorang yang percaya diri memiliki keyakinan yang tinggi dalam mencapai ambisi tujuannya, mandiri, optimis, dan memiliki tanggung jawab yang tinggi atas apa yang dilakukannya.

4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri pada seseorang tidak muncul begitu saja, akan tetapi melalui proses yang sedemikian sehingga terbentuk rasa percaya diri dalam dirinya. Menurut Anthony (dalam Ghufon, Nur & Risnawati, 2011) Terbentuknya kepercayaan diri dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal:

b. Faktor Internal

- 1) Konsep Diri. Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok.
- 2) Harga Diri. Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.
- 3) Kondisi fisik. Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.
- 4) Pengalaman hidup. Pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan pribadi yang sehat.

c. Faktor Eksternal

- 1) Pendidikan. Pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu

yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

- 2) Pekerjaan. Bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Bagi orang-orang yang sudah bekerja di sebuah kantor, perusahaan atau tempat lainnya, lingkungan tersebut menjadi lingkungan kedua setelah rumah. Dengan sendirinya, akan sangat berpengaruh terhadap kondisi mental secara keseluruhan.
- 3) Lingkungan. Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi.

Berdasarkan uraian di atas, dapat diketahui bahwa terdapat banyak faktor pembentuk kepercayaan diri manusia yang secara keseluruhan dan saling berkesinambungan antara individu itu sendiri dengan lingkungan sosialnya.

5. Kepercayaan Diri dalam Perspektif Islam

Manusia dalam ajaran Islam merupakan makhluk ciptaan Allah SWT yang paling sempurna dibandingkan dengan makhluk-makhluk lainnya. Hal ini karena manusia dibedakan dari makhluk ciptaan Allah SWT yang lain dengan akal dan pikiran yang dimilikinya. Allah SWT menyuruh manusia untuk memanfaatkan apa yang dimilikinya dengan baik sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan Hadist. Dengan keistimewaannya tersebut, sudah sepatutnya manusia percaya akan kemampuan yang telah ada dalam dirinya.

Kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki akan membuat manusia menjadi pribadi yang penuh optimis. Sifat optimis ini sangat diperlukan supaya manusia senantiasa percaya pada sang Pencipta yaitu Allah SWT akan semua yang ditakdirkan kepadanya sehingga manusia terhindar dari rasa cemas dan perasaan-perasaan lain yang mengganggu dirinya. Seperti yang dijelaskan dalam surat Ali-Imran ayat 139 yang berbunyi :

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

Artinya : “Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.” (Al-Qur'an dan Tafsirnya II, 2010. Kementerian Agama RI).

Berdasarkan ayat di atas, seorang mukmin yang menyatakan dirinya beriman hendaknya menjauhkan diri dari sikap lemah (ragu-ragu) serta bersedih hati (putus asa), karena manusia

merupakan makhluk ciptaan-Nya yang paling sempurna serta tinggi derajatnya. Oleh karena itu manusia sudah selayaknya percaya dengan kemampuan yang diberikan Allah SWT sebagai tanda keimanannya. Dalam ayat lain yaitu surat Al-Fushilat ayat 30 yang berbunyi :

إِنَّ الَّذِينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَمُوا تَتَنَزَّلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ أَلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَبْشُرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنتُمْ تُوعَدُونَ ﴿٣٠﴾

Artinya : “Sesungguhnya orang-orang yang berkata, “Tuhan kami adalah Allah SWT” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka, maka malaikat-malaikat akan turun kepada mereka (dengan berkata), “Janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu bersedih hati; dan bergembiralah kamu dengan (memperoleh) surga yang telah dijanjikan kepadamu.” (Al-Qur’an dan Tafsirnya VII, 2010. Kementerian Agama RI).

Selain itu, terdapat juga hadist Rasulullah SAW yang menerangkan bahwasannya setiap mukmin hendaknya memiliki kepercayaan diri. Diriwayatkan oleh Imam At-Tirmidzi, Rasulullah SAW bersabda :

Artinya : “Janganlah kamu menjadi orang yang tidak memiliki sikap. Bila orang lain melakukan kebaikan maka aku pun melakukannya. Namun bila orang lain melakukannya keburukan maka aku pun melakukannya juga. Akan tetapi jadilah orang yang mempunyai sikap dan keberanian. Jika orang melakukan kebaikan maka aku akan melakukannya. Namun jika orang lain melakukannya

keburukan maka aku tinggalkan sikap buruk mereka.” (HR. At-Tirmidzi).

Dengan demikian, setiap muslim beriman harus memiliki kepercayaan diri dalam segala hal terutam saat beribadah kepada Allah SWT dengan segala yang diberikan-Nya kepada kita. Karena Allah SWT telah menjamin hamba-Nya dengan segala kenikmatan yang dikaruniakannya kepada kita. Karena Allah SWT sangat membenci kepada hamb-Nya yang berputus asa.

C. Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri

Menurut Hakim (dalam Robbi, 2016) percaya diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya. Burns (dalam Octabriani, 2014) mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, seseorang individu akan dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Oleh sebab itu kepercayaan diri yang tinggi sangat dibutuhkan oleh mahasiswa baru agar mereka mampu mengoptimalkan potensi yang mereka miliki dan agar mereka menyesuaikan diri dengan metode belajar dan lingkungan baru yang berbeda dengan metode belajar dan lingkungan mereka berasal. Hal tersebut menjadi pendukung seorang mahasiswa baru dalam melakukan penyesuaian diri. Sebaliknya mahasiswa baru yang memiliki kepercayaan diri yang rendah seperti kurang mampu bersosialisasi, sering menyendiri dari kelompok yang memiliki kemampuan lebih, mudah putus asa dan cenderung tergantung pada orang lain dalam mengatasi masalah, mudah cemas, sikap seperti itulah yang

dapat membuat seorang mahasiswa susah atau sulit melakukan penyesuaian diri.

Merujuk pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Ilham Robbi (2016) diketahui bahwa dari subjek berjumlah 93 mahasiswa pada angkatan 2016 menunjukkan tingkat kepercayaan diri mahasiswa putra 13,98% berada pada kategori rendah, 65,59% pada kategori sedang dan 20,43% pada kategori tinggi. Dari hasil tersebut dapat diketahui sebagian besar mahasiswa putra belum memiliki kepercayaan diri secara maksimal. Hal ini disebabkan mereka yang merupakan mahasiswa baru dan masih dalam tahap penyesuaian dengan lingkungan tempat tinggal barunya.

Pemaparan diatas menunjukkan bahwa mahasiswa yang menyatakan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan juga memiliki ketidakyakinan terhadap diri sendiri. Fenomena-fenomena tersebut mengindikasikan bahwa terdapat mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah berpedoman pada uraian diatas, maka dapat diketahui bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi ia tidak akan malu untuk tampil dalam kegiatan-kegiatan positif dan mampu menyesuaikan dirinya dimanapun berada.

D. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan sementara yang diajukan seorang peneliti yang berupa pernyataan untuk diuji kebenarannya atau dibuktikan lebih lanjut. Berdasarkan uraian di atas, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah

Ho : Tidak ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 universitas islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

Ha : ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 universitas islam negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian merupakan rencana dan prosedur penelitian yang meliputi asumsi-asumsi luas hingga metode-metode rinci dalam pengumpulan dan analisis data (Cresswel, 2013). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2013) mendefinisikan pendekatan kuantitatif sebagai metode penelitian yang berlandaskan pada falsafah *positivism*, digunakan untuk meneliti instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditentukan. Sedangkan Arikunto (2006), mendefinisikan penelitian kuantitatif sebagai penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data serta penampilan dari hasilnya.

Metode yang digunakan dalam penelitian kuantitatif ini adalah uji korelasi. Uji korelasi merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dari dua variabel. Hal ini sejalan dengan apa yang dikatakan oleh Arikunto (2006), bahwa penelitian korelasi bertujuan untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan antar dua variabel. Apabila hubungan dari dua variabel telah diketemukan selanjutnya adalah mencari seberapa tinggi hubungan yang terjadi. Hubungan dua variabel dalam penelitian ini adalah antara variabel kepercayaan diri sebagai variabel independent dan variabel penyesuaian diri sebagai variabel dependen.

B. Identifikasi Variabel

Secara teoritis variabel dapat didefinisikan sebagai atribut seseorang atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau obyek yang lain. (Hatch & Farhady dalam Sugiono, 2009).

Sedangkan variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat, nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik dari kesimpulannya (Sugiono, 2009).

Adapun variabel yang hendak diteliti adalah :

- a. Variabel bebas (X) : Kepercayaan diri
- b. Variabel terikat (Y) : Penyesuaian diri

Variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi perubahannya atau timbulnya variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiono, 2009).

C. Definisi Operasional

1. Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dan dapat melakukan hal-hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya. Penelitian ini diukur dengan menggunakan skala Kepercayaan Diri dengan indikator sebagai berikut, berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Robbi, 2016) yaitu 1) Keyakinan

kemampuan diri 6 aitem, 2) Optimis 10 aitem, 3) Objektif 5 aitem, 4) Bertanggung jawab 4 aitem, 5) Rasional dan realistik 8 aitem.

2. Penyesuaian Diri

Penyesuaian diri merupakan faktor penting dalam kehidupan manusia yaitu proses di mana seseorang dapat berinteraksi dengan proses mental maupun tingkah laku untuk menelaraskan diri dalam dirinya sendiri dengan tuntutan-tuntutannya. Penelitian ini diukur dengan menggunakan skala Penyesuaian Diri dengan indikator sebagai berikut, berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri menurut Albert & Emmons (dalam Ahyani, 2012) meliputi 1) *Self Knowledge* 3 aitem, 2) *Self Acceptance* 5 aitem, 3) *Self Control* 6 aitem, 4) *Satisfaction* 2 aitem.

D. Populasi dan Sampel

Populasi adalah himpunan keseluruhan karakteristik dari obyek yang di teliti. Pengertian lain dari populasi adalah keseluruhan atau totalitas obyek psikologis yang dibatasi oleh kriteria tertentu (Sedamayanti & Hidayat, 2002). Populasi dapat didefinisikan sebagai keseluruhan subyek penelitian (Arikunto, 2006).

Jenis dari penelitian ini merupakan penelitian populasi purposive sampling, yakni mengambil seluruh jumlah populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018

Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang dengan jumlah total 243 mahasiswa.

Table 3.1 Sebaran Jumlah Mahasiswa pada Angkatan 2018

No.	Mahasiswa	Jumlah
1.	Mahasiswa Putra	77
2.	Mahasiswa Putri	164
	Jumlah	243

Sumber: Dokumen BAK Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Sampel adalah kelompok kecil yang diamati dan merupakan bagian dari populasi sehingga sifat dan karakteristik populasi juga dimiliki oleh sampel. Ferguson (dalam Sedamayanti & Hidayat, 2002), mendefinisikan sampel adalah bagian dari beberapa bagian kecil atau cuplikan yang ditarik dari populasi.

Pada penelitian ini untuk mempermudah pengambilan sampel, menggunakan pegangan apabila subyeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua, namun jika subyeknya dalam jumlah besar, dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih. Hal tersebut mengacu pada pendapat Arikunto (2006), apabila subyeknya kurang dari 100, lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi purposive sampling. Tetapi jika jumlah subyeknya besar, dapat diambil antara 10%-15% atau 20%-25% atau lebih. Penelitian mengambil sampel 50% dari jumlah populasi sebagai Subjeknya 120, seperti yang tercantum pada tabel dibawah ini.

Tabel 3.2 Sebaran Sampel Penelitian

No.	Mahasiswa Psikologi 2018	Jumlah mahasiswa	Sampel
1.	Mahasiswa	77	38
2.	Mahasiswi	164	82
	Total Sampel		120

E. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian, menjadi penting bagi seorang peneliti untuk mengetahui metode dalam pengumpulan data, karena data merupakan hal utama yang akan menjadi objek penelitian. Adapun metode alat pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Metode Observasi

Metode observasi merupakan metode yang didalamnya penelitian langsung turun ke lapangan untuk mengamati perilaku dan aktivitas individu-individu di lokasi penelitian (Cresswell, 2013). Observasi dilakukan secara langsung dilokasi tempat kelas para mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 kuliah yaitu lingkungan kampus UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Observasi yang dilakukan oleh peneliti bersifat non-partisipan yaitu dengan mengamati secara langsung ketika pengambilan data dilakukan. Data yang diperoleh dalam observasi menjadi informasi yang memungkinkan adanya informasi yang tidak terungkap saat proses wawancara.

Data yang diperoleh peneliti ketika melakukan observasi juga membantu untuk mengidentifikasi fakta-fakta lapangan dan permasalahan yang terjadi. Selain itu, data hasil observasi juga dapat menjadi dasar pemikiran atas dilakukannya penelitian di tempat tersebut dan bisa menjadi informasi awal yang digunakan oleh peneliti untuk memutuskan keadaan psikis subyek. Hal ini untuk menghindari kesalahan asumsi bagi pihak peneliti.

2. Metode Wawancara

Metode wawancara merupakan salah satu metode yang digunakan untuk menggali data pada penelitian ini. Peneliti menggunakan wawancara terstruktur yang dilakukan secara terikat karena memiliki fungsi bukan hanya sebagai pengumpul data melalui proses tanya jawab, tetapi sebagai pengumpul data yang relevan terhadap maksud-maksud penelitian yang telah dipersiapkan sebelumnya dengan beberapa kategori jawaban yang membatasi respon. Adapun pedoman wawancara yang digunakan dalam penelitian ini berupa *checklist*.

3. Skala Psikologi

Penelitian psikologi memilih skala sebagai metode pengumpulan data karena skala memiliki karakteristik khusus, karakteristik tersebut membedakannya dengan metode pengumpulan data yang lain seperti angket dan lain sebagainya. Skala psikologi ini mengacu pada aspek atau atribut yang efektif,

adapaun karakteristik tersebut diuraikan oleh Azwar (2009) sebagai berikut :

- a. Stimulus dari skala berupa pertanyaan atau pernyataan yang tidak langsung akan mengungkap atribut yang akan diukur melainkan mengungkap satu indikator dari atribut atau aspek yang bersangkutan.
- b. Atribut psikologis akan diungkapkan secara tidak langsung lewat indikator perilaku yang diuraikan atau diterjemahkan dalam bentuk item.
- c. Respon subyek tidak diklasifikasikan dengan jawaban benar ataupun salah, semua jawaban dapat diterima sepanjang diberikan dengan jujur dan sungguh-sungguh.

Atas dasar karakteristik ini peneliti menganggap bahwa skala merupakan metode pengumpulan data yang tepat. Adapun skala yang digunakan adalah sebagai berikut.

- a. Skala kepercayaan diri
- b. Skala penyesuaian diri

Untuk menjawab skala cara yang digunakan adalah dengan memilih salah satu dari empat alternatif jawaban yang sesuai dengan keadaan subyek. Untuk menilai atau *scoring* item skala kepercayaan diri dan penyesuaian diri akan dinilai dari satu sampai empat item *favorable*, sedangkan untuk item *unfavorable* akan dinilai dari empat sampai satu.

F. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan skala. Skala adalah suatu alat pengumpul data berupa sejumlah pernyataan tertulis yang harus dijawab oleh subjek penelitian dan digunakan untuk mengungkap suatu konstruk atau konsep psikologis yang menggambarkan aspek kepribadiannya (Azwar, 1992). Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala sikap model *Likert*. Skala sikap berisi pernyataan-pernyataan sikap (*attitude statements*), yaitu suatu pernyataan mengenai objek sikap (Azwar, 2013).

Pernyataan dalam skala sikap terdiri atas dua macam, yaitu pernyataan *favourable* (pernyataan yang berisi hal-hal yang positif dan mendukung objek sikap yang diungkap) dan pernyataan *unfavourable* (pernyataan yang berisi hal-hal negatif atau kontra dengan objek sikap yang diungkap). Item-item yang disajikan dalam bentuk tertutup dengan menyediakan 4 alternatif jawaban yaitu, Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS) (Arikunto, 2006).

Tabel 3.3 Penskoran

Alternatif Jawaban	Nilai	
	Favourable	Unfavourable
Sangat Setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Peneliti tidak mencantumkan pilihan jawaban netral dikarenakan peneliti menganggap tidak perlu menggunakan jawaban netral serta adanya

kekhawatiran apabila pilihan jawaban netral dicantumkan maka kebanyakan subjek akan cenderung untuk menempatkan pilihannya di kategori tengah/netral tersebut sehingga data mengenai perbedaan diantara responden menjadi kurang informatif, dengan kata lain kekhawatiran respon yang diperoleh dari penelitian ini diperoleh hasil yang tidak cukup bervariasi.

Adapun instrumen pada penelitian ini menggunakan dua alat ukur sesuai dengan variabel yang digunakan yakni Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri. Berdasarkan variabel tersebut maka skala yang digunakan sebagai berikut:

1. Skala Kepercayaan Diri

Skala ini menggunakan tingkat kepercayaan diri mahasiswa mahasiswi angkatan 2018 fakultas psikologi. Item-item dalam skala ini diadaptasi dari Robbi (2016), yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Robbi, 2016) yaitu 1) Keyakinan kemampuan diri, 2) Optimis, 3) Objektif, 4) Bertanggung jawab, 5) Rasional dan realistis. Skala kepercayaan diri ini terdiri atas pernyataan *Favorable* (F) dan pernyataan *Unfavorable* (Uf). Berdasarkan indikator tersebut disusunlah *blue print* sebagai berikut :

Tabel 3.4 Blue Print skala Kepercayaan Diri

No.	Aspek	Indikator	No. Aitem		Total
			F	Uf	
1.	Keyakinan Kemampuan Diri	a. Yakin akan kemampuan yang dimiliki	1, 2	18, 19	8
		b. Bersikap positif	3, 4	20, 40	
2.	Optimis	a. Berfikir positif	5,	21, 22	11
		b. Tidak mudah menyerah	6, 7	23, 24	
		c. Selalu beranggapan akan berhasil	8, 9	25, 36	
3.	Objektif	a. Tidak mudah terpengaruh	10	26, 27	7
		b. Memandang permasalahan sesuai kebenaran	11, 12	28, 37	
4.	Bertanggung jawab	a. Berani menanggung konsekuensi dari keputusannya	13, 14	29, 30	4
		a. Berfikir sesuai dengan akal	15, 34	31, 38	
5.	Realistis dan Rasional	b. Dapat menganalisa permasalahan	16, 35	32,39	10
		c. Tidak terlalu menyalahkan diri sendiri	17	33	
Jumlah			19	21	40

2. Skala Penyesuaian Diri

Skala penyesuaian diri disusun sesuai dengan teori-teori yang dikemukakan oleh Albert & Emmons (dalam Ahyani, 2012) serta disesuaikan dengan subjek penelitian, dengan 29 butir pernyataan diantaranya adalah 18 pernyataan *favorable* dan 11 pernyataan *unfavorable*.

Aspek-aspek penyesuaian diri meliputi *Self Knowledge*, *Self Acceptance*, *Self Control*, dan *Satisfaction*.

Tabel 3.5 blueprint skala Penyesuaian Diri

No.	Aspek	Indikator	<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1.	<i>Self Knowledge</i>	Mampu mengenal kelebihan dan kekurangan diri	1, 2, 3, 4	5, 6
2.	<i>Self Acceptance</i>	Mampu memahami keadaan diri sebagaimana adanya	7, 8, 9, 10	11, 12
3.	<i>Self Control</i>	Mampu menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah positif	13, 14, 15, 16, 17, 18	19, 20
4.	<i>Satisfaction</i>	Adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan	21, 22	23, 24, 25
Jumlah			16	9

G. Validitas dan Reliabilitas

1. Validitas

a. Validitas isi

Metode validitas isi yang digunakan dalam penelitian ini adalah Aiken's V dimana untuk menghitung koefisien validitasnya didasarkan pada penilaian para ahli mengenai sejauh mana aitem yang digunakan mewakili konstruk alat ukur yang digunakan. Penelitian dilakukan dengan memberi angka 1-5 (1 untuk sangat tidak relevan sampai 5 untuk sangat relevan) (Aiken dalam Azwar, 2012). Untuk menghitung penilaian Aiken's V dirumuskan sebagai berikut:

$$V = \frac{\sum s}{[n(c-1)]}$$

Bila lo : Angka penilaian validitas terendah (dalam hal ini :

1)

c : Angka penilaian tertinggi (dalam hal ini : 5)

r : Angka yang diberikan seorang penilai

s : r – lo

Berikut adalah para ahli yang dipilih peneliti untuk menjadi panelis dalam menilai skala Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri.

Tabel 3.6 Daftar Panelis

No.	Nama Panelis
1	Dr. Retno Mangestuti, M. Si
2	Muhammad Anwar Fu'adi, MA
3	Agus Iqbal Hawabi, M. Psi

Berdasarkan penilaian para ahli, keseluruhan item

memiliki nilai antara 0.5 sampai 0.9 dengan kata lain item-item tersebut memiliki validitas yang baik.

b. Validitas Konstrak

Validitas konstrak merupakan uji validitas yang digunakan untuk membuktikan apakah hasil pengukuran dari setiap item berkorelasi dengan konstrak teoritik yang mendasari skala tersebut (Azwar, 2012). Pada penelitian ini, uji validitas konstrak dilakukan dengan bantuan computer IBM SPSS (*Statistic Program For Social Science*) Versi 16 *for windows* dengan metode korelasi *Bivariate Pearson*. Adapun dasar pengambilan keputusannya mengacu pada US departemen of labor, sekaligus dengan melihat signifikasinya pada taraf tertentu yang dikutip oleh Azwar (2012).

Standart pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas aitem adalah $r_{xy} \geq 0,300$. Apabila item yang lolos ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat mempertimbangkan untuk menurunkan sedikit batas kriteria dari $r_{xy} \geq 0,300$ menjadi

$r_{xy} \geq 0,25$ atau $r_{xy} \geq 0,200$. Standart validitas item dalam penelitian ini adalah $r_{xy} = 0,300$ ($r_{xy} \geq 0,300$) serta dianalisis dengan bantuan IBM SPSS (*Statistic Program For Social Science*) Versi 16 *for windows*.

2. Reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas data, peneliti menggunakan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16 *for windows* dengan metode *Alpha Cronbach*. Menurut Wells dan Wollack mengatakan bahwa tes standart yang taruhannya tinggi serta disusun secara professional harus memiliki koefisien konsistensi internal minimal 0,90. Tes yang tidak begitu tinggi taruhannya, tetep harus memperlihatkan konsistensi internal setidaknya 0,80 atau 0,85, sedangkan untuk tes yang digunakan di kelas oleh para guru hendaknya paling tidak memiliki koefisiensi reliabilitas 0,70 atau lebih dikutip Azwar (2012).

H. Metode Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang digunakan untuk menjawab rumusan masalah dalam penelitian dan bertujuan untuk mendapat kesimpulan dari hasil penelitian. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pengolahan statistik dengan program IBM SPSS *for windows* versi 16, dengan teknik analisis sebagai berikut:

1. Mean

Mean diperoleh dari menjumlahkan seluruh nilai dan membaginya dengan jumlah individu. Dengan rumus sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{n}$$

Keterangan:

\bar{x} : Mean

$\sum x$: Skor Maksimal Item

n : Jumlah total responden

2. Standart Deviasi

Standart deviasi dapat menunjukkan perbedaan antara tanda plus dan minus yang ada pada data. Penghitungan standart deviasi dapat dilakukan dengan rumus sebagai berikut:

$$S = \sqrt{\frac{\sum (X - \bar{x})^2}{n}}$$

Keterangan :

S : Standart deviasi

X : Nilai setiap data

\bar{x} : Mean

n : Jumlah total data/ pengamatan dalam populasi

Σ : Simbol operasi penjumlahan

3. Kategorisasi

Kategorisasi adalah mengelompokan data-data masing-masing subjek dengan tingkatan tertentu sesuai norma yang ada. Norma tersebut dibuat dengan hitungan mean dan standart deviasi yang telah dihitung sebelumnya. Kategorisasi tersebut digunakan untuk menentukan tingkat masing-masing subjek pada satu variabel.

- a. Tinggi = $X \geq (M + 1 \text{ SD})$
- b. Sedang = $(M - 1,0 \text{ SD}) \geq X < (M + 1,0 \text{ SD})$
- c. Rendah = $X \leq M - 1 \text{ SD}$

4. Analisis Prosentase

Teknik analisis prosentase ini peneliti gunakan untuk mengetahui data hasil skala tentang hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018, adapun rumus yang digunakan adalah sebagai berikut :

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

Keterangan :

P = Angka Presentase

f = Frekuensi yang sedang dicari prosentasenya

N = Jumlah freskuensi atau banyaknya individu

5. Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik merupakan cara untuk mengetahui apakah model regresi yang diperoleh dapat menghasilkan estimator

linier yang baik. Jika telah memenuhi asumsi klasik, berarti model regresi ideal (tidak bias) (*Best Linier Unbias Estimator* / BLUE).

Dalam penelitian ini uji asumsi klasik terdiri dari:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya suatu distribusi data (Sarjono & Julianita, 2011). Dalam hal ini yang diuji adalah sebaran dari data pada skala kepercayaan diri dan penyesuaian diri.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah data yang kita miliki sesuai dengan garis linear atau tidak (apakah hubungan antara variabel yang hendak dianalisis mengikuti garis lurus atau tidak). Dalam hal ini data yang diuji adalah data skala kepercayaan diri dan penyesuaian diri.

6. Analisis Korelasi

Uji korelasi dimaksudkan untuk melihat hubungan dari hasil pengukuran atau dua variabel yang diteliti, untuk mengetahui derajat hubungan antara variabel X (Kepercayaan Diri) dengan variabel Y (Penyesuaian Diri). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan tehnik *pearson product moment correlation*. Adapun rumus yang digunakan adalah :

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

Keterangan :

r_{xy} : Korelasi *product moment*

N : Jumlah responden

$\sum X$: Skor Kepercayaan Diri

$\sum Y$: Skor Penyesuaian Diri

Untuk melakukan perhitungan dengan rumus-rumus diatas, peneliti menggunakan bantuan program IBM SPSS (*Statistical Package for Social Science*) versi 16 *for windows*.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Lokasi Pelaksanaan Penelitian

1. Sejarah Singkat Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim

Malang

Fakultas psikologi merupakan lembaga pendidikan tinggi yang berada di bawah naungan Departemen Agama dan secara fungsional akademik di bawah pembinaan Departemen Pendidikan Nasional dan Departemen Agama. Tujuannya untuk mencetak sarjana psikologi muslim yang mempunyai basis keilmuan psikologi yang integratif antara lain psikologi konvensional dan ilmu psikologi yang bersumber dari al-Qur'an dan al-Hadist.

Program studi psikologi pertama kali dibuka pada tahun 1997 sesuai dengan Surat Keputusan (SK) Dirjen Bimbaga Islam No.E/107/1997. Kemudian menjadi jurusan psikologi pada tahun 1999 berdasarkan SK Dirjen Binbaga Islam No.E/212/1999, dan diperkuat SK Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Pendidikan Nasional (Dirjen Dikti Diknas) No.2846/D/T/2001 yang terbit pada tanggal 25 Juli 2001. Akhirnya pada tanggal 21 Juni 2004 terbit SK Presiden RI No. 50/2004 tentang perubahan Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta dan Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Malang menjadi Universitas Islam Negeri (UIN) dan telah terakreditasi oleh Badan

Akreditasi Nasional (BAN) Perguruan Tinggi No. 003/BAN-PT/Ak-X/S1/II/2007 dengan predikat baik.

Fakultas Psikologi berdiri berdasarkan Keputusan Direktur Jenderal Kelembagaan Agama Islam Nomor: DJ. II/54/2005 tentang penyelenggaraan Program Studi Strata (S-1) pada Universitas Islam Negeri Malang.

2. Visi dan Misi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim

Malang

Visi:

Fakultas Psikologi adalah menjadi program studi psikologi terkemuka dalam penyelenggaraan tridharma pendidikan tinggi untuk menghasilkan lulusan di bidang psikologi yang berkarakter ulul albab.

Misi:

- a. Menyelenggarakan pendidikan tinggi berbasis penelitian berparadigma Al-Qur'an (Qur'anic Paradigm-Research-based education) untuk pengembangan ilmu psikologi dengan pendekatan interdisipliner dan kemampuan bersaing di dunia internasional, serta dilandasi oleh kedalaman spiritual, keluhuran akhlak, keluasan ilmu, dan kematangan profesional.
- b. Menyelenggarakan penelitian di bidang ilmu psikologi yang berkualitas dan diakui di tingkat nasional, regional, hingga internasional.
- c. Membangun suasana keilmuan dan masyarakat intelektual dalam bidang ilmu psikologi.

- d. Memberikan dharma bakti kepada masyarakat dalam pengembangan teori, model, dan pemahaman berbagai masalah pada bidang ilmu psikolog

3. Tujuan Fakultas Psikologi UIN Maliki Malang

Tujuan diselenggarakannya Jurusan/Program Studi (sesuai SK Dekan Fakultas Psikologi Nomor Un.3.4/HK.00.5/308.1/2016 tanggal 22 April 2016, merujuk pada tujuan dari Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, yaitu:

- a. Menghasilkan Sarjana Psikologi yang memiliki penguasaan terhadap teori dan metodologi, serta mampu mengaplikasikan Ilmu Psikologi dalam tata kehidupan sosial dan kemasyarakatan;
- b. Menghasilkan penelitian yang berkualitas dalam bidang Ilmu Psikologi, serta melakukan pengembangan konsep dan teori Psikologi;
- c. Melaksanakan pengabdian pada masyarakat dalam bidang Ilmu Psikologi;
- d. Menciptakan iklim hubungan kerjasama yang saling asih, asah dan asuh.

4. Gambaran Umum Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang masih dalam tahap awal masuk kuliah. Subjek berjumlah 120 mahasiswa yang terdiri dari mahasiswa yang berjumlah 38 mahasiswa dan mahasiswi yang berjumlah 82 mahasiswi.

5. Pelaksanaan Penelitian

Peneliti melakukan penelitian pada hari selasa tanggal 8 Februari 2019, setelah mendapatkan persetujuan dari dosen pembimbing dan mendapat surat izin penelitian dari BAK Fakultas Psikologi UIN Malang untuk pengambilan data dan melakukan penelitian. Peneliti menyebarkan skala penelitian kepada responden dengan menggunakan lembar skala dengan cara memasuki kelas-kelas mahasiswa angkatan 2018 dengan menunggu jam kuliah selesai dikarenakan biar tidak mengganggu jam kuliah mahasiswa.

B. Hasil Penelitian

1. Uji Validitas dan Reliabilitas

a. Uji Validitas

1) Kepercayaan Diri

Menurut Arikunto (2006), yang dimaksud dengan validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrument. Suatu instrumen yang valid mempunyai validitas yang tinggi, sebaliknya instrumen yang kurang valid memiliki validitas rendah.

Standart pengukuran yang digunakan untuk menentukan validitas item adalah $r_{xy} \geq 0,300$. Apabila jumlah item yang valid ternyata masih tidak mencukupi jumlah yang diinginkan, maka dapat menurunkan sedikit kriteria dari r_{xy}

$\geq 0,300$ menjadi $r_{xy} \geq 0,250$ atau $r_{xy} \geq 0,200$. Adapun standart validitas item yang digunakan dalam penelitian ini adalah $r_{xy} \geq 0,300$ dengan menggunakan bantuan IBM SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) 16.0 for windows.

Hasil uji validitas 40 item pada skala kepercayaan diri berdasarkan *Pearson's Correlation* menunjukkan bahwa terdapat 32 item dikatakan valid dan 7 item dikatakan gugur. Berikut rinciannya :

Tabel 4.1 Blueprint Kepercayaan Diri

Variabel	Komponen	Nomor Item		Jumlah Seluruh Item	Nomer Item Gugur	Jumlah Item Valid	
		Fav	Unfav				
Kepercayaan Diri	Keyakinan	1, 2	18, 19	4	2	3	
	Kemampuan Diri	3, 4	20, 40	4	3	3	
	Optimis	5	21, 22	3	5	2	
	Objektif		6, 7	23, 24	4	-	4
			8, 9	25, 36	4	-	4
			10	26, 27	3	27	2
			11, 12	28, 37	4	37	3
	Bertanggung Jawab	13, 14	29, 30	4	-	4	
	Realistis dan Rasional	15, 34	31, 38	4	34, 38	2	
		16, 35	32, 39	4	-	4	
	17	33	2	-	2		
Total		19	21	40	7	32	

2) Penyesuaian Diri

Berdasarkan hasil analisis uji validitas 25 item skala penyesuaian diri menggunakan *Pearson's Correlation*

menunjukkan bahwa terdapat 16 item dikatakan valid dan 9 item dikatakan gugur. Berikut rinciannya :

Tabel 4.2 Blueprint Penyesuaian Diri

Variabel	Komponen	Nomor item		Jumlah Seluruh Item	Nomor Item Gugur	Jumlah Item Valid
		Fav	Unfav			
Penyesuaian Diri	Self Knowledge	1, 2, 3, 4	5, 6	6	1, 5, 6	3
	Self Acceptance	7, 8, 9, 10	11, 12	6	11	5
	Self Control	13, 14, 15, 16, 17, 18	19, 20	8	13, 19	6
	Satisfaction	21, 22, 23	24, 25	5	23, 24, 25	2
	Total		17	8	25	9

b. Uji Reliabilitas

Untuk menguji reliabilitas skala, peneliti menggunakan metode *Alpha Cronbach*, dengan acuan koefisiensi Alpha $>0,7$. Hasil yang didapatkan adalah skala kepercayaan diri memiliki *Alpha Conbach* sebesar 0,865 ($>0,7$) sedangkan skala penyesuaian diri memiliki *Alpha Conbrach* 0,784 ($>0,7$). Dapat disimpulkan bahwa kedua skala tersebut dinyatakan reliabel dan layak dijadikan instrument.

Berikut table reliabilitas skala beserta jumlah itemnya:

Tabel 4.3 Reliabilitas

Variabel	Alpha Cronbach	N Item	Keterangan
Kepercayaan Diri	0,865	40	Reliabel
Penyesuaian Diri	0,784	25	Reliabel

2. Analisis Deskriptif

Untuk mengetahui kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi pada angkatan 2018 UIN Malang peneliti menggunakan analisis deskriptif menggunakan IBM SPSS 16 *for windows*. Adapun dasar perhitungan untuk analisa ini adalah dengan Mean dan Standart deviasi yang didapat dengan menggunakan IBM SPSS 16 *for windows*, kemudian dikategorisasikan menjadi tinggi, sedang dan rendah. Hasil perhitungan akan dipaparkan sebagai berikut :

a. Hasil Uji Deskriptif Kepercayaan Diri

Berikut ini merupakan rincian dari hasil uji deskriptif data kepercayaan diri :

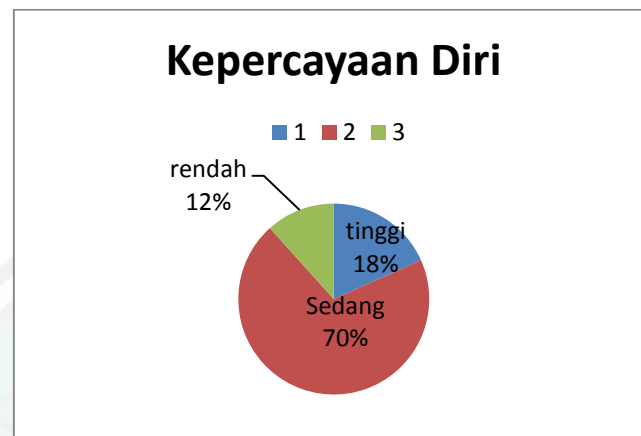
	Mean	Standart Deviasi
Kepercayaan Diri	115.99	10.370

Adapun hasil kategorisasi dan prosentase kepercayaan diri adalah sebagai berikut :

Tabel 4.4 Hasil Uji Deskriptif Kepercayaan Diri

Kriteria	Kategori	Hasil	Prosentase
$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi	22	18%
$(M - 1,0 \text{ SD}) \geq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	Sedang	84	70%
$X \leq (M - 1,0 \text{ SD})$	Rendah	14	12%
Jumlah		120	100%

Gambar 4.1 Diagram Prosentase Kepercayaan Diri



Dari hasil uji deskriptif dan analisa yang dipaparkan diatas dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki prosentase 18% dengan frekuensi 22 orang, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 70% dengan frekuensi 84 orang sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 12% dengan frekuensi 14 orang.

b. Hasil Uji Deskriptif Penyesuaian Diri

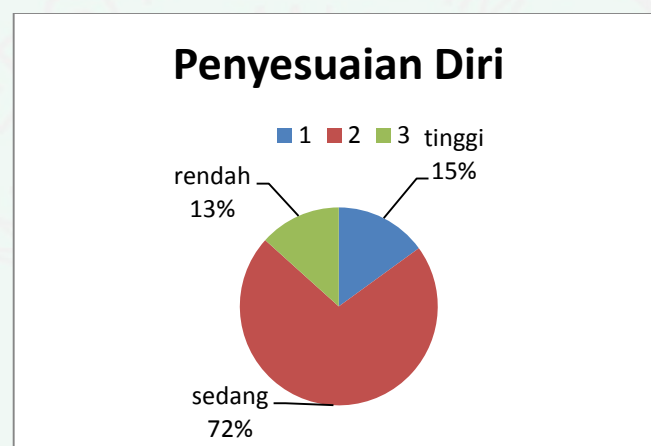
Berikut ini merupakan rincian dari hasil uji deskriptif data penyesuaian diri :

	Mean	Standart Deviasi
Penyesuaian Diri	73.65	6,621

Adapun hasil kategorisasi dan prosentase penyesuaian diri adalah sebagai berikut :

Tabel 4.5 Hasil Uji Deskriptif Penyesuaian Diri

Kriteria	Kategori	Hasil	Prosentase
$X \geq (M + 1,0 \text{ SD})$	Tinggi	18	15%
$(M - 1,0 \text{ SD}) \geq X < (M + 1,0 \text{ SD})$	Sedang	86	72%
$X \leq (M - 1,0 \text{ SD})$	Rendah	16	13%
Jumlah		120	100%

Gambar 4.2 Diagram Prosentase Penyesuaian Diri

Dari hasil uji deskriptif dan analisa yang dipaparkan diatas dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki penyesuaian diri tinggi memiliki prosentase 15% dengan frekuensi 18 orang, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 72% dengan frekuensi 86 orang sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 13% dengan frekuensi 16 orang.

3. Hasil Uji Normalitas

Hasil uji normalitas dalm penelitian ini menggunakan metode Kolmogrov. Adapun rincian data uji normalitas adalah sebagai berikut:

Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Kepercayaan diri	Penyesuaian diri
N		120	120
Normal Parameters ^a	Mean	115.99	73.65
	Std. Deviation	10.370	6.621
Most Extreme Differences	Absolute	.090	.087
	Positive	.090	.087
	Negative	-.070	-.066
Kolmogorov-Smirnov Z		.985	.956
Asymp. Sig. (2-tailed)		.287	.320

a. Test distribution is Normal.

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa pada variabel kepercayaan diri dan penyesuaian diri di peroleh nilai signifikansi yang lebih besar dari taraf nyata 0,05 sehingga disimpulkan bahwa data hasil penelitian pada kedua variabel berdistribusi normal.

4. Hasil Uji Linearitas

Uji lineritas bertujuan untuk menguji bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat adalah linier atau tidak. Untuk menguji asumsi linieritas digunakan uji kurva linier, dengan menggunakan kriteria nilai signifikasi yang lebih kecil dari alpha 5% menunjukkan bahwa hubungannya adalah linier.

Tabel 4.7 Hasil Uji Linearitas**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian diri * kepercayaan diri	Between Groups	(Combined)	3058.703	39	78.428	2.907	.000
		Linearity	1987.843	1	1987.843	73.672	.000
		Deviation from Linearity	1070.860	38	28.181	1.044	.425
		Within Groups	2158.597	80	26.982		
Total			5217.300	119			

Hasil uji linieritas menunjukkan nilai signifikansi hubungan X dengan Y lebih kecil dari alpha 5% (0,050) sehingga disimpulkan bahwa antar variabel tersebut terdapat hubungan yang linier atau dengan kata lain asumsi linieritas terpenuhi.

5. Hasil Uji Hipotesis

Hipotesis dari penelitian ini telah ditentukan sebelum korelasi antar dua variabel diketahui. Untuk mengetahui ada tidaknya korelasi antara keduanya maka harus dilakukan uji hipotesis. Berkenaan dengan besarnya angka yakni berkisar pada 0 (tidak ada korelasi sama sekali) dan 1 (korelasi sempurna).

Sebenarnya tidak ada ketentuan yang tepat mengenai apakah angka korelasi tertentu menunjukkan tingkat korelasi yang tinggi atau lemah. Namun bisa dijadikan pedoman sederhana, bahwa angka korelasi di atas 0,05 menunjukkan korelasi lemah. Selain besar korelasi, tanda korelasi juga berpengaruh terhadap penafsiran hasil. Tanda “ - “ (negatif) pada *output* menunjukkan adanya arah yang berlawanan, sedangkan tanda “ + “ (positif) menunjukkan arah yang sama. Berikut analisis SPSS 16.0 *for windows* :

Tabel 4.8 Hasil Uji Hipotesis

Correlations		
	Kepercayaan diri	Penyesuaian diri
Kepercayaan diri	1	.617**
Pearson Correlation		
Sig. (2-tailed)		.000
N	120	120
Penyesuaian diri	.617**	1
Pearson Correlation		
Sig. (2-tailed)	.000	
N	120	120

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

Keterangan:

H_0 : Tidak adanya hubungan (korelasi) antara dua variabel atau angka korelasi

H_a : Adanya hubungan (korelasi) antara dua variabel atau angka korelasi

Berdasarkan hasil analisis melalui program *SPSS 16.0 for windows*, diperoleh bahwa $r_{hitung} = 0.617$, $P = 0.000$, sehingga $p < 0,05$ dan nilai N adalah 120. Sehingga dikatakan signifikan atau mempunyai hubungan apabila r_{hitung} lebih besar dari P , sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwasanya antara variabel kepercayaan diri dengan penyesuaian diri terdapat hubungan yang signifikan. Koefisien korelasi yang bertanda positif menunjukkan bahwa hubungan yang terjadi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri adalah searah, artinya semakin tinggi kepercayaan diri maka penyesuaian diri akan semakin tinggi, sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka penyesuaian diri akan semakin rendah.

6. Hasil Uji Determinasi (Uji R^2)

Uji R^2 digunakan untuk mengukur seberapa jauh model dalam menjelaskan variasi variabel dependen. Dalam penelitian ini koefisien determinasi menggunakan nilai dari R Square

Tabel 4.9 Hasil Uji Determinasi (Uji R^2)

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	Change Statistics				
					R Square Change	F Change	df1	df2	Sig. F Change
1	.617 ^a	.381	.376	5.23147	.381	72.633	1	118	.000

a. Predictors: (Constant),
kepercayaaandiri

Dari hasil uji koefisien determinasi (R Square) nilai sebesar 0,381 (nilai 0,381 adalah pengkuadratan dari koefisien korelasi atau R, yaitu $0,617 \times 0,617 = 381$). Besarnya angka koefisien determinasi (R Square) 0,381 sama dengan 38,1%. Angka tersebut mengandung kesesuaian uraian arti kepercayaan diri dengan penyesuaian diri sebesar 38,1%. Sedangkan sisanya disesuaikan oleh variabel lain diluar model regresi ini.

C. Pembahasan

1. Tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Kepercayaan diri merupakan modal awal dari setiap manusia dalam menjalankan proses kehidupan sosialnya. Menurut Alfred Adler (dalam Lauster, 2006), kebutuhan manusia yang paling penting adalah kebutuhan akan kepercayaan diri dan rasa superioritas. Rasa percaya diri adalah sebetuk keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan memahami jiwa (Al-Uqshari, 2005). Apabila ketiga hal tersebut tercapai dengan baik maka seseorang akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Namun kenyataannya, setiap manusia memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda tergantung pada faktor-faktor yang mempengaruhinya. Dari hasil penelitian tentang kepercayaan diri mahasiswa yang telah di analisis, diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Malang memiliki

tingkat kepercayaan diri tinggi dengan prosentase 18% yaitu 22 mahasiswa, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 70% yaitu 84 mahasiswa sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 12% yaitu 14 mahasiswa dari total responden 120 mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Malang.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa angkatan 2018 belum memiliki kepercayaan diri secara maksimal. Hal ini disebabkan mereka yang merupakan mahasiswa baru dan masih dalam tahap penyesuaian dengan lingkungan tempat tinggal barunya, sehingga banyak kekhawatiran yang mereka rasakan akibat dari kurangnya pengetahuan mereka terhadap lingkungan barunya tersebut.

Al-Uqshari (2005) dalam bukunya berpendapat bahwa menghadapi manusia memerlukan sesuatu tingkat kepercayaan diri tertentu yang tanpa itu siapa pun tidak akan dapat menaiki panggung untuk mengucapkan suatu kata, meskipun pendek saja. Sebagian dari mahasiswa mengaku bahwa mereka merasa canggung ketika berada di lingkungan yang benar-benar baru apalagi saat berhubungan dengan teman yang berbeda budaya. Mereka tidak banyak tahu keseharian teman-teman barunya yang berasal dari berbagai daerah tersebut, sehingga mereka ragu untuk mengaktualisasikan dirinya dihadapan teman-temannya, walaupun hanya untuk sekedar berinteraksi.

Sejalan dengan hal tersebut, Lauster (2006) menjelaskan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Ketidaktahuan

mereka dengan budaya teman-teman barunya menyebabkan kurang maksimalnya proses aktualisasi diri yang mengakibatkan mereka kurang percaya diri. Kurangnya kepercayaan diri akan menghambat potensi diri seseorang sehingga ia selalu berpikiran pesimis, selalu ragu dalam mengambil keputusan serta suka membandingkan dirinya dengan orang lain.

Lauster (2006), mengatakan kepercayaan pada diri sendiri mempengaruhi sikap hati-hati, ketidak ketergantungan, ketidak serakahan, toleransi dan cita-cita. Demikianlah seseorang yang percaya pada diri sendiri tidaklah hati-hati secara berlebihan, dia yakin akan ketergantungan dirinya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan tanggung jawab (Ghufron, Nur & Risnawati, 2011). Dengan kepercayaan diri yang tinggi seseorang akan mampu mengenali dirinya sendiri dengan baik sehingga ia akan mampu berperilaku optimis dan tidak akan memiliki keraguan pada dirinya.

Akan tetapi, kepercayaan pada diri sendiri yang sangat berlebihan tidak selalu berarti sifat yang positif. Ini umumnya dapat menjurus pada usaha tak kenal lelah. Orang yang terlalu percaya pada diri sendiri sering tidak hati-hati dan seenaknya. Tingkah laku mereka sering menyebabkan konflik dengan orang lain. Seseorang yang

bertindak dengan kepercayaan pada diri sendiri yang berlebihan, sering memberikan kesan kejam dan lebih banyak punya lawan daripada teman (Lauster, 2006). Kemampuan mengelola kepercayaan diri dengan baik sangat perlu terutama ketika seseorang tersebut dalam proses penyesuaian dengan lingkungan baru seperti halnya mahasiswa baru.

Kepercayaan diri yang tinggi tidak terbentuk dengan instan melainkan ada banyak faktor yang mempengaruhinya diantaranya menurut Anthony (dalam Ghufron, Nur & Risnawati, 2011) adalah tingkat pendidikan seseorang. Semakin tinggi tingkat pendidikan individu, maka semakin banyak yang telah dipelajari individu yang berarti individu semakin mengenal dirinya baik kekurangan maupun kelebihanannya sehingga individu tersebut mampu dalam menentukan standart keberhasilannya (Hartiyani, 2011). Anthony (dalam Hartiyani, 2011) menyatakan bahwa individu yang memiliki tingkat pendidikan yang tinggi akan mampu memenuhi tantangan hidup dengan penuh percaya diri serta memperhatikan sesuatu dari sudut pandang kenyataan.

Hal ini dalam proses pembentukan kepercayaan diri pada individu, ada beberapa hal yang perlu diperhatikan. Menurut Anthony (dalam Ghufron, Nur & Risnawati, 2011), membentuk kepercayaan diri seseorang diawali dengan pengembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulan suatu kelompok. Seseorang dalam hal ini

mahasiswa memang hidup dalam suatu kelompok, dimana kelompok tersebut merupakan sekumpulan individu dengan motif yang sama berkumpul dalam suatu tempat yang sama pula. Dalam suatu kelompok seperti itu akan selalu ada hubungan yang disebut interaksi. Interaksi yang baik akan menghasilkan konsep diri yang baik pula pada seseorang tersebut.

Penelitian ini telah menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa baru Fakultas Psikologi UIN Malang memiliki tingkat kepercayaan diri dalam kategori sedang sehingga dapat dikatakan mereka belum maksimal dalam mengaktualisasikan dirinya. Hal tersebut dapat dimaklumi karena mereka masih dalam proses adaptasi. Namun, untuk menumbuhkan kepercayaan diri dengan baik mahasiswa baru perlu berperan aktif dalam banyak kegiatan baik di dalam kampus maupun di luar kampus. Dengan banyaknya interaksi yang dilakukan dalam berbagai kegiatan, mahasiswa akan mampu menumbuhkan potensinya dengan baik serta kepercayaan dirinya akan meningkat.

2. Tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Schneider (dalam Khoyroh, 2016) mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang mencakup respon mental dan tingkah laku individu untuk mengatasi kebutuhan, ketegangan, konflik dan frustrasi. Usaha tersebut bertujuan untuk

memperoleh keselarasan dan keharmonisan antara tuntutan dalam diri dan tuntutan lingkungan. Schneiders juga mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungannya.

Berdasarkan hasil analisa data menunjukkan tingkat penyesuaian diri mahasiswa baru angkatan 2018 berbeda-beda. Dari hasil uji deskriptif dan analisa yang dipaparkan diatas dapat diketahui bahwa subjek yang memiliki penyesuaian diri tinggi memiliki prosentase 15% dengan frekuensi 18 mahasiswa, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 72% dengan frekuensi 86 mahasiswa sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 13% dengan frekuensi 16 mahasiswa, dari total responden 120 mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Malang. Hal itu menunjukkan bahwa rata-rata mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 memiliki kategori penyesuaian diri yang sedang.

Ada beberapa aspek yang membuat penyesuaian diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 berada pada kategori tinggi, sedang, dan rendah. Menurut Albert & Emmons (dalam Ahyani, 2012) menyatakan bahwa penyesuaian diri seseorang dipengaruhi oleh kemampuan mengenal kelebihan dan kekurangan, kemampuan memahami keadaan diri sebagaimana adanya,

kemampuan mengarahkan perilaku ke arah positif, dan adanya rasa puas terhadap segala sesuatu yang telah dilakukan.

Berdasarkan hasil kategori peraspek, aspek yang paling mempengaruhi penyesuaian diri adalah *self control* atau kontrol diri. Menurut Aviyah dan Farid (2014), kontrol diri dapat diartikan sebagai suatu aktivitas pengendalian tingkah laku. Kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur, dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa individu ke arah konsekuensi positif.

Kontrol diri bisa mengembangkan kepribadian ke arah kematangan, sehingga kegagalan dapat diatasi dengan matang. Kontrol diri ada secara alamiah dalam diri individu, akan tetapi tidak semua individu dapat melakukan kontrol diri dengan baik. Tekadang individu perlu peran orang lain untuk membantu mengontrol dirinya. Kontrol diri yang baik sangat diperlukan dalam kehidupan, karena hal tersebut akan sangat berpengaruh terhadap diri individu sendiri dan juga terhadap lingkungan sekitar individu.

Penyesuaian diri memang tidak mudah dilakukan. Penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk hidup dan bergaul secara wajar terhadap lingkungannya, sehingga ia merasa puas terhadap dirinya dan lingkungannya (Wilis, 2008).

Terdapat beberapa proses untuk melakukan penyesuaian diri, antara lain: mampu menerima dan menilai lingkungan di luar dirinya, mampu bertindak secara dinamis, memiliki rasa hormat terhadap

sesama manusia, sanggup merespon konflik secara wajar, sanggup bertindak secara terbuka, dapat bertindak sesuai norma yang dianut, sampai pada kemampuan memiliki kepercayaan terhadap diri sendiri secara positif.

Hasil penelitian pada mahasiswa baru yang dilakukan oleh Handoko & Bashori (2013) juga menunjukkan tingkat penyesuaian diri yang sedang. Penyesuaian diri dalam penelitian ini dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yakni kemampuan individu dalam beradaptasi, kriteria sosial, kemampuan membuat rencana dan mengorganisasikannya, serta perbedaan individual pada perilaku dan responnya dalam menanggapi masalah.

Penyesuaian diri merupakan hal yang penting bagi mahasiswa baru angkatan 2018, karena mahasiswa berada dilingkungan baru dan belum dikenal. Penyesuaian diri akan menentukan bagaimana mahasiswa tersebut berinteraksi. Mahasiswa dengan penyesuaian diri yang tinggi dapat berinteraksi dengan baik, sebaliknya mahasiswa dengan penyesuaian diri yang rendah kurang dapat berinteraksi dengan baik.

3. Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Pada perjalanan kehidupannya, manusia dihadapkan dengan situasi yang bermacam-macam. Sebagai manusia, kita sering dihadapkan

kepada situasi di mana kita berada di tengah-tengah orang yang masih asing meskipun kita sering kali tidak menyukai seseorang. Di dalam interaksi seperti itu, terdapat situasi yang berpotensi memicu konflik. Hal tersebut tidak terlepas dari lingkungan hidup orang atau aspek daripadanya yang senantiasa berubah-ubah (Gerungan, 2004).

Pada situasi seperti itu, manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Menurut Gerungan (2004), setiap perubahan dalam lingkungan kehidupan orang dalam arti luas itu menyebabkan ia harus menyesuaikan dirinya dengan lingkungan tersebut, baik dalam arti yang pasif maupun aktif. Menyesuaikan diri itu pun kita artikan dalam arti yang luas dan dapat berarti mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai dengan keadaan (keinginan) diri (Gerungan, 2004). Oleh karena itu, individu manusia senantiasa menjelaskan dirinya dengan lingkungan hidupnya yang senantiasa berubah-ubah itu.

Hambley (dalam Wibowo, 2011) menyebutkan, salah satu yang mempengaruhi kemampuan dalam penyesuaian sosial ini adalah kepercayaan diri. Hal ini juga dirasakan oleh mahasiswa baru fakultas psikologi angkatan 2018 yang beradaptasi dengan suasana baru yaitu suasana pada lingkungan kampus, yang mana lingkungan tersebut sangatlah berbeda dengan lingkungan di SMA.

Mahasiswa yang rata-rata merupakan individu yang masih dalam usia remaja masih mengalami banyak penyesuaian dalam

kehidupannya. Hurlock (2003), mengatakan masuknya remaja ke masa transisi menyebabkan mereka harus beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan keadaan yang baru. Salah satu lingkungan dan keadaan baru yang harus dirasakan remaja adalah ketika mereka memasuki jenjang perguruan tinggi (kampus). Mereka dituntut untuk menyesuaikan dirinya dengan segala macam keadaan yang benar-benar baru dan asing baginya.

Proses adaptasi yang demikian, menuntut keaktifan individu yang pada dasarnya merupakan dua variabel dalam penelitian ini yaitu kepercayaan diri dan penyesuaian diri. Berdasarkan hasil analisis data penelitian diketahui bahwa tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Malang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi dengan prosentase 18% yaitu 22 mahasiswa, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 70% yaitu 84 mahasiswa sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 12% yaitu 14 mahasiswa dari total responden 120 mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Malang. Sedangkan tingkat penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi pada angkatan 2018 di kategori tinggi memiliki prosentase 15% dengan frekuensi 18 mahasiswa, kategori sedang berada pada posisi paling tinggi yakni 72% dengan frekuensi 86 mahasiswa sedangkan kategori rendah memiliki prosentase 13% dengan frekuensi 16 mahasiswa, dari total responden 120 mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Malang. Skor tersebut diperoleh dari

hasil pengambilan data melalui skala yang telah dibagikan pada 120 mahasiswa fakultas psikologi UIN Maliki Malang.

Hasil dari analisis hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri dengan menggunakan teknik *product moment* serta bantuan aplikasi *SPSS (Statistical Package for Social Science)* versi 16.0 *for windows*, diperoleh hasil koefisien (r_{xy}) sebesar $r_{xy} = 0,617$ dengan taraf signifikansi (P) kedua variabel tersebut adalah 0.000 (≤ 0.05) dengan $N = 120$ yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri. Hal ini mengartikan bahwa kedua variabel tersebut memiliki hubungan positif yang artinya, semakin tinggi tingkat kepercayaan diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maliki Malang, semakin tinggi pula tingkat penyesuaian dirinya, serta sebaliknya semakin rendah tingkat kepercayaan diri mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 maka semakin rendah penyesuaian dirinya.

Korelasi antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri adalah 0,617. Angka ini menunjukkan bahwa terjadi hubungan yang kuat antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri. Kemudian koefisien korelasi sebesar 0,381 yang artinya kepercayaan diri berpengaruh terhadap penyesuaian diri sebesar 38,1% sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain seperti menurut Schneiders (dalam Khoyroh, 2016) kondisi fisik, kepribadian, proses belajar, lingkungan, dan agama serta budaya.

Hal tersebut sejalan dengan pendapat Derajat (dalam Wibowo, 2011), yang menyebutkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan diri akan lebih optimis dalam hidup, mempunyai banyak teman, tidak takut memulai suatu hubungan baru dengan orang lain, tidak memiliki keraguan dan perasaan rendah diri. Mahasiswa fakultas psikologi yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, ia akan memiliki banyak teman dan mudah bergaul. Dengan seringnya interaksi yang mereka lakukan dalam suatu kelompok, maka kepercayaan diri tersebut akan semakin bertambah baik.

Menurut Lauster (2006) rasa percaya diri bukan merupakan sifat yang diturunkan (bawaan) melainkan diperoleh dari pengalaman hidup, serta dapat diajarkan dan ditanamkan melalui pendidikan, sehingga upaya-upaya tertentu dapat dilakukan guna membentuk dan meningkatkan rasa percaya diri. Hal senada dikemukakan oleh Buns (dalam Wibowo, 2011) bahwa dalam situasi sosial terjadi hubungan antara individu dengan individu lain yang disebut dengan interaksi sosial, dimana dalam situasi sosial ini memberikan kesempatan berkompetisi untuk membentuk kepercayaan diri.

Setiap individu memiliki pengalaman hidup yang berbeda-beda. Proses panjang dalam kehidupan seseorang akan membuatnya belajar banyak hal sehingga ia akan mampu untuk mengembangkan potensi diri, pandangan hidup dan juga konsep diri dalam menghadapi berbagai situasi kehidupan dengan baik. Membentuk kepercayaan diri

pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok, maka hasil interksi baik yang terjadi akan menghasilkan konsep diri yang baik pula.

Kemampuan mengelola kepercayaan diri dengan baik sangat perlu terutama ketika seseorang tersebut dalam proses penyesuaian dengan lingkungan baru seperti halnya mahasiswa baru angkatan 2018. Seperti diketahui, perkembangan jiwa seseorang banyak ditentukan oleh pergaulan dengan orang-orang lain (Soekanto, 2012).

Berdasarkan pemaparan teori dan hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif yang signifikan dengan penyesuaian diri. Semakin tinggi kepercayaan diri yang diterima, semakin tinggi pula tingkat penyesuaian diri. Sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri semakin rendah pula penyesuaian diri. Sedangkan tingkat pengaruh (R Square) kepercayaan diri dengan penyesuaian diri sebesar 38,1% dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa, kepercayaan diri sangat diperlukan seseorang yang dalam proses adaptasi seperti halnya mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 guna mendukung penyesuaian diri yang baik agar mereka tidak terasing oleh lingkungan dan juga teman-temannya. Selain itu proses penyesuaian akan menjadi lebih mudah apabila mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang baik dalam penyesuaian diri.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan pada bab IV tentang penelitian Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Maulana Malik Ibrahim Malang, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat Kepercayaan Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maliki Malang dari hasil analisis penelitian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018 UIN Maliki Malang memiliki tingkat rata-rata kepercayaan diri dengan kategori sedang dengan prosentase 70% yaitu 84 mahasiswa dari total responden 120 mahasiswa. Hal ini mengartikan bahwa mahasiswa fakultas psikolgi angkatan 2018 yakin akan kemampuan yang dimiliki, bersikap positif, berpikir positif, tidak mudah menyerah, selalu beranggapan akan berhasil, tidak mudah terpengaruh, memandang permasalahan sesuai kebenaran, berani menanggung konsekuensi dari keputusannya, berfikir sesuai dengan akal sehat, dapat menganalisa permasalahan, serta tidak selalu menyalahkan diri sendiri.
2. Tingkat Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maliki Malang dari hasil analisis penelitian dapat disimpulkan bahwa mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN maliki malang memiliki tingkat rata-rata penyesuaian diri dengan

kategori sedang dengan prosentase 72% dengan frekuensi 86 mahasiswa dari total responden 120 mahasiswa psikologi angkatan 2018 UIN Maliki Malang.

3. Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2018 UIN Maliki Malang terdapat hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa angkatan 2018 UIN Maliki Malang, dengan koefisien korelasi r_{xy} sebesar 0,617 dengan taraf signifikansi (P) 0,000 ($\leq 0,05$) dan dapat dikatakan R Square sebesar 38,1%.

B. Saran

Dari hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka terdapat beberapa saran yang perlu dipertimbangkan bagi berbagai pihak guna perbaikan penelitian selanjutnya, yakni :

1. Bagi mahasiswa psikologi

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil terendah pada kepercayaan diri yaitu 12% bagi 14 mahasiswa supaya dapat meningkatkan penyesuaian diri yang lebih baik. Maka dengan demikian untuk mahasiswa psikologi kedepannya hendaknya dapat meningkatkan dan mempertahankan kepercayaan diri dengan cara bersikap optimis dan tidak rendah diri, karena dengan percaya diri maka dapat membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan disekitarnya.

2. Bagi penelitian selanjutnya

Penelitian ini tentang membuktikan teori kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada mahasiswa fakultas psikologi angkatan 2018 UIN Maliki Malang. Maka untuk peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti atau melakukan penelitian yang sama diharapkan dapat memperluas populasi atau ruang lingkup penelitian sehingga menggeneralisir lebih mendalam tentang variabel yang terkait pada penelitian ini, memperbaiki kelemahan dan kekurangan dalam penelitian ini dengan memilih waktu yang tepat, serta diharapkan tidak hanya menggunakan dua variabel dalam penelitian selanjutnya, agar hasil penelitian yang didapat lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Abu. 2004. *Psikologi Sosial*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ahyani, L. N. & Kumalasari. F (2012). Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Penyesuaian Diri Remaja di Panti Asuhan. *Jurnal Penelitian Kudus: Universitas Muara Kudus*.
- Ali, M. & Asrori, M. 2006. *Psikologi Remaja. Perkembangan peserta Didik*. Jakarta: Bumi aksara.
- Al-Uqshari, Yusuf. 2005. *Percaya Diri Pasti*. Jakarta: Gema Insani Press.
- Ancok, Djamaludin dan Nashori Suroso, Fuat. 2008. *Psikologi Islami Solusi Islam atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aviyah, E. & Farid, M. (2014). Religiusitas, Kontrol Diri dan Kenakalan Remaja. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 127.
- Azwar, S. 2009. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Cresswell, J. W. 2013. *Research Design: Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan Mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fadli, Fahrur Zaman. (ed). 1999. *Mahasiswa Menggugat, Potret Gerakan Mahasiswa Indonesia 1998*. Bandung: Pustaka Hidayah.
- Gerungan, W.A. 2004. *Psikologi Sosial*. Bandung: Refika Aditama.
- Ghufron, Nur & Risnawati, Rini. 2011. *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz media.
- Gunarsa, Singgih D., & Gunarsa, Yulia S. D. 2004. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- Hadi, S. 2015. *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset
- Hakim, Thursan. 2004. *Mengatasi Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Swara.
- Handono, Oki Tri. & Khoiruddin Bashori. 2013. Hubungan antara Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial Terhadap Stress Lingkungan pada Mahasiswa Baru. *Jurnal Fakultas Psikologi*. Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Vol. 1. No. 2.

- Hartiyan, Nuly. 2011. Hubungan Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial Remaja Panti Asuhan Nur Hidayah Surakarta. <http://digilib.uns.ac.id/pengguna.php?mn=detail&id=20936>. Diakses pada 17 Februari 2019.
- Hurlock, E B. 2003. *Psikologi Perkembangan "Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan"*. Penerbit Erlangga. Jakarta.
- Kementrian Agama RI. 2010. *Al-Qur'an dan Tafsirannya*. Jakarta: Lentera Abadi.
- Khoyroh, Imroatul. 2016. Hubungan anatara Keterbukaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang Menjalani Kuliah Kerja Nyata (KKM) Tematik Posdaya Berbasis Masjid. (Skripsi). Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. (diunduh Juli 2018).
- Lauster, Peter. 2006. *Tes Kepribadian*. Alih Bahasa D.H. Gulo. Cetakan keenambelas. Jakarta: Bumi Aksara.
- Muntaha, Takhmid. 2016. Hubungan Dukungan Sosial dan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga. (Skripsi). Fakultas Ilmu Sosial dan Humaniora Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga. (diunduh Juli 2018).
- Ningrum, Putri Rosalia. 2013. Perceraian Orang Tua dan Penyesuaian Diri Remaja (Studi pada Remaja Sekolah Menengah Atas/Kejuruan Di Kota Samarinda). *E-Journal Psikologi*. Vol. 1 No. 1.
- Octabriani, Aisa. Dwi. 2014. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Mahasiswa Baru Angkatan 2013 Universitas Muhammadiyah Surakarta. Naskah Publikasi pada Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. (diunduh Juli 2018).
- Rini, Jacinta F. 2002. Memupuk Rasa Percaya Diri, Jakarta. <http://www.e-psikologi.com/dewasa/161002.htm>. (diunduh Juli 2018). Sunarto dan Hartono. 2002. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Rineka cipta.
- Robbi, Ilham. 2016. *Hubungan Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial pada Mahasantri Putra Ma'had Sunan Ampel Al-'aly Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang. Fakultas Psikologi UIN Malang.
- Santrock, John. W. 2002. *Life Span-Dovelopment (Perkembangan Masa Hidup)*. Edisi kelima. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, John. W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Edisi keenam. Jakarta: Erlangga.

- Sedamayanti dan Hidayat, S. 2002. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Mandar Maju.
- Siska, Sudarjo & Esti Hayu Purnamaningsih. 2003. Kepercayaan Diri dan Kecemasan Komunikasi Interpersonal pada Mahasiswa. *JURNAL PSIKOLOGI 2003*, NO. 2, 67-71. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Sobur, Alex. 2003. *Psikologi Umum*. Bandung: Pustaka Setia.
- Soekanto, Soerjono. 2012. *Sosiologi Suatu Pengantar*. PT. Rajawali Pers. Jakarta.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian atistika Untuk Penelitian dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Wibowo, Arif. 2011. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Interaksi Sosial pada Alumni Pondok Pesantren Desa Kalirejo Kecamatan Singrojo Kabupaten Kendal. (Skripsi): Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri Walisongo Semarang.
- Wilis, Sofyan S. 2008. *Remaja & Masalahnya*. Bandung: Alfabeta.
- Yulianto, F. & Nashori, F. 2006. Kepercayaan Diri dan Prestasi Atlet Tae Kwon Do Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Psikologi Universitas Diponegoro* Vol. 3 No. 1/55-62.



LAMPPIRAN

Lampiran 1

Skala Kepercayaan Diri

Nama :

Umur :

Semester :

Jenis kelamin :

- Isilah skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya
- Berilah tanda centang (√) pada jawaban yang anda berikan
- Jawablah salah satu pernyataan menurut pertimbangan anda paling sesuai
- Di setiap pernyataan terdapat 4 pilihan jawaban yang menyatakan :

SS : Sangat Setuju

S : Setuju

TS : Tidak Setuju

STS : Sangat Tidak Setuju

- Usahakan agar tidak ada satu pun pernyataan yang tidak terjawab, dalam hal ini tidak ada penilaian baik buruk, juga tidak ada benar dan salah, anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan yang tersedia pada aitem pernyataan.

Contoh Penigisian Skala :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu bangun pagi dan belajar			√	

- Apabila anda ingin mengganti jawaban anda, maka beri tanda (=) jawaban anda dan pilih jawaban yang paling tepat :

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1	Saya selalu bangun pagi dan belajar	√		≠	

Skala I

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Dengan kemampuan yang saya miliki, saya dapat membantu teman sekelas dan orang lain disekitar saya.				
2.	Menurut saya, kelebihan yang saya miliki dapat menutupi kekurangan saya.				
3.	Saya akan tetap memperhatikan teman-teman saya walaupun saya sangat lelah.				
4.	Saya selalu mengerjakan tugas kelompok dengan baik dan benar.				
5.	Ketika menemui kegagalan, saya berpikir bahwa hal tersebut merupakan awal kesuksesan saya.				
6.	Saya berusaha maksimal dalam banyak hal walaupun sulit sekalipun.				
7.	Jika apa yang saya inginkan belum tercapai, maka saya harus lebih bekerja keras lagi.				
8.	Saya berpikir bahwa segala sesuatu yang dikerjakan dengan sungguh-sungguh akan mendapatkan hasil maksimal.				
9.	Menurut saya semua masalah akan selesai dengan baik pada waktunya.				
10.	Saya adalah orang yang sulit terpengaruh dengan ajakan teman.				
11.	Permasalahan yang terjadi saya hadapi sesuai dengan kebenaran yang ada.				
12.	Saya selalu mencari sebab dari suatu masalah yang saya hadapi.				
13.	Saya siap menerima konsekuensi apapun atas apa yang saya lakukan kepada teman jika saya bersalah				
14.	Saya akan menerima konsekuensi atas ide-ide yang saya berikan kepada teman dalam belajar kelompok.				
15.	Saya akan berpikir dengan tenang saat sedang menghadapi permasalahan.				

16.	Dalam menyelesaikan masalah saya selalu menganalisa untuk mencari solusinya.				
17.	Saya tidak menyalahkan diri sendiri karena keputusan sudah dimusyawarahkan.				
18.	Saya meragukan kemampuan saya saat menghadapi tugas yang sulit.				
19.	Saya meragukan pendapat yang ingin saya kemukakan.				
20.	Saya mudah tersinggung jika diingatkan teman saya.				
21.	Saya trauma dengan kegagalan yang pernah saya alami sehingga saya takut untuk melakukan hal yang sama.				
22.	Saya merasa apa yang saya ungkapkan tidak tersampaikan dengan baik.				
23.	Saya akan meninggalkan tugas-tugas yang tidak dapat saya selesaikan dan memilih tugas yang lebih mudah.				
24.	Saya merasa kemampuan saya tidak dapat dipaksakan lagi.				
25.	Walaupun saya berusaha keras, saya tidak yakin akan berhasil.				
26.	Saya mudah terpengaruh dengan pendapat dan ajakan teman.				
27.	Saya mudah menerima pendapat orang lain jika menghadapi masalah yang berat				
28.	Saya hanya meyakini bahwa pendapat saya benar mengenai sesuatu tanpa peduli sebab-sebabnya.				
29.	Saya akan menghindari dari konsekuensi atas kesalahan yang menurut saya tidak sengaja saya perbuat.				

30.	Saya tidak peduli dengan tugas kelompok saya walaupun saya ada di dalam kelompok tersebut.				
31.	Suatu keputusan yang saya ambil terkadang tanpa berfikir panjang.				
32.	Saya akan mengambil keputusan yang baik bagi saya tanpa tahu apa yang sebenarnya terjadi.				
33.	Saya selalu merasa bersalah apabila ada masalah dengan teman sekelas saya.				
34.	Saya memikirkan sebab akibat dari suatu hal yang terjadi.				
35.	Masalah yang terjadi saya pikirkan dengan matang solusinya.				
36.	Saya akan berhenti memperjuangkan sesuatu yang saya anggap tidak mungkin mampu saya lakukan.				
37.	Apa yang saya yakini pasti akan benar walaupun sudah jelas penyebabnya.				
38.	Karena pertimbangan waktu saya langsung membuat keputusan atas suatu masalah.				
39.	Saya tidak bisa mencari penyebab suatu masalah yang saya alami.				
40.	Saya akan menjauhi siapapun yang menyalahkan pendapat saya.				

Lampiran 2**Skala Penyesuaian Diri****Nama :****Umur :****Semester :****Jenis kelamin :**

- Isilah skala ini sesuai dengan keadaan yang sebenar-benarnya
- Berilah tanda centang (√) pada jawaban yang anda berikan
- Jawablah salah satu pernyataan menurut pertimbangan anda paling sesuai
- Di setiap pernyataan terdapat 4 pilihan jawaban yang menyatakan :

SS : Sangat Setuju**S** : Setuju**TS** : Tidak Setuju**STS** : Sangat Tidak Setuju

- Usahakan agar tidak ada satu pun pernyataan yang tidak terjawab, dalam hal ini tidak ada penilaian baik buruk, juga tidak ada benar dan salah, anda sepenuhnya bebas menentukan pilihan yang tersedia pada aitem pernyataan.

No.	Pernyataan	SS	S	TS	STS
1.	Saya memiliki hal istimewa yang tidak dimiliki orang lain				
2.	Saya adalah orang yang hebat				
3.	Saya memahami setiap kekurangan yang saya Miliki				
4.	Saya bisa menyesuaikan diri dengan peraturan yang ada				
5.	Saya kurang pandai dalam beradaptasi dengan lingkungan baru				
6.	Orang lain mengatakan bahwa saya adalah orang yang lemah				
7.	Saya bersyukur dengan kondisi diri saat ini				
8.	Saya tetap tenang ketika menghadapi masalah				
9.	Saya mampu bergaul dengan teman-teman				

10.	Kritikan orang lain dapat menjadi motivasi saya untuk memperbaiki diri				
11.	Saya lebih senang menyendiri daripada bergabung bersama teman-teman				
12.	Saya merasa minder ketika mendengar kritikan orang lain				
13.	Saya tetap bersikap baik terhadap orang yang berbicara buruk tentang saya				
14.	Saya menanggapi kritik orang lain dengan senyuman				
15.	Saya menuruti saran baik yang diberikan orang lain				
16.	Saya mampu bertahan untuk tidak terpengaruh dengan orang lain				
17.	Saya mampu menyelesaikan masalah dengan pikiran yang positif				
18.	Saya tidak peduli ketika orang lain mengatakan penampilan saya jelek				
19.	Saya merasa tersinggung dengan perkataan buruk orang lain				
20.	Saya sering mengabaikan kritikan dari orang lain				
21.	Saya selalu merasa puas dengan usaha yang saya lakukan				
22.	Saya merasa puas dengan keadaan diri saat ini				
23.	Saya merasa puas dengan komentar orang lain saat mengatakan saya anak yang cantik/tampan				
24.	Saya sering mengeluhkan tentang hasil yang sudah saya raih				
25.	Saya tetap bertahan pada suatu kondisi meskipun sebenarnya kurang nyaman				

TOTAL SKORING KEPERCAYAAN DIRI

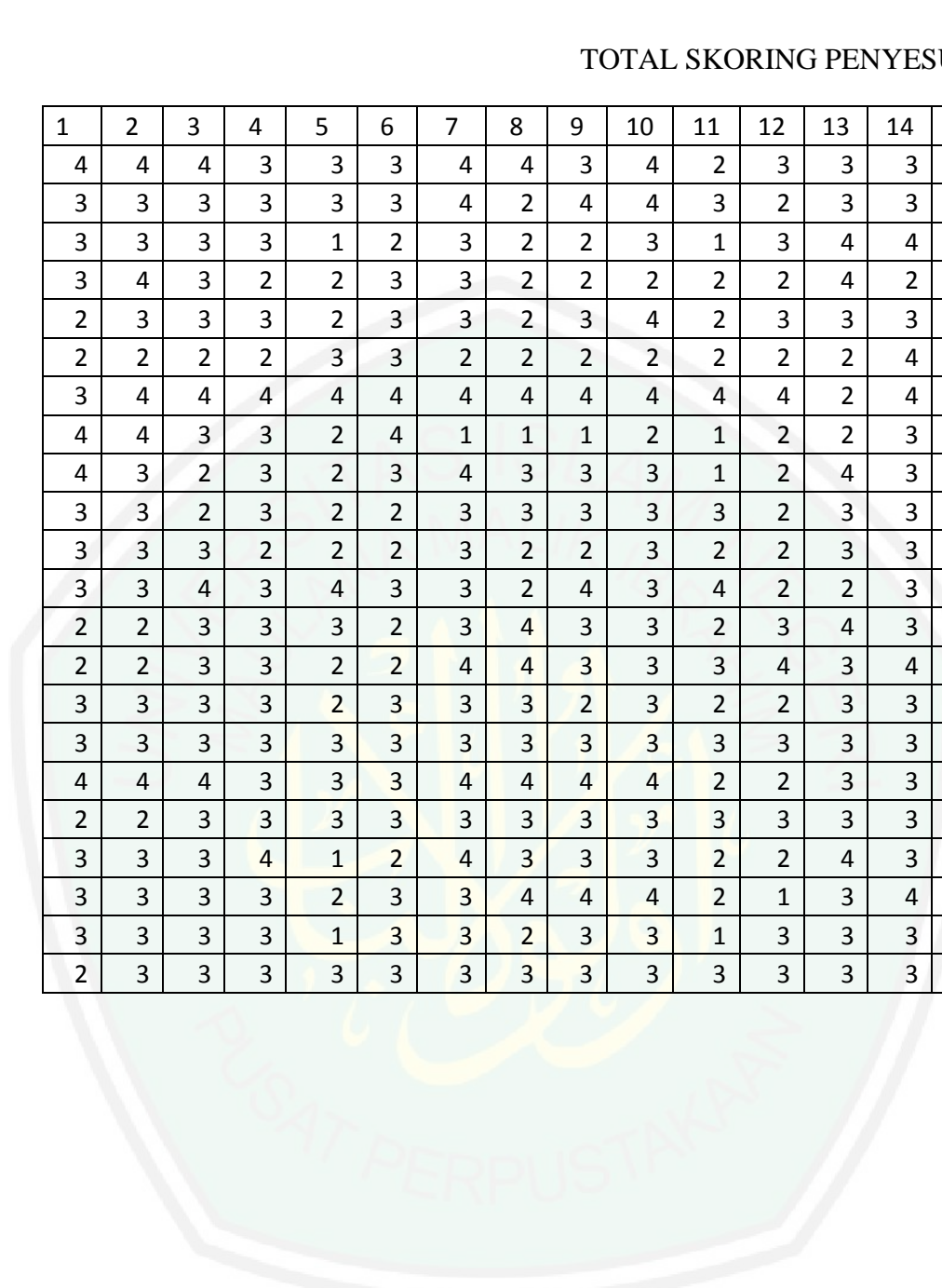
No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	0		
1	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	3	1	2	4	4	2	2	3	3	4	2	3	2	4	2	1	3	1	2	4		
2	4	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4		
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	2	2	3	1	1	4	3	4	3	2	2	4	4	1	4	2	1	4		
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	1	2	3	2	3	1	2	1	3	3	1	3	3	2	2		
5	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	2	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4		
6	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	3	3	3	2	1	2	3	3		
7	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	3	2	3	4	3	3	3	3	4		
8	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	1	3	4	3	4	4	4	3	1	1	3	1	1	2	4	2	2	3	2	3	1	2	3	2	2	2	2	2	2		
9	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2		
10	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3		
11	3	4	3	3	3	2	3	4	4	2	4	4	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	3	3		
12	3	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	3	1	2	2	3	2	4	2	2	2	3		
13	3	2	3	3	2	3	3	3	3	1	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	2	1	3	3	3	1	2	3	3	3	4	2	1	3	3	3	3	4	3	3		
14	3	2	4	3	3	4	3	3	2	2	3	4	4	3	3	3	3	2	1	3	2	3	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	1	3	3	3	4	2	3	4		
15	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	4		
16	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3		
17	3	4	4	2	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	2	2	2	3	1	1	1	4	4	2	1	2	2	2	2	2	2	1	3	4	3	2	2	3	3
18	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	
19	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	2	2	1	2	1	2	1	1	2	2	2	2	2	2	2	1	3	3	2	1	1	2	2	
20	3	3	2	3	3	3	4	4	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	4	2	2	2	3	2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2		
21	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	1	3	4	1	3	3	3	3		
22	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	1	2	1	2	2	2	2	2	4	3	2	3	2	3	3	

98	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	1	4	3	2	3	2	3	4	
99	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	3	4	3	2	3	3	3	2	2	2	2	3	
100	3	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	
101	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	
102	3	3	3	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	3	4	3	4	4	2	4	4	4	4	4	2	3	4	3	4	2	3	1	4	4	4	3	3	3	4	
103	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	4	
104	3	4	2	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	3	4	
105	3	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	3	3	3	2	2	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	4	
106	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	3	4	1	4	3	3	4	3	2	3	4	
107	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3
108	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
109	3	4	3	3	3	2	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	3	2	2	3	2	1	2	4	2	2	2	3	1	4	2	1	2	3	3	1	2	2	3	4	
110	3	3	3	4	4	3	4	4	3	3	4	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	2	4	4	3	2	2	3	4	
111	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	1	2	2	2	2	2	3	2	3	3	2	2	2	1	1	1	3	4	2	2	2	2	2	
112	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	3	2	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	3	2	3	4	
113	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	4	4	4	3	4	3	2	2	1	2	1	1	3	3	3	2	2	2	2	3	1	1	4	4	2	2	2	3	3	
114	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	4	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	1	4	4	3	2	2	2	4	
115	3	2	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	1	1	1	1	2	2	1	2	3	4	1	1	1	4	3	2	3	2	2	1	
116	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	4	4	
117	3	2	3	3	4	2	3	4	2	2	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	1	3	4	3	2	2	3	2	3	1	2	3	3	2	2	3	2	4	3	
118	3	2	4	2	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	2	2	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	1	4	2	2	3	2	3	4	
119	3	3	3	2	4	4	4	4	3	2	4	4	4	4	4	3	3	1	2	3	3	1	1	1	2	2	2	3	3	4	2	2	1	4	3	4	1	3	3	4	
120	3	4	2	2	3	2	3	3	4	2	4	3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	2	1	3	4	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	1	2	2	2	

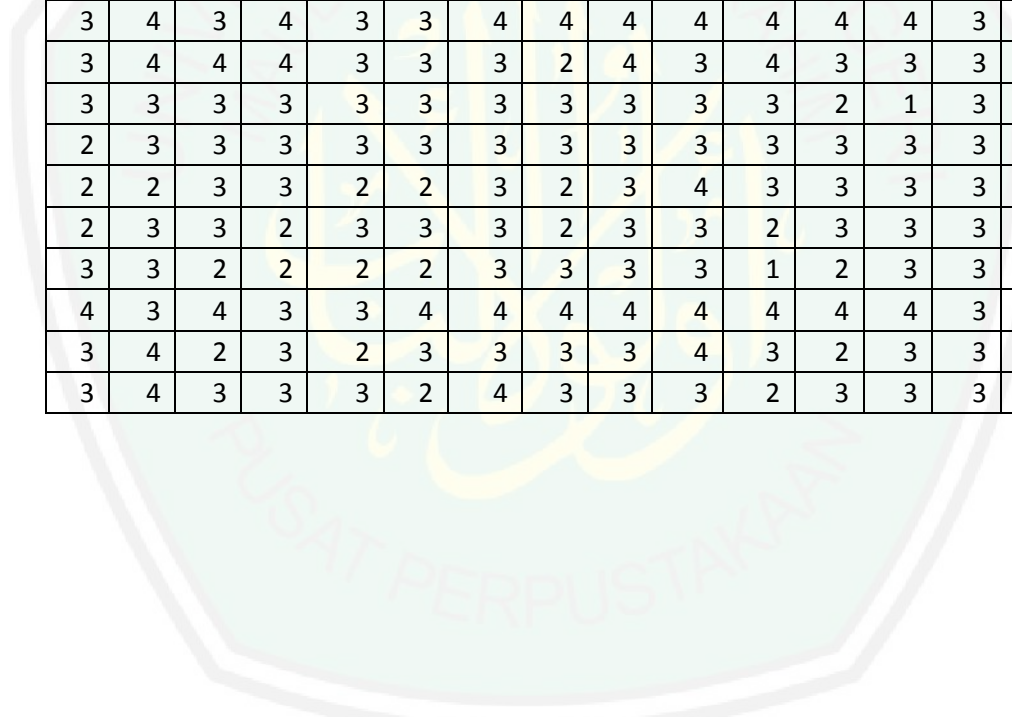


TOTAL SKORING PENYESUAIAN DIRI

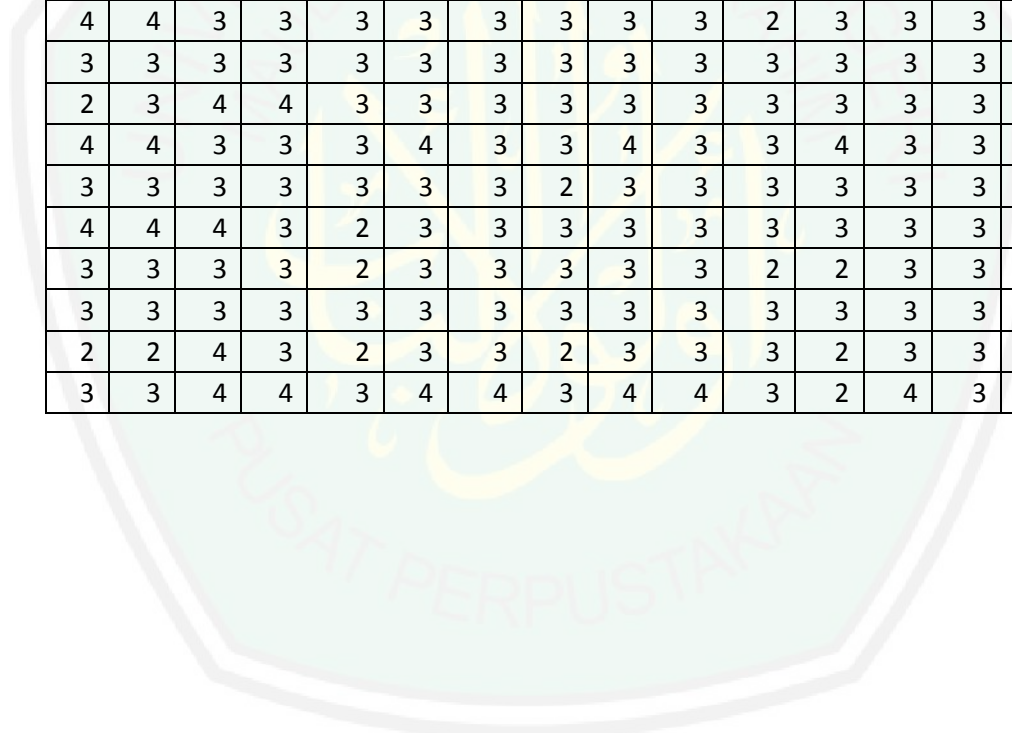
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25
4	4	4	3	3	3	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	2	4	1	3
3	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	1	2	3	2	2	3	1	3	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2
3	4	3	2	2	3	3	2	2	2	2	2	4	2	3	1	2	2	2	3	3	2	3	2	2
2	3	3	3	2	3	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	3	2
4	4	3	3	2	4	1	1	1	2	1	2	2	3	1	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2
4	3	2	3	2	3	4	3	3	3	1	2	4	3	4	3	3	3	2	1	4	4	4	2	2
3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2
3	3	3	2	2	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	2
3	3	4	3	4	3	3	2	4	3	4	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	1	2	1	2
2	2	3	3	3	2	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	1	2
2	2	3	3	2	2	4	4	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3
4	4	4	3	3	3	4	4	4	4	2	2	3	3	4	4	3	3	2	2	4	4	3	3	2
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
3	3	3	4	1	2	4	3	3	3	2	2	4	3	3	3	3	3	4	2	2	2	2	4	2
3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	2	1	3	4	3	3	2	3	2	3	3	4	4	1	1
3	3	3	3	1	3	3	2	3	3	1	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	3	2
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3



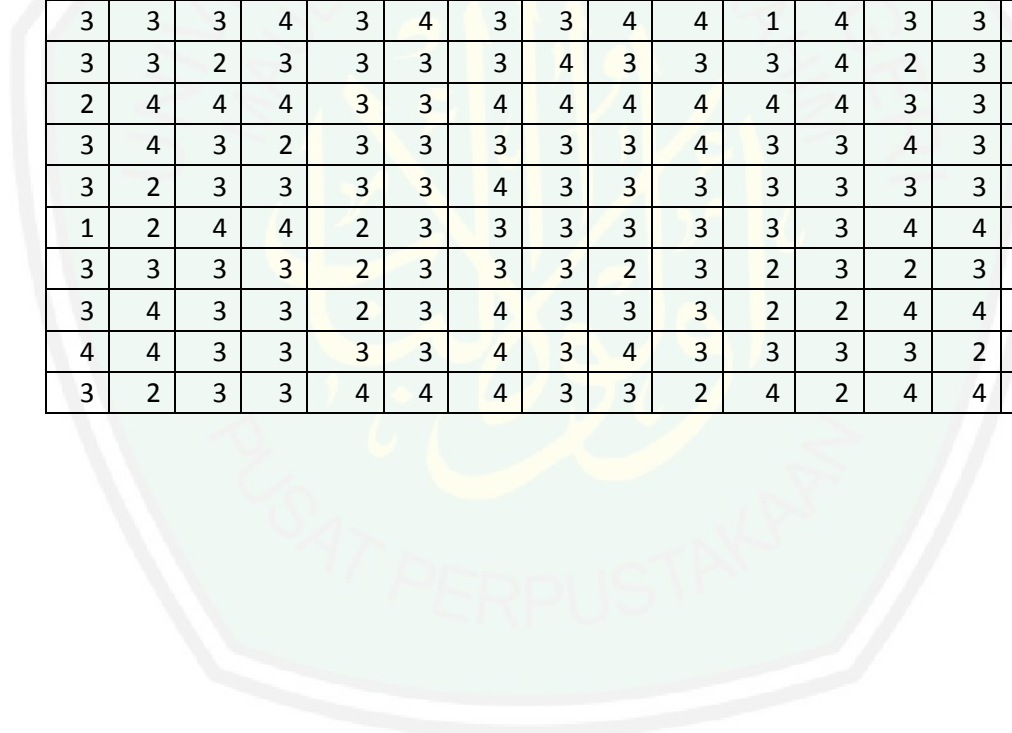
2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	
4	3	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	4	3	4	3	3	2	3	3	2	3	3	1	
4	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	4	2	2	2	4	2		
3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2		
3	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1		
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	
3	3	4	4	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	4	2	2	3	4	3	2	2	
4	4	4	3	2	4	4	4	3	3	1	2	1	3	3	4	3	4	3	3	2	3	4	4	3	3	
3	3	4	4	1	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	3	4	3	3	1	
2	2	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	
3	3	4	4	2	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2
4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	4	3	3	2	
3	4	3	3	1	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	1	2	
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	1	1	3	3	4	1	2		
3	4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	4	4	4	4	3	1	2		
3	4	4	4	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	1	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	2	2	
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	
2	2	3	3	2	2	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	4	
2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	
3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	1	2	3	3	4	4	4	3	2	1	3	2	3	2	2	2	
4	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	4	2	2	2	1	2	3		
3	4	2	3	2	3	3	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	
3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	



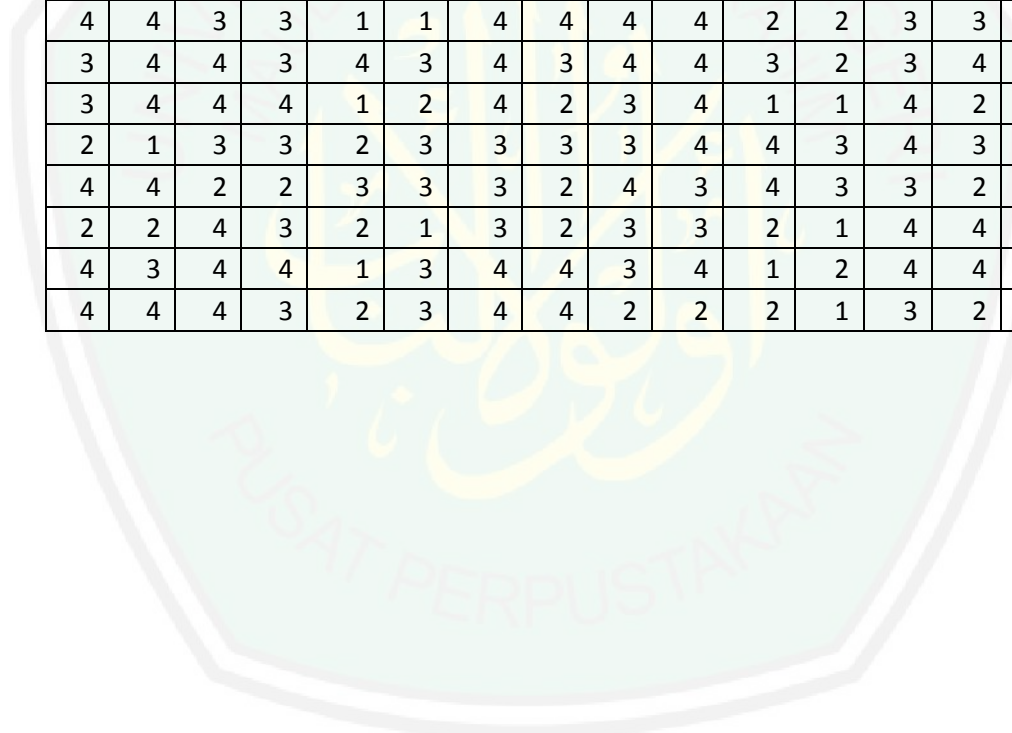
3	3	2	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	2	3	3	1	2	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	3	3
3	3	3	3	3	4	4	2	4	4	4	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2
4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	2	2
2	2	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4	2	4	1	2	2	2	2	2	1	1
4	4	3	3	3	2	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3
2	3	3	2	3	1	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	4	3	2	4	3	4	1	3
3	3	4	2	2	2	3	2	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2
3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	3
3	3	3	2	2	3	4	3	2	3	1	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	2	2
4	4	3	3	2	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	4	2	2
4	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2
3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	2	3	3	2	3	2	3	3
4	3	3	3	2	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2
4	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	2	4	1
4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	2
4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	2	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
2	2	4	3	2	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3
3	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	2	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	2



3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	1
3	3	2	3	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	2	2
1	1	4	2	4	4	2	1	2	1	2	1	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	4	3
3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	1	2	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	4	2
4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	1	1
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	3
3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2
3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3
3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	2
3	3	4	4	2	3	4	4	4	3	2	3	2	3	3	2	3	4	3	2	3	3	3	2	2
3	3	3	4	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	4	4	3	2	2
3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	3	2
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	4	3	4	3	3	4	4	1	4	3	3	3	3	4	2	4	3	3	2	2	4	2
3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2
2	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3
3	4	3	2	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1
3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
1	2	4	4	2	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	2	2	2	2	3	2
3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	2	2
3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	2	2	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	3	2	2
4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	3	3
3	2	3	3	4	4	4	3	3	2	4	2	4	4	3	3	3	4	2	3	3	3	3	2	2



3	2	3	3	1	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2
3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2
3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	2	3	3	2	2	2	3	2
3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3
4	4	4	3	1	3	4	3	3	4	1	3	4	4	4	3	3	4	3	2	3	3	3	3	2
3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	3	4	4	2
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	2	2
4	4	2	3	3	2	3	2	3	4	1	3	3	3	3	4	3	4	2	2	3	2	2	1	3
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	2	4	2	2	4	3
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	2
3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	2	4	4	2	4	2
4	4	4	4	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	2	4	4	1	4	3	4	2	4	4
3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2
3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	2	3	2
2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2
4	4	3	3	1	1	4	4	4	4	2	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	2
3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	2	3	4	4	3	3	4	2	4	3	4	2	3	2
3	4	4	4	1	2	4	2	3	4	1	1	4	2	4	4	3	4	1	2	4	4	2	1	1
2	1	3	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	3	3	3	2	2	2	2	4	2
4	4	2	2	3	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	2	1	3	3	2	3	3	2	3
2	2	4	3	2	1	3	2	3	3	2	1	4	4	3	3	2	2	4	2	1	4	1	2	1
4	3	4	4	1	3	4	4	3	4	1	2	4	4	3	3	3	4	3	2	4	4	4	3	1
4	4	4	3	2	3	4	4	2	2	2	1	3	2	2	2	4	3	3	2	3	3	2	3	2



Uji Validitas dan Reliabilitas

1. Skala Kepercayaan Diri

a. Perhitungan Pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.865	40

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	112.7833	104.558	.320	.863
VAR00002	112.8417	105.042	.172	.866
VAR00003	113.0167	105.327	.145	.866
VAR00004	112.9333	104.264	.271	.864
VAR00005	112.7250	104.722	.225	.865
VAR00006	112.7250	100.991	.522	.859
VAR00007	112.4583	101.074	.558	.859
VAR00008	112.4333	101.525	.518	.859
VAR00009	112.7667	103.508	.277	.864
VAR00010	113.2500	102.408	.301	.864
VAR00011	112.8333	103.770	.309	.863
VAR00012	112.7667	103.004	.374	.862
VAR00013	112.7083	102.578	.429	.861
VAR00014	112.7917	102.889	.408	.861
VAR00015	112.9833	103.092	.310	.863
VAR00016	112.7583	102.874	.382	.862
VAR00017	113.1250	103.657	.277	.864

VAR00018	113.4500	100.619	.443	.860
VAR00019	113.5083	101.832	.349	.862
VAR00020	113.2083	99.477	.522	.858
VAR00021	113.3750	99.614	.494	.859
VAR00022	113.6083	99.837	.463	.860
VAR00023	113.5250	100.050	.422	.861
VAR00024	113.2417	101.681	.372	.862
VAR00025	112.8750	101.455	.396	.861
VAR00026	113.3000	97.825	.551	.857
VAR00027	113.8083	106.223	.060	.869
VAR00028	113.1333	102.251	.397	.861
VAR00029	113.1167	101.734	.416	.861
VAR00030	112.6750	101.969	.413	.861
VAR00031	113.3333	99.838	.476	.859
VAR00032	113.4500	101.023	.414	.861
VAR00033	113.8250	101.776	.338	.863
VAR00034	112.8083	108.408	-.112	.869
VAR00035	112.8083	104.005	.321	.863
VAR00036	113.5417	101.360	.357	.862
VAR00037	113.5750	106.431	.050	.868
VAR00038	113.8083	107.114	.009	.868
VAR00039	113.1167	102.205	.432	.861
VAR00040	112.6833	101.227	.386	.862

b. Perhitungan Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.880	33

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	93.4250	94.902	.297	.878
VAR00004	93.5750	94.566	.258	.879
VAR00006	93.3667	91.545	.502	.875
VAR00007	93.1000	91.671	.532	.874
VAR00008	93.0750	92.070	.495	.875
VAR00009	93.4083	93.840	.266	.879
VAR00010	93.8917	92.568	.307	.879
VAR00011	93.4750	94.050	.301	.878
VAR00012	93.4083	93.386	.359	.877
VAR00013	93.3500	92.801	.432	.876
VAR00014	93.4333	92.987	.422	.876
VAR00015	93.6250	93.262	.314	.878
VAR00016	93.4000	93.318	.362	.877
VAR00017	93.7667	93.525	.304	.878
VAR00018	94.0917	90.756	.458	.875
VAR00019	94.1500	91.977	.359	.878
VAR00020	93.8500	89.792	.528	.874
VAR00021	94.0167	89.714	.515	.874
VAR00022	94.2500	89.819	.491	.874
VAR00023	94.1667	90.275	.432	.876
VAR00024	93.8833	91.818	.383	.877
VAR00025	93.5167	91.966	.380	.877
VAR00026	93.9417	88.156	.561	.873
VAR00028	93.7750	92.378	.409	.876
VAR00029	93.7583	91.966	.421	.876
VAR00030	93.3167	92.386	.401	.877
VAR00031	93.9750	90.109	.484	.875
VAR00032	94.0917	91.092	.433	.876
VAR00033	94.4667	91.612	.369	.877

VAR00035	93.4500	94.367	.302	.878
VAR00036	94.1833	91.832	.345	.878
VAR00039	93.7583	92.353	.443	.876
VAR00040	93.3250	91.885	.360	.878

2. Skala Penyesuaian Diri

a. Perhitungan Pertama

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.784	25

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	70.6000	41.250	.242	.780
VAR00002	70.5333	39.747	.391	.772
VAR00003	70.4667	40.604	.370	.774
VAR00004	70.5583	40.669	.424	.772
VAR00005	71.0500	40.955	.237	.781
VAR00006	70.7417	41.168	.264	.779
VAR00007	70.2667	39.609	.547	.766
VAR00008	70.6500	38.818	.522	.765
VAR00009	70.4417	38.871	.593	.762
VAR00010	70.3667	39.579	.521	.766
VAR00011	70.9833	40.538	.217	.785
VAR00012	70.9000	39.620	.423	.770
VAR00013	70.5250	42.604	.111	.786
VAR00014	70.5250	42.067	.250	.780

VAR00015	70.4917	40.992	.389	.774
VAR00016	70.6667	40.980	.341	.775
VAR00017	70.5417	41.023	.402	.773
VAR00018	70.6333	40.402	.349	.775
VAR00019	70.8917	41.812	.166	.785
VAR00020	70.9583	40.057	.412	.771
VAR00021	70.7417	40.076	.371	.773
VAR00022	70.7000	39.674	.394	.772
VAR00023	70.8917	42.282	.126	.787
VAR00024	71.0250	41.789	.133	.789
VAR00025	71.4500	44.065	-.074	.796

b. Perhitungan Kedua

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.819	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	48.7500	25.567	.387	.812
VAR00003	48.6833	26.185	.381	.812
VAR00004	48.7750	25.907	.502	.805
VAR00006	48.9583	27.553	.135	.827
VAR00007	48.4833	25.277	.582	.800
VAR00008	48.8667	24.705	.538	.801
VAR00009	48.6583	25.134	.547	.802
VAR00010	48.5833	25.169	.568	.801
VAR00012	49.1167	26.188	.313	.817

VAR00014	48.7417	27.202	.300	.816
VAR00015	48.7083	26.259	.451	.808
VAR00016	48.8833	26.406	.366	.812
VAR00017	48.7583	26.487	.426	.810
VAR00018	48.8500	25.776	.394	.811
VAR00020	49.1750	26.246	.342	.814
VAR00021	48.9583	25.435	.426	.809
VAR00022	48.9167	24.985	.465	.806

c. Perhitungan Ketiga

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.827	16

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00002	45.8417	24.286	.384	.821
VAR00003	45.7750	24.983	.362	.822
VAR00004	45.8667	24.621	.499	.814
VAR00007	45.5750	23.860	.608	.808
VAR00008	45.9583	23.368	.548	.810
VAR00009	45.7500	23.903	.538	.811
VAR00010	45.6750	23.801	.583	.809
VAR00012	46.2083	24.990	.295	.827
VAR00014	45.8333	25.804	.314	.824
VAR00015	45.8000	24.850	.471	.816
VAR00016	45.9750	25.201	.346	.822
VAR00017	45.8500	25.137	.433	.818

VAR00018	45.9417	24.408	.404	.819
VAR00020	46.2667	25.054	.322	.824
VAR00021	46.0500	24.048	.441	.817
VAR00022	46.0083	23.622	.477	.815

Lampiran Standart Deviasi

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
variabelX	120	115.99	10.370	87	148
variabelY	120	73.65	6.621	59	94

Lampiran Uji Asumsi Klasik

1 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		variabelX	variabelY
N		120	120
Normal Parameters ^a	Mean	115.99	73.65
	Std. Deviation	10.370	6.621
Most Extreme Differences	Absolute	.090	.087
	Positive	.090	.087
	Negative	-.070	-.066
Kolmogorov-Smirnov Z		.985	.956
Asymp. Sig. (2-tailed)		.287	.320
a. Test distribution is Normal.			

2 Uji Linearitas

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	1987.843	1	1987.843	72.633	.000 ^a
	Residual	3229.457	118	27.368		
	Total	5217.300	119			

a. Predictors: (Constant), kepercayaandiri

b. Dependent Variable: penyesuaiandiri

Uji Hipotesis

Correlations

		Kepercayaan diri	Penyesuaian diri
Kepercayaa n diri	Pearson Correlation	1	.617**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	120	120
Penyesuaia n diri	Pearson Correlation	.617**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	120

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