

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN  
PENYESUAIAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA  
ADVENT 1 MEDAN**

**SKRIPSI**

**OLEH :**

**DEBBY VIVIAN SIREGAR**

**17.860.0187**



**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA**

**MEDAN**

**2022**

**UNIVERSITAS MEDAN AREA**

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 23/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)23/6/22

**HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN  
SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA ADVENT 1 MEDAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh*

*Gelar Sarjana di Fakultas Psikologi*

*Universitas Medan Area*



**DEBBY VIVIAN SIREGAR**

**17.860.0187**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS MEDAN AREA  
MEDAN  
2022**

UNIVERSITAS MEDAN AREA

© Hak Cipta Di Lindungi Undang-Undang

1. Dilarang Mengutip sebagian atau seluruh dokumen ini tanpa mencantumkan sumber
2. Pengutipan hanya untuk keperluan pendidikan, penelitian dan penulisan karya ilmiah
3. Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh karya ini dalam bentuk apapun tanpa izin Universitas Medan Area

Document Accepted 23/6/22

Access From (repository.uma.ac.id)23/6/22

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**JUDUL SKRIPSI** : HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI  
DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA  
SISWA KELAS X SMA ADVENT 1 MEDAN

**NAMA MAHASISWA** : DEBBY VIVIAN SIREGAR

**NO. STAMBUK** : 17.860.0187

**BAGIAN** : PSIKOLOGI PERKEMBANGAN

**MENYETUJUI :**  
**KOMISI PEMBIMBING**

**PEMBIMBING**

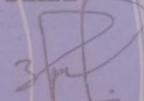
  
(Nafeesa, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

**MENGETAHUI :**

**KEPALA BAGIAN**

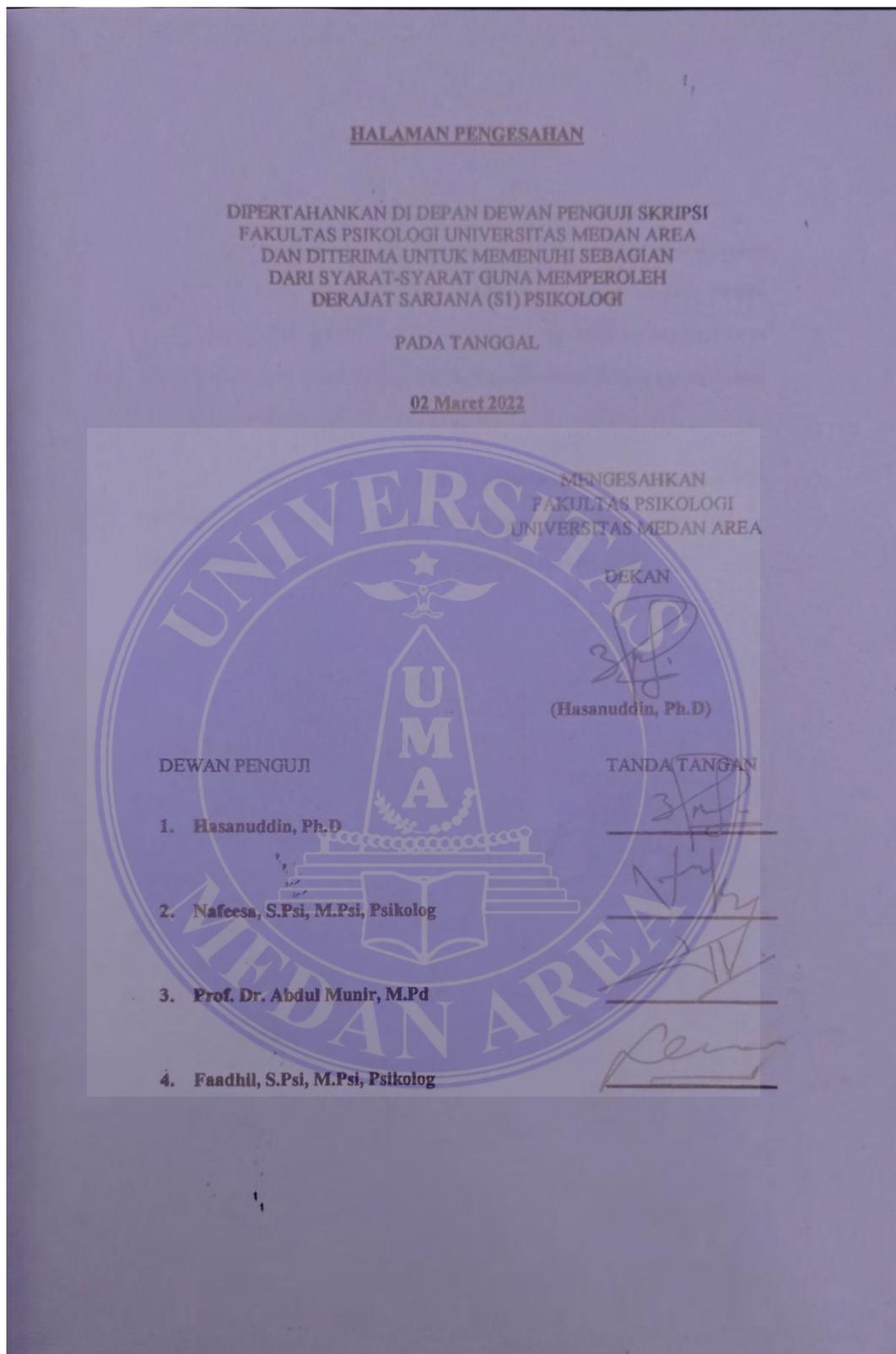
**BEKAN**

  
(Dinda Permatasari Harahap, S.Psi, M.Psi, Psikolog)

  
(Hasanudin, Ph.D)

**Tanggal Sidang Meja Hijau**

**02 Maret 2022**



### LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya susun, sebagai syarat memperoleh gelar sarjana merupakan hasil karya tulis saya sendiri. Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan skripsi ini yang saya kutip dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan ilmiah.

Saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya peroleh dan sanksi-sanksi lainnya dengan peraturan yang berlaku, apabila dikemudian hari ditemukan adanya plagiat dalam skripsi ini.

Medan, 02 Maret 2022



UNIVERSITAS MEDAN AREA  
NOMOR  
TEMPER  
BC088AJX792074216

Debby vivian Siregar

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

### TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Medan Area, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Debby Vivian Siregar

NPM : 17.860.0187

Program Studi : Ilmu Psikologi

Fakultas : Psikologi

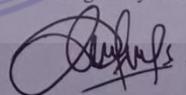
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Medan Area Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty-Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial, beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Medan Area berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir/skripsi/tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Medan, 02 Maret 2022

Yang menyatakan



(Debby Vivian Siregar)

## MOTTO

Semua akan indah pada waktunya, yang perlu kau lakukan hanyalah terus berusaha.

### **Matius 7 : 7**

Mintalah, maka akan diberikan kepadamu; carilah, maka kamu akan mendapat; ketoklah, maka pintu akan dibukakan bagimu.



## PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

- Bapak dan mamak yang selalu mendoakan dan memberikan dukungan supaya saya bisa selalu maju.
- Abang dan adik saya yang selalu mendukung dan memberi motivasi untuk saya.
- Seluruh keluarga yang selalu memberi saya motivasi dan semangat.
- Rizky Amanda Sari dan Indah Julia seperjuangan saya yang selalu membantu, motivasi serta terus mendukung saya.
- Seluruh mahasiswa Psikologi stambuk 17 yang sudah selesai atau sedang berjuang.
- Adik-adik Pathfinder yang selalu memberikan semangat kepada saya.
- Kepada semuanya yang telah membantu kelancaran mengerjakan tugas akhir saya ini.

## HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN PENYESUAIAN SOSIAL PADA SISWA KELAS X SMA ADVENT 1 MEDAN

**DEBBY VIVIAN SIREGAR**

**178600187**

### **ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X SMA Advent 1 Medan. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif. Pengambilan sample menggunakan teknik total sampling. Teknik pengambilan data menggunakan dua skala likert, yaitu skala Kepercayaan Diri dan skala Penyesuaian Sosial. Populasi dalam penelitian ini adalah 47 siswa dan jumlah sampel penelitian ini adalah 47 siswa kelas X SMA. Instrumen penelitian adalah skala kepercayaan diri dan skala penyesuaian sosial. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Korelasi-*Product Moment*. Berdasarkan perhitungan analisis *r Product Moment* dengan nilai atau koefisien ( $r_{xy}$ ) = 0,677 dan koefisien ( $r^2$ ) = 0,431 dengan  $p = 0,000 < 0,05$ . Hasil ini menunjukkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima, yaitu ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Artinya semakin baik kepercayaan diri maka penyesuaian sosial semakin tinggi pula. Dengan hasil angka koefisien korelasi  $r_{xy} = 6,77$  maka tingkatan hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial tergolong sedang. Hasil lain dari penelitian ini diketahui bahwa kepercayaan diri pada siswa dinyatakan tergolong tinggi. Hal ini didasari oleh nilai mean hipotetik sebesar  $62,5 <$  dari pada mean empirik yaitu sebesar 74,87. Kemudian diketahui bahwa penyesuaian sosial pada siswa dinyatakan tergolong tinggi atau positif dan di dasari oleh nilai mean hipotetik sebesar  $97,5 <$  dari pada mean empirik yaitu 122,09.

**Kata kunci : Kepercayaan Diri, Penyesuaian Sosial, siswa**

## THE CORRELATION BETWEEN CONFIDENCE AND SOCIAL ADJUSTMENT IN CLASS X STUDENTS OF ADVENT 1 SMA MEDAN

**DEBBY VIVIAN SIREGAR**

**178600187**

### ABSTRACT

This study aims to see the relationship between self-confidence and social adjustment in class X students of SMA Advent 1 Medan. This research uses the quantitative method. Sampling using total sampling technique. The data collection technique used two Likert scales, namely the Self-Confidence scale and the Social Adjustment scale. The population in this study were 47 students and the number of samples in this study was 47 students of class X SMA. The research instrument is the self-confidence scale and the social adjustment scale. The data analysis method used in this research is Correlation-Product Moment. Based on the calculation of the r Product Moment analysis with a value or coefficient ( $r_{xy}$ ) = 0,677 and a coefficient ( $r^2$ ) = 0,431 with  $p = 0.000 < 0,05$ . These results indicate that the hypothesis proposed in this study is accepted, namely that there is a relationship between self-confidence and social adjustment. This means that the better the self-confidence, the higher the social adjustment. With the results of the correlation coefficient  $r_{xy} = 0,677$ , the level of the relationship between Self-Confidence and Social Adjustment is classified as moderate. Another result of this study is that students' self-confidence is considered high. This is based on the hypothetical mean value of 62,5 < than the empirical mean of 74,87. Then it is known that the social adjustment of students is classified as high or positive and is based on a hypothetical mean value of 97,5 < than the empirical mean of 122,09.

**Keyword : Self Confidence, Social Adjustment, student**

## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang senantiasa melimpahkan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian ini. Adapun maksud dan tujuan dari penelitian ini adalah untuk “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan”.

Penulis menyadari bahwa keberhasilan dalam menyelesaikan proposal penelitian ini tidak terlepas dari bimbingan, bantuan dan kerjasama yang baik dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Kepala Yayasan Haji Agus Salim Universitas Medan Area.
2. Bapak Prof. Dr. Dadan Ramdan, M.Eng, M.Sc selaku Rektor Universitas Medan Area.
3. Bapak Dr. Hasanuddin, S.Ag, M.Ag, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
4. Ibu Nafeesa, S.Psi.,M.Psi.,Psikolog selaku dosen pembimbing yang memberikan bimbingan dan arahan dengan penuh kesabaran kepada penulis.
5. Ibu Dinda Permatasari Harahap, M.Psi. selaku Kepala Bagian Psikologi Perkembangan Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.
6. Bapak Hasanuddin, Ph.D selaku ketua sidang meja hijau yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat membangun untuk skripsi ini.
7. Bapak Prof. Dr. Abdul Munir, M.Pd selaku dosen pembanding dalam skripsi ini yang telah memberikan kritik dan saran yang sangat membangun untuk skripsi ini.
8. Bapak Faadhil, S.Psi, M.Psi, Psikolog selaku sekretaris dalam pengujian skripsi ini.
9. Seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Medan Area yang telah

berkontribusi memberikan ilmu pengetahuan dan memotivasi penulis hingga saat ini dan para staf tata usaha Program Studi Psikologi Universitas Medan Area yang turut memperlancar proses penyelesaian kuliah dan skripsi peneliti.

10. Kepada Ibu dan Ayah saya tercinta yang selalu memenuhi kebutuhan saya, memberikan kasih sayang, doa dan memotivasi saya hingga saat ini.
11. Kepada adik dan abang saya yang telah memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
12. Adik-adik Pathfinder yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis.
13. Rizky Amanda Sari, Veronica Nur Wealthy dan Fika Ayu Syafitri, Angeline Rebeccah Sinaga yang selalu mendukung penulis.
14. Kepala Sekolah SMA Advent 1 Medan yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk melakukan penelitian.
15. Para siswa SMA Advent 1 Medan atas partisipasi dan waktunya untuk mengisi skala penelitian
16. Orang-orang spesial terdekat penulis yang selalu mendukung penulis.

Akhir kata, penulis memohon maaf atas kesalahan dan kekurangan di dalam penulisan ataupun penyusunan proposal penelitian ini. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun agar dapat melakukan penelitian yang lebih baik lagi. Semoga segala kebaikan dan bantuan yang diberikan akan mendapat balasan dari Tuhan Yang Maha Esa.

Medan, 02 Maret 2022

Penulis

(Debby Vivian Siregar)

## DAFTAR ISI

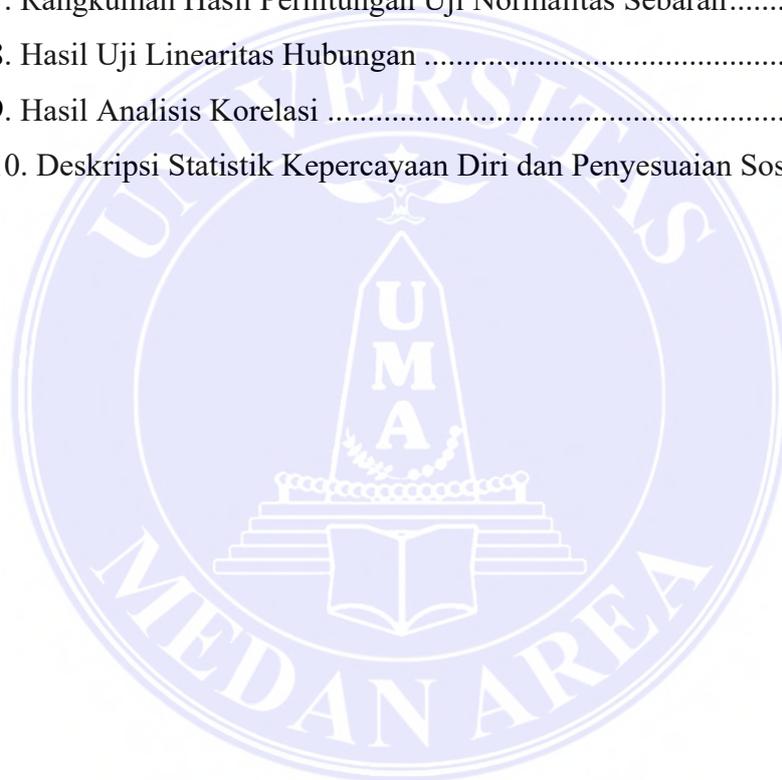
KATA PENGANTAR .....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Batasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah.....	12
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian .....	12
BAB II.....	14
TINJAUAN PUSTAKA .....	14
A. Remaja.....	14
1. Pengertian Remaja.....	14
2. Kategori Usia Remaja .....	15
3. Ciri-ciri Remaja.....	16
4. Perkembangan Remaja.....	16
5. Tugas Perkembangan Remaja .....	22
B. Penyesuaian Sosial.....	22
1. Pengertian Penyesuaian Sosial.....	22
2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial .....	24
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial.....	26

4. Bentuk-bentuk Penyesuaian Sosial .....	30
5. Ciri-ciri Penyesuaian Sosial .....	31
C. Percaya Diri ( <i>Self Confident</i> ) .....	34
1. Pengertian Kepercayaan Diri .....	34
2. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri .....	37
3. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri .....	39
4. Aspek Aspek Kepercayaan Diri .....	40
5. Ciri-ciri Kepercayaan Diri .....	41
D. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial .....	43
E. Kerangka Konseptual .....	45
D. Hipotesis .....	45
BAB III .....	47
METODOLOGI PENELITIAN .....	47
A. Tipe Penelitian .....	47
B. Variabel Penelitian .....	47
C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian .....	48
D. Populasi dan Sampel Penelitian .....	49
E. Teknik Pengumpulan Data .....	50
F. Instrumen Penelitian .....	50
G. Validitas dan Reliabilitas .....	54
H. Analisis Data .....	55
BAB IV .....	56
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	56
A. Orientasi Kanchah Penelitian .....	56
B. Persiapan Penelitian .....	57
1. Persiapan Administrasi .....	57
2. Persiapan Alat Ukur Penelitian .....	58

C. Pelaksanaan Penelitian .....	59
D. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas.....	60
E. Analisis data dan hasil penelitian.....	63
1. Deskripsi subjek penelitian .....	63
2. Uji Asumsi.....	64
3. Uji Hipotesis.....	66
4. Hasil Perhitungan Mean Hipotetik dan Mean Empirik.....	67
F. Pembahasan Hasil Penelitian .....	68
BAB V.....	71
SIMPULAN DAN SARAN .....	71
A. Simpulan .....	71
B. Saran.....	72
DAFTAR PUSTAKA .....	74
LAMPIRAN.....	77

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Blue Print Skala Kepercayaan Diri .....	52
Tabel 2. Blue Print Skala Penyesuaian Sosial.....	53
Tabel 3. Uji Validitas Kepercayaan Diri.....	61
Tabel 4. Uji Validitas Penyesuaian Sosial .....	62
Tabel 5. Uji Reliabilitas .....	63
Tabel 6. Kategorisasi subjek penelitian (N=41).....	64
Tabel 7. Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Sebaran.....	64
Tabel 8. Hasil Uji Linearitas Hubungan .....	65
Tabel 9. Hasil Analisis Korelasi .....	66
Tabel 10. Deskripsi Statistik Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial .....	67



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Skala Kepercayaan Diri .....	77
Lampiran 2. Skala Penyesuaian Sosial.....	78
Lampiran 3. Data Uji Coba Skala Kepercayaan Diri.....	81
Lampiran 4. Data Uji Coba Skala Penyesuaian Sosial .....	83
Lampiran 5. Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri .....	86
Lampiran 6. Uji Validitas Skala Penyesuaian Sosial .....	88
Lampiran 7. Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri.....	90
Lampiran 8. Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Sosial .....	91
Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas .....	92
Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas.....	93
Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis .....	94
Lampiran 12. Hasil Uji Korelasi .....	94
Lampiran 13. Surat Izin Penelitian.....	95
Lampiran 14. Surat Keterangan Selesai Penelitian .....	96

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pada hakikatnya manusia adalah makhluk sosial yang senantiasa ingin bebas berinteraksi serta bersosialisasi dengan manusia lainnya. Ketika seseorang masuk ke dalam sebuah lingkungan baru maka ia harus mampu menyesuaikan dirinya pada lingkungan tersebut. Misalnya siswa yang akan memasuki sebuah jenjang pendidikan yang lebih tinggi yaitu dari tingkat sekolah dasar ke tingkat menengah pertama, tentu sangat sulit untuk berinteraksi dengan lingkungan serta teman-teman yang baru. Tetapi jika siswa tersebut mempunyai penyesuaian diri yang tinggi maka dia akan dengan mudah bersosialisasi dengan lingkungan barunya tersebut.

Salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial. (Devita Sary, 2018).

Penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap situasi, realitas dan relasi sosial sehingga tuntutan hidup bermasyarakat dipenuhi dengan cara yang dapat diterima dan memuaskan (Sri Maslihah, 2018). Penyesuaian sosial pada masa remaja dipengaruhi kemampuan menyesuaikan diri individu masing-masing (Devita Sary, 2018).

Penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengankondisi lingkungannya (Enung Fatimah, 2010).

Menurut Atwater penyesuaian sosial adalah suatu perubahan yang dialami seseorang untuk mencapai suatu hubungan yang memuaskan dengan oranglain dan lingkungan di sekitarnya. Karakteristik penyesuaian diri yang baik yang harus dimiliki oleh seseorang menurut Haber dan Runyon adalah memiliki persepsi yang akurat terhadap realitas atau kenyataan, mampu mengatasi atau menangani tekanan atau kecemasan, memiliki citra diri yang positif, mampu untuk mengekspresikan perasaan, dan memiliki hubungan interpersonal yang baik (Rawdhah, 2018). Berbagai penelitian telah menentukan penyesuaian sosial sebagai kriteria kesehatan mental, khususnya dimasa remaja. Faktor-faktor seperti kelompok teman sebaya dan keterampilan sosial anak merupakan bagian dari penyesuaian sosial.

Pada umumnya Individu harus mampu memecahkan dan mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialaminya agar terwujud pribadi yang mampu bersosialisasi dan berperilaku yang positif dengan lingkungannya secara optimal. Didalam psikologi perkembangan, siswa yang berumur 12-15 tahun disebut dengan masa remaja awal. Siswa mulai berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik, tidak tergantung pada orang lain, dan fokus pada penerimaan diri terhadap bentuk dan kondisi fisik serta adanya konformitas yang kuat dengan teman sebaya (Badrul Kamil, 2018).

Menurut Rayan dan Shim setelah mempelajari perilaku sosial maka akan terbentuk suatu penyesuaian sosial yang selaras dengan kebutuhan sosial dan pribadinya. Lalu menurut Zeter green, Vangby dan Bergman melakukan keterampilan sosial yang tepat dapat membuat seseorang diterima didalam suatu

kelompok. Proses ini merupakan peran penting dalam fase utama membangun penyesuaian sosial (Rahmati Bika, 2018).

Dalam kaitannya dengan penyesuaian sosial, selama masa remaja terjadi perubahan-perubahan baik dalam fisik maupun kognitifnya. Perubahan secara fisik dan kognitif tersebut memberi dampak terhadap perubahan dalam perkembangan psikososial remaja. Dalam perkembangan psikososial tersebut, remaja sering dihadapkan pada permasalahan-permasalahan seperti sulitnya untuk melakukan penyesuaian sosial. Salah satu aspek yang dapat membantu remaja dalam mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan memiliki kepercayaan diri.

Menurut Ali ada beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial, yaitu faktor lingkungan keluarga, faktor lingkungan sekolah, faktor lingkungan masyarakat, dan faktor kepercayaan diri. Ali mengatakan proses dalam mencapai penyesuaian sosial secara positif ditandai oleh kepercayaan terhadap diri sendiri, orang lain dan segala sesuatu diluar dirinya, sehingga tidak pernah merasa tersisih dan kesepian (Ali, 2009)

Salah satu faktor yang perlu dikembangkan apa bila seseorang tersebut ingin melakukan interaksi dengan lingkungan sosialnya adalah kepercayaan diri, karena dengan adanya kepercayaan diri akan membuat seseorang tersebut berhasil dalam menjalani suatu proses penyesuaian sosial, meskipun masih banyak lagi faktor-faktor yang mendukung lainnya. Banyak ahli mempertimbangkan kepercayaan diri yang positif sebagai faktor utama dalam penyesuaian sosial. Serta telah disimpulkan bahwa ada hubungan timbal

balikantara penyesuaian sosial dan kepercayaan diri dengan cara- meningkatkan salah satu diantaranya maka dapat mempengaruhi yang lainnya (Hamidi Farideh, 2010).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa peralihan ini melibatkan perubahan secara biologis, kognitif, dan sosioemosional (Santrock, 2003). Remaja memiliki tugas perkembangan untuk menjalin hubungan baru yang lebih matang dengan teman sebaya serta mencapai tingkah laku sosial yang bertanggung jawab (Havighurst, dalam Hurlock, 2001).

Perkembangan psikososial adalah proses pencarian identitas diri (Papalia, Olds, & Feldman, 2008). Erikson menjelaskan bahwa proses ini penting bagi individu untuk berproses mengenali diri sendiri (Feist & Feist, 2010). Gunarsa dan Gunarsa menjelaskan bahwa identitas merupakan persatuan dari azas-azas, cara hidup, dan pandangan-pandangan yang menentukan cara hidup selanjutnya. Persatuan ini merupakan inti yang menentukan cara seseorang meninjau diri sendiri dan orang lain dalam pergaulan (Gunarsa & Gunarsa, 1981).

Masa remaja adalah masa penuh gejolak, saat dimana mereka menghadapi banyak persoalan, tantangan, konflik serta merasa bingung dalam proses menemukan jati dirinya. Beberapa faktor psikologis yang sebagai timbulnya gangguan pada remaja adalah gangguan berfikir, gejala emosional, proses belajar yang keliru dan relasi yang bermasalah (Sugiharto dan Sugiman, 2018).

Agar remaja mampu melewati masa perkembangannya dan menjalani kehidupannya dengan baik maka sangat dibutuhkan kompetensi sosial yang mampu mendukung remaja dalam kondisi tersebut. Salah satu kompetensinya adalah remaja harus mampu mempergunakan potensi psikologisnya, antara lain rasa percaya diri untuk beradaptasi dengan lingkungan sosialnya agar remaja mampu berkembang secara optimal.

Percaya diri adalah kemampuan seseorang dalam mengelola kekurangan dan kelebihan yang ada pada dirinya untuk mencapai tujuan hidupnya. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja melainkan percaya diri ini timbul dalam diri seseorang melalui berbagai proses seperti memahami diri sendiri, orang lain dan lingkungannya. Kurangnya rasa percaya diri mampu membuat seseorang rendah diri dalam proses berinteraksi dengan orang lain dan lingkungannya.

Percaya diri secara luas dianggap sebagai salah satu yang paling menarik didalam psikologi saat ini. Percaya diri menurut para ahli adalah yang pertama Menurut Lauster kepercayaan diri adalah suatu sikap yakin atas kemampuannya sendiri sehingga ia tidak mudah merasa cemas, ia mampu merasa bebas dengan segala tindakan-tindakan yang sesuai keinginannya serta bertanggung jawab atas perbuatannya, sopan terhadap orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri ( Lauster, 2002).

Rasa percaya diri adalah sikap percaya dan yakin atas kemampun yang dimilikinya, yang dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realitis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang lain. Rasa percaya diri seseorang juga banyak di pengaruhi oleh tingkat

kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Orang yang percaya diri selalu yakin pada setiap tindakan yang di lakukannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya.

Tentu hal tersebut dapat menjadi pendorong dan mempermudah dalam proses bersosialisasinya. Namun tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang cukup. Perasaan minder, malu, sungkan dan lainnya bisa menjadi kendala seorang dalam proses bersosialisasi disekolah maupun di lingkungannya, karena dengan rasa minder tersebut individu akan sering merasa tidak yakin dengan kemampuan dan ketrampilan yang dimilikinya, sehingga jadi lebih menutup diri, dan kurang mendapatkan banyak informasi langsung yang dibutuhkan.

Orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah adalah orang yang tidak mampu mengadakan adaptasi terhadap lingkungan sosial. Pada umumnya mereka dihantui oleh macam-macam ketakutan yang tidak rasional, kecemasan, merasa minder, tidak punya kepercayaan diri, selalu bercuriga terhadap siapa pun juga, membenci dan mengutuk lingkungannya, dipenuhi oleh dendam membara, dan mengembangkan tingkah laku reaktif yang tidak-sehat, sehingga tidak mungkin tercipta kontak yang sehat dan wajar dengan sesama manusia. (Dr. Kartini Kartono,2011).

Memiliki kepercayaan diri sangatlah penting bagi setiap orang. Karena Kepercayaan diri adalah salah satu aspek kepribadian yang ada pada seseorang. Kepercayaan diri merupakan kunci utama pada diri seseorang dalam kehidupan bermasyarakat, tanpa adanya kepercayaan diri akan menimbulkan banyak

masalah pada diri seseorang. Hal tersebut dikarenakan dengan kepercayaan diri, seseorang mampu untuk mengaktualisasikan segala potensinya (Ghufron, Nur, dan Risnawati Rini, 2011).

Siska dan Purnamaningsih menjelaskan bahwa kepercayaan diri mempengaruhi komunikasi interpersonal Remaja dengan kepercayaan diri tinggi berani untuk berinteraksi dengan orang lain secara langsung (Siska, 2003). Remaja yang cenderung takut berinteraksi dengan orang lain secara langsung mengalami kegagalan dalam memperluas hubungan antar pribadi dan berkomunikasi secara lebih dewasa dengan teman sebaya (Havighurst, dalam Gunarsa & Gunarsa, 1981).

Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya, selalu merasa optimis, mampu menyesuaikan diri, mandiri, tidak mudah menyerah, mampu memanfaatkan kelebihan yang ada pada dirinya, serta memiliki mental dan fisik yang menunjang (Havighurst, dalam Gunarsa & Gunarsa, 1981).

Setiap individu siswa memiliki lingkungan dan latar belakang yang berbeda-beda, sehingga hal itu mempengaruhi kepribadian, pembentukan rasa percaya dirinya dan proses bersosialisasi dengan lingkungannya. Dengan rasa percaya diri tinggi yang ada pada dirinya, siswa akan sangat mudah bersosialisasi didalam lingkungan sekitarnya.

Rasa percaya diri adalah sikap percaya dan yakin atas kemampuan yang dimilikinya, yang dapat membantu seseorang untuk memandang dirinya dengan positif dan realitis sehingga ia mampu bersosialisasi secara baik dengan orang

lain. Rasa percaya diri seseorang juga banyak di pengaruhi oleh tingkat kemampuan dan keterampilan yang dimiliki.

Orang yang percaya diri selalu yakin pada setiap tindakan yang di lakukannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginannya dan bertanggung jawab atas perbuatannya.

Tentu hal tersebut dapat menjadi pendorong dan mempermudah dalam proses bersosialisasinya. Namun tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang cukup. Perasaan minder, malu, sungkan dan lainnya bisa menjadi kendala seorang dalam proses bersosialisasi disekolah maupun di lingkungannya, karena dengan rasa minder tersebut individu akan sering merasa tidak yakin dengan kemampuan dan ketrampilan yang dimilikinya, sehingga jadi lebih menutup diri, dan kurang mendapatkan banyak informasi langsung yang dibutuhkan.

Orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah adalah orang yang tidak mampu mengadakan adaptasi terhadap lingkungan sosial. Pada umumnya mereka dihantui oleh macam-macam ketakutan yang tidak rasional, kecemasan, merasa minder, tidak punya kepercayaan diri, selalu bercuriga terhadap siapa pun juga, membenci dan mengutuk lingkungannya, dipenuhi oleh dendam membara, dan mengembangkan tingkah laku reaktif yang tidak sehat, sehingga tidak mungkin tercipta kontak yang sehat dan wajar dengan sesama manusia (Dr. Kartini Kartono, 2011).

Adapun ciri-ciri seseorang memiliki kepercayaan diri rendah menurut centi yaitu, kurang mampu untuk bersosialisasi dan tidak yakin pada diri sendiri sehingga mengabaikan kehidupan sosialnya, seringkali tampak murung dan

depresi, bersikap pasrah pada kegagalan serta memandang masa depannya suram, selalu berfikiran negative, tidak mampu mengenali potensi yang ada pada dirinya, takut dikritik, takut mengambil tanggung jawab, takut berpendapat atau memberikan opini, serta selalu merasa pesimis dan suka menyendiri (Centi, P.J, 1995).

Setiap manusia memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda serta dalam pengaktualisasian dirinya pun pasti sangat berbeda tergantung bagaimana cara mereka menunjukkan kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian diri pada situasi yang dihadapi.

Rendahnya rasa percaya diri dapat menyebabkan rasa tidak nyaman secara emosional yang bersifat sementara tetapi dapat menimbulkan banyak masalah. Rendahnya rasa percayadiri bisa menyebabkan depresi, bunuh diri, anoreksia nervosa, delikueni, dan masalah penyesuaian diri lainnya. Tingkat percaya diri yang rendah berhubungan dengan proses belajar seperti prestasi rendah, kehidupan keluarga yang sulit, atau dengan kejadian-kejadian yang membuat tertekan, masalah yang muncul dapat menjadi lebih meningkat.

Timbulnya masalah tersebut bersumber dari fikiran yang negatif yang ada pada diri seseorang sehingga ia memiliki rasa percaya diri yang rendah. Bahkan dengan rasa percaya diri yang rendah siswaakan lebih sering mendapatkan perlakuan pelecehan sosial berupa ejekan atau *bully* dan- hal lain yang membuat ia makin sensitif untuk tidak bersosialisasi dengan lingkungannya.

Fenomena yang terjadi di SMA Advent 1 Medan khususnya siswa kelas X (Sepuluh), hasil wawancara pada tanggal 25 Mei 2021 penulis dengan Kepala Sekolah SMA Advent 1 Medan didapatkan bahwa beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri baik dan tentunya dalam hal berinteraksi dengan lingkungan di sekitarnya juga baik. Siswa-siswa ini aktif dalam kegiatan sekolah, dan aktif dalam kegiatan belajar secara daring.

Ada siswa yang terlihat minder karena masalah ekonomi yang menjadikan siswa sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Hal ini banyak menjadi pemicu kurang dapat menyesuaikan sosial dengan lingkungan sosial karena ekonomi seringkali menjadi kesenjangan. Siswa yang dapat dikatakan dari kalangan bawah cenderung menarik diri, karena dirinya tidak memiliki status seperti teman-teman yang berasal dari keluarga yang ekonominya berada pada kalangan menengah ke atas.

Siswa yang mengalami rasa tidak percaya diri akibat kemampuan kognitif yang dia rasa tidak setara dengan teman-teman di kelasnya, sehingga membuat siswa cenderung menjauhkan diri dari diskusi-diskusi dengan teman-teman sekelas serta menolak untuk memberikan pertanyaan maupun jawaban kepada guru. Siswa tersebut juga selalu menolak jika di minta maju kedepan kelas untuk berdoa maupun menjawab soal yang di berikan guru.

Hasil wawancara yang pernah peneliti lakukan terhadap siswa, ada seorang siswa yang kurang dapat melakukan penyesuaian sosial karena memiliki rasa percaya diri yang rendah terhadap ekonomi keluarganya siswa tersebut merasa malu berasal dari keluarga yang kurang mampu sehingga tidak

bisa memenuhi keinginan dalam materi seperti teman-teman yang lain yang berada di sekolah tersebut. Siswa terlihat kurang percaya diri karena kehidupannya tidak seperti teman-temannya yang lain. Ketika segala potensi yang dimiliki teman-teman yang lain di dukung kuat oleh keluarganya, siswa ini justru merasa minder dikarenakan tidak mendapat dukungan dari keluarga terutama secara materi. Hal tersebut menjadikan siswa canggung untuk berinteraksi. Siswa ini sering menolak saat mendapat giliran untuk menyampaikan pendapat pada saat jam pelajaran berlangsung, serta mengalami kesulitan dalam pertemanan.

Sehubungan dengan uraian diatas timbul permasalahan, adakah hubungan penyesuaian sosial dengan kepercayaan diri pada remaja, maka permasalahan ini akan diteliti dengan judul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka didapatkan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Setiap siswa diharapkan dapat beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan dan keadaan yang baru.
2. Sebagian siswa terlihat kurang dapat beradaptasi di lingkungan sekolah yang baru.
3. Ada siswa kelas X di SMA Advent 1 Medan yang terlihat minder karena masalah ekonomi yang menjadikan siswa sulit untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

### **C. Batasan Masalah**

Agar peneliti lebih terfokus maka perlu adanya pembatasan masalah. Penelitian yang dilakukan akan dibatasi pada “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan” dimana subjek penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Advent 1 Medan.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada masalah yang ada, maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Adakah hubungan yang positif antara percaya diri dengan penyesuaian sosial pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan.”

### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan tersebut maka tujuan yang ingin di capai dalam penelitian adalah untuk mengetahui hubungan positif antara percaya diri dengan penyesuaian sosial pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan.

### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini mempunyai dua manfaat, yaitu : manfaat teoritis dan manfaat praktis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat member kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis. Kegunaan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

#### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Memberikan sumbangsih pemikiran dan informasi serta ilmu pengetahuan
- b. khususnya dibidang psikologi perkembangan.
- c. Sebagai bahan referensi untuk membantu pengkajian permasalahan yang

sama dan dapat menyempurnakan hasil temuan terbaru yang relevan.

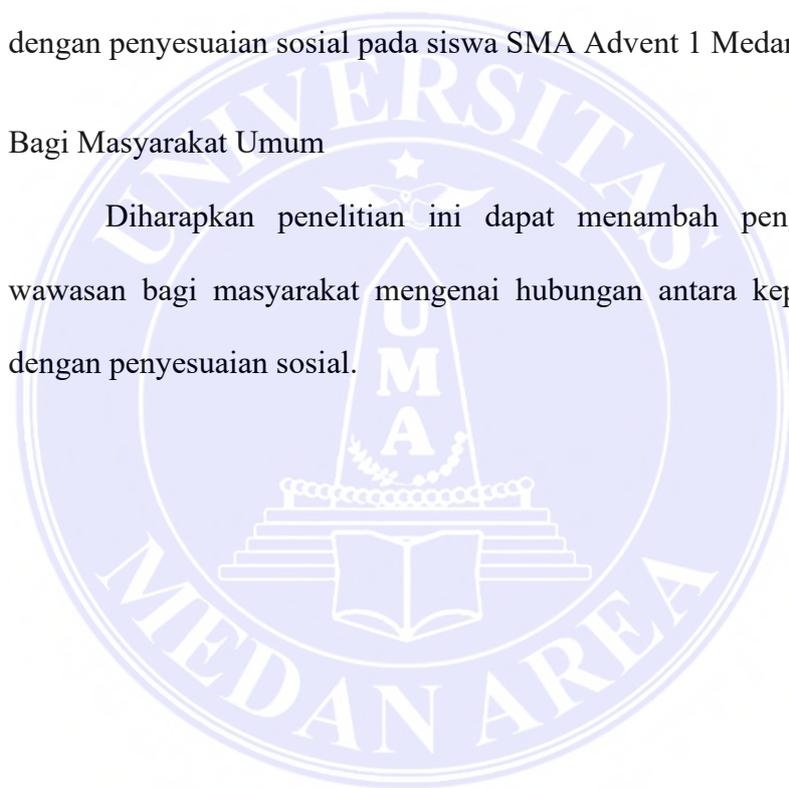
## 2. Manfaat Praktis

### a. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian lain dengan memperluas dan memperdalam lingkup penelitian yang berkenaan dengan hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa SMA Advent 1 Medan.

### b. Bagi Masyarakat Umum

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Remaja

##### 1. Pengertian Remaja

Remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Oleh karena itu disebut juga sebagai pancaroba yang penuh gejolak dan keadaan atak menentu (Santrock, 2003). Masa ini sering disebut juga dengan masa pubertas (Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2012). Namun demikian beberapa ahli, selain istilah pubertas digunakan juga istilah adolesens (dalam bahasa inggris *adolescence*). Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari dari kata latin *adolescere* yang berarti remaja yaitu tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescere*, seperti yang digunakan saat ini, mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Stuart dan Sundeen, 1995). Integrasi dalam masyarakat (dewasa) mempunyai banyak aspek efektif kurang lebih berhubungan dengan masa puber, termasuk juga perubahan intelektual yang khas dari cara berfikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam berhubungan sosial orang dewasa, yang kenyataannya merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Menurut Hurlock remaja adalah tumbuh ke arah kemasakan dan periode transisi, dimana individu mengalami perubahan fisik dan psikis dari kekanak-kanakan menuju dewasa meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Sorensen (Hurlock, 2001) mengatakan bahwa remaja adalah

masa transisi dari perkembangan ego dari anak-anak yang tadinya tergantung lalu ingin mencapai seperti orang dewasa, berdiri sendiri. Stanly Hall (Hurlock, 2001) berpendapat, remaja adalah periode *storm and stress* (badai dan stress/tekanan) satu masa dimana remaja emosinya dapat tidak stabil dan tidak dapat diramalkan. Jadi dapat disimpulkan bahwa remaja merupakan penduduk dengan salah satu tahap perkembangan yang unik dengan usia antara 10-24 tahun dan belum menikah (Hurlock, 2001).

## 2. Kategori Usia Remaja

Remaja adalah suatu tahap perubahan dalam pertumbuhan dan perkembangan yang unik diantara usia 12-20 tahun (Yusuf, A., Fitriyarsi, R., Nihayati, 2015). Usia remaja menurut WHO adalah umur 10-19 tahun (WHO 2012) dan berdasarkan penggolongan usia, masa remaja terbagi atas :

### 1. Remaja awal (10-13 tahun)

Pada masa ini remaja secara fisik, emosi, kognitif dan perilaku masih seperti anak-anak. Tanda-tanda maturasi mulai muncul pada masa ini. Tumbuhnya rambut pubis dan aksila, pada remaja putri tumbuhnya puting susu dan menarche sudah dimulai, remaja laki-laki terjadi pertumbuhan penis dan testis, perubahan suara dan tumbuhnya kumis serta janggut. Mereka mulai sadar tentang perubahan seksualitasnya. Muncul rasa ingin tahu yang lebih terhadap sesuatu dan ingin mencoba sesuatu yang baru (alcohol, rokok, NAPZA, dan seksualitas).

### 2. Remaja menengah (14-16 tahun)

Masa menengah ini remaja mulai mengembangkan pilihan terhadap peran

dan cita- citanya. Banyak dipengaruhi oleh konflik internal, ketergantungan dan dipengaruhi oleh teman sepergaulan.

### 3. Remaja akhir (17-19 tahun)

Pada masa ini remaja terlihat dan berperilaku seperti orang dewasa, tetapi kematangan kognitif, emosional dan perilakunya belum sepenuhnya mencapai tingkat kematangan. Remaja dapat membuat keputusan sendiri dan sudah mulai menikah dan berkeluarga.

### 3. Ciri-ciri Remaja

Menurut Santrock, ciri utama remaja meliputi pertumbuhan fisik yang pesat, kesadaran diri yang tinggi, dan selalu tertarik untuk mencoba sesuatu yang baru (Santrock, 2003). Remaja bukanlah masa berakhirnya terbentuk kepribadian akan tetapi merupakan salah satu tahap utama dalam pembentukan kepribadian seseorang. Remaja banyak meluangkan waktunya bersama teman-teman sebaya. Disamping itu, remaja mulai banyak menerima informasi dari media massa yang sudah mulai dikenal dan dekat dengan mereka. Oleh karenanya, remaja menjadi individu yang terbuka terhadap hal-hal baru. Banyaknya informasi yang diterima membuat remaja melakukan pemrosesan informasi secara lebih mendalam.

### 4. Perkembangan Remaja

Berikut ini merupakan perkembangan remaja menurut *American Psychological Association* (APA, 2013) :

#### 1. Perkembangan Fisik Remaja

Periode pubertas menandai perubahan fisik pada masa remaja, yaitu

percepatan pertumbuhan dan pematangan seksual. Mengetahui awal atau akhir perkembangan fisik untuk membantu mempersiapkan remaja melalui berbagai perubahan yang terjadi sepanjang hidup perlu diketahui oleh perawat maupun tenaga profesional kesehatan lainnya. Bahkan di sekolah dimana pendidikan seks diajari, banyak remaja perempuan dan remaja laki-laki masih merasa tidak siap untuk menghadapi perubahan pubertas.

#### 1) Pubertas dan perkembangan seksual

Walaupun tampaknya tubuh remaja mengalami perubahan setiap hari, proses pematangan seksual sebenarnya terjadi dalam kurun waktu beberapa tahun. Urutan perubahan fisik yang terjadi sebagian besar dapat diprediksi, namun terdapat variabilitas yang besar pada usia onset pubertas dan kecepatan terjadinya perubahan. Ada banyak faktor yang mempengaruhi onset perkembangan pubertas, termasuk genetic dan pengaruh biologis, peristiwa kehidupan yang penuh tekanan, status sosial ekonomi, nutrisi dan diet, jumlah lemak tubuh dan adanya penyakit kronis. Lonjakan pertumbuhan, yang melibatkan pertumbuhan tulang yang cepat, biasanya dimulai sekitar usia 10 sampai 12 tahun pada remaja perempuan dan 12 sampai 14 tahun pada remaja laki-laki dan selesai sekitar usia 17 sampai 19 tahun pada remaja perempuan dan 20 remaja laki-laki. Bagi kebanyakan remaja, pematangan seksual melibatkan pencapaian kesuburan dan perubahan fisik yang mendukung kesuburan. Bagi remaja perempuan, perubahan ini melibatkan tumbuhnya payudara, yang mungkin dimulai sekitar usia 10 tahun atau sebelumnya, dan

menstruasi yang biasanya dimulai pada usia 12 atau 13. Sedangkan pada remaja laki-laki, onset pubertas melibatkan pembesaran testis pada sekitar usia 11 atau 12 tahun dan ejakulasi pertama, yang biasanya terjadi antara usia dari 12 dan 14 tahun. Karakteristik perkembangan seksual sekunder, seperti tumbuhnya rambut pada tubuh dan perubahan suara (untuk remaja laki- laki) terjadi pada masa pubertas.

## 2) Penampilan dan citra tubuh

Terlepas dari waktu perubahan fisik berlangsung selama masa remaja, periode ini adalah saat penampilan fisik umumnya mengasumsikan hal yang terpenting bagi remaja. Baik remaja perempuan maupun remaja laki-laki diketahui menghabiskan waktunya khawatir tentang penampilan mereka, terutama agar tampak “sesuai” dengan norma kelompok dimana mereka berada. Pada saat yang sama, mereka ingin memiliki gaya unik mereka sendiri, dan mereka mungkin menghabiskan berjam-jam dikamar mandi atau di depan cermin berusaha untuk mencapai tujuan ini. Orang tua dan orang dewasa lainnya harus menganggap serius remaja saat mereka menyatak kekhawatiran tentang penampilan mereka seperti jerawat, kacamata, berat bada, atau fitur wajah. Jika remaja khawatir, misalnya bahwa dia memiliki kelebihan berat badan, penting untuk meluangkan waktu untuk mendengarkan, dari pada menolak dengan memberi komnetar meyakinkan bahwa “kamu terlihat baik-baik saja”. Mungkin teman sebayanya memberikan komentar tentang penampilannya pada saat dia khawatir terhadap masalah penampilannya tersebut. Orang

tua dan orang dewasa lainnya harus mengerti makna dan konteks perhatian remaja dan untuk menjaga agar komunikasi tetap terbuka. Jika tidak, remaja mungkin mengalami masa sulit menghadapi masalah (dan solusi potensial) dan cenderung tidak mampu mengekspresikan pandangan atau perhatian di masa depan.

## 2. Perkembangan Kognitif Remaja

Perubahan bagaimana remaja berpikir, memberi saran, mengerti bahkan bisa lebih dramatis perubahan fisik yang jelas dari remaja. Secara konkrit, mereka sebagai pemikir hitam-putih tampaknya suatu hari nanti, remaja pun mampu berpikir secara abstrak dan dalam warna abu-abu.

Mereka sekarang bisa menganalisis situasi secara logis dalam hal penyebab dan efek dan untuk memberi hipotesis terhadap situasi dan penggunaan simbol, seperti metafora, secara imajinatif. Pemikiran tingkat tinggi ini memungkinkan mereka untuk berpikir tentang masa depan, beberapa *alternative* evaluasi, dan merencanakan tujuan pribadi, meskipun terdapat beberapa perbedaan individu yang ditandai dalam perkembangan kognitif diantara remaja, kemampuan baru ini memungkinkan remaja untuk terlibat dalam introspeksi dan keputusan matang yang sebelumnya berada di luar kapasitas mereka. kompetensi kognitif mencakup hal-hal seperti kemampuan berpikir secara efektif, memecahkan masalah, berpikir secara abstrak dan refleksi, merencanakan masa depan.

Meskipun beberapa perbedaan signifikan telah diidentifikasi dalam perkembangan kognitif remaja laki-laki dan perempuan berada dalam kepercayaan diri mereka pada kemampuan kognitif dan keterampilan tertentu.

Remaja perempuan cenderung merasa lebih percaya diri dalam kemampuan membaca dan social mereka dari pada remaja laki- laki, dan remaja laki-laki cenderung merasa lebih percaya diri dengan kemampuan atletik mereka dan keterampilan matematika. Orang tua bisa membantu untuk menghilangkan mitos-mitos ini, yang bisa menyebabkan remaja menjadi membatasi pilihan atau peluang mereka. misalnya, remaja perempuan mungkin bisa lebih mengambil kursus matematika atau teknologi, remaja laki-laki bisa meningkatkan kemampuan social dengan menjadi relawan sosial.

Meskipun kapasitas mereka berkembang pesat untuk tingkat berpikir yang lebih tinggi, kebanyakan remaja masih membutuhkan bimbingan orang tua untuk mengembangkan potensinya untuk membuat keputusan rasional. Stereotip sebaliknya, remaja lebih suka untuk berunding dengan orang tua atau orang dewasa terpercaya lainnya dalam membuta keputusan penting tentang hal-hal seperti pemilihan universitas, mencari pekerjaan, atau menangani keuangan. Orang tua bisa menggunakan keterbukaan ini sebagai kesempatan untuk mengambil keputusan efektif atau untuk membimbing remaja saat mereka berhadapan dengan keputusan yang sulit. Orang tua dapat membantu remaja untuk mempertimbangkan dengan cermat pilihan dan pertimbangan konsekuensi keputusan mereka karena remaja yang membuat keputusan instan lebih cenderung terlibat dalam perilaku berisiko. Karena remaja bisa lebih dipengaruhi oleh apa yang mereka percaya teman sebaya mereka lakukan sehingga meningkatkan tekanan social yang mereka rasakan, akhirnya penting untuk memahami bahwa remaja mungkin takut potensi negatif konsekuensi social dari pilihan mereka lebih

dari kemungkinan berisiko kesehatan yang mereka lakukan.

Perkembangan moral mengacu pada perkembangan nilai dan perilaku etis. Perkembangan kognitif remaja, sebagian, meletakkan dasar untuk penalaran moral, kejujuran, dan perilaku prososial seperti membantu memfasilitasi perkembangan moral remaja dengan pemodelan perilaku altruistic dan perhatian terhadap orang lain dan membantu remaja mengambil perspektif orang lain dalam percakapan, misalnya, orang dewasa mungkin bertanya pada remaja, “Bagaimana perasaan kamu jika kamu...?” pendidik dan orang dewasa lainnya dapat memastikan bahwa masalah tersebut melibatkan keadilan dan moralitas diidentifikasi dan dibahas secara sensitive dan dalam suasana positif dimana remaja didorong untuk mengkespresikan diri, bertanya pertanyaan, klarifikasi nilai mereka, dan evaluasi penalarana alasan mereka. suasana ini seharusnya memperkuat konsep bahwa rasisme, seksisme, *homophobia*, ageism dan bias terhadap orang-orang penyandang cacat adalah secara inheren merusak individu maupun masyarakat.

### 3. Perkembangan Psikososial Remaja

Perkembangan psiko atau emosional selama masa remaja melibatkan perkembangan identitas yang realistis dan koheren dalam konteks berhubungan dengan orang lain dan belajar mengatasinya stres dan mengelola emosi, proses yang merupakan masalah seumur hidup bagi kebanyakan orang. Identitas mengacu pada lebih sekedar bagaimana remaja melihat diri mereka sekarang; hal ini juga termasuk apa yang telah terjadi disebut “kemungkinan diri”- menjadi apa remaja tersebut nantinya dan keinginan mereka ingin menjadi seperti apa.

Menetapkan perasaan identitas secara tradisional dianggap sebagai tugas utama masa remaja (Erikson, Erick, 1968).

## 5. Tugas Perkembangan Remaja

Tugas-tugas perkembangan pada masa remaja menurut Hurlock antara lain (Hurlock, 2001) :

1. Mencapai hubungan baru dan yang lebih matang dengan teman sebaya baik pria maupun wanita.
2. Menerima keadaan fisiknya dan menggunakan tubuhnya secara efektif.
3. Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang-orang dewasa lainnya.
4. Mempersiapkan karier ekonomi.
5. Memperoleh perangkat nilai dan sistem etis sebagai pegangan untuk berperilaku mengembangkan ideologi.

## B. Penyesuaian Sosial

### 1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Pada dasarnya manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk bertahan hidup. Dari hal saling membutuhkan itulah timbul dimana sesama manusia harus saling berinteraksi. Agar terjalin hubungan interaksi yang baik, manusia diharapkan mampu beradaptasi terhadap lingkungan fisik maupun sosial yang ada disekitarnya. Hal tersebut menunjukkan bahwa berhasil atau tidaknya seseorang menyelaraskan diri terhadap lingkungannya tergantung

dari kemampuannya dalam menyesuaikan diri.

Penyesuaian dalam arti umum merupakan mengubah diri sesuai dengan keadaan lingkungan atau mengubah lingkungan sesuai keadaan diri sendiri. Penyesuaian sosial salah satu faktor penting bagi siswa, sebab dengan adanya penyesuaian sosial siswa mampu membuat siswa bahagia karena dapat bersenang- senang bersama dengan teman-temannya.

Menurut Hurlock penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya (Hurlock, 2001). Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik akan mempelajari berbagai ketrampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik terhadap teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka sendiri mengalami kesulitan.

Menurut Gerungan penyesuaian sosial dalam arti luas merupakan usaha yang dilakukan individu untuk mengubah diri dan keinginan segera sesuai dengan keadaan lingkungan atau sebaliknya megubah lingkungan sesuai dengan keinginan individu (Gerungan, 2004). Penyesuaian dapat diartikan upaya individu mengubah diri agar dapat diterima lingkungan atau sebaliknya mempengaruhi lngkungan agar sesuai dengan diri individu.

Menurut Schneirders penyesuaian sosial merupakan proses mental dan tingkah laku yang mendorong seseorang untuk menyesuaikan diri

dengan keinginan yang berasal dari dalam diri sendiri yang dapat diterima oleh lingkungannya (Agustiani, 2006). Penyesuaian sosial dapat berlangsung sebab ada dorongan manusia dalam memenuhi kebutuhan. Pemenuhan kebutuhan ini dilakukan untuk mencapai sebuah keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan dari dalam dirinya.

Penyesuaian sosial menurut Yusuf, merupakan kemampuan untuk mereaksi secara tepat terhadap realitas sosial, situasi, dan relasi (Yusuf, 2007). Remaja dituntut untuk dapat memiliki kemampuan penyesuaian sosial, baik di lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat. Hal itu diharapkan seorang remaja memiliki perkembangan sosial secara matang karena remaja yang akan menjadi harapan bangsa.

Berdasarkan uraian di atas, maka penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu tingkah laku yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan kesadaran dalam diri dan tuntutan lingkungan. Wujud penyesuaian sosial berupa kemampuan individu berhubungan dengan orang lain.

## **2. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial**

Hurlock (2001) telah mengemukakan berbagai aspek dalam penyesuaian sosial, yaitu :

### **a. Penampilan Nyata**

Penampilan nyata yang diperlihatkan individu sesuai norma yang berlaku di dalam kelompoknya, dapat memenuhi harapan kelompoknya, berarti individu dapat memenuhi harapan kelompoknya dan diterima menjadi anggota dari

kelompok tersebut.

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu mampu menyesuaikan diri atau beradaptasi dengan baik dengan setiap kelompok yang dimasukinya, baik teman sebaya, dan kelompok orang dewasa.

c. Sikap sosial

Individu dapat memperlihatkan dan menunjukkan sikap yang menyenangkan terhadap orang lain, individu mampu berpartisipasi dan dapat menjalankan perannya sebagai individu yang baik dalam berbagai kegiatan sosial, hal tersebut mampu membuat penilaian dari orang lain bahwa individu tersebut dapat menyesuaikan diri dengan baik secara sosial.

d. Kepuasan pribadi

Individu memiliki perasaan puas di dalam dirinya, ditandai dengan adanya rasa puas dan bahagia karena turut ikut ambil bagian dalam aktivitas kelompoknya dan mampu menerima keadaan diri sendiri dengan adanya kontak sosial dan apa adanya dalam situasi sosial. Bentuk kepuasan pribadi adalah percaya diri, kehidupan bermakna dan terarah, dan keterampilan.

Dalam penelitian ini mengacu pada pendapat Hurlock. Aspek-aspek penyesuaian sosial terdiri atas penampilan nyata (tentang bagaimana individu dapat memenuhi harapan kelompok), penyesuaian diri terhadap kelompok (bagaimana individu beradaptasi dengan kelompok), sikap sosial (sikap yang ditunjukkan individu ketika mampu beradaptasi dengan kelompok), dan kepuasan pribadi (adanya kesadaran diri tentang percaya diri, kehidupan bermakna dan

terarah, dan keterampilan).

### 3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Seseorang mampu menyesuaikan dengan lingkungannya karena berbagai faktor. Menurut Schneiderss merinci ada lima faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian sosial, yaitu (Agustiani, 2006) :

#### a. Kondisi fisik

Faktor fisik yang meliputi keturunan, kesehatan, bentuk tubuh dan hal-hal lain berkaitan dengan fisik. Keadaan tersebut mendorong seseorang yang memiliki kekurangan atau menderita penyakit akan cenderung memiliki perasaan-perasaan negatif, misalnya rendah diri, kurang merasa percaya diri. Kondisi yang demikian memiliki dampak diantaranya dimana individu menarik diri dari lingkungannya, yang secara langsung akan membuat individu mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial.

#### b. Faktor perkembangan dan kematangan

Faktor ini meliputi perkembanga intelektual, sosial, moral, dan kematangan emosional. Hal ini merupakan bagian yang terpenting karena akan membantu individu dalam menyelesaikan masalah dan menghadapi konflik dengan tepat.

#### c. Faktor psikologi

Faktor-faktor pengalaman individu, frustrasi dan konflik yang dialami, dan kondisi-kondisi seseorang dalam penyesuaian diri. Individu akan belajar dari pengalaman dalam menghadapi suatu masalah, dan membantu individu bagaimana bersikap dan bertindak terhadap lingkungannya. Pengalaman yang

positif pada diri individu akan mendorong untuk terus mengembangkan diri yang akan berpengaruh pada penyesuaian sosialnya, namun sebaliknya jika pengalaman buruk akan berdampak pada kemunduran aspek mental dan akan membuat individu mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian sosial.

d. Faktor lingkungan

Faktor lingkungan terdiri atas keluarga, sekolah, dan masyarakat. Lingkungan keluarga merupakan lingkungan paling berpengaruh terhadap penyesuaian sosial, hal itu dikarenakan individu memperoleh pengalaman sosial awal dari interaksi dengan orang tua dan saudara. Sedangkan lingkungan sekolah dan masyarakat menjadi pengalaman lanjutan yang diperoleh individu selaras dengan pertumbuhannya, yang ikut mempengaruhi terhadap ketertarikan individu pada suatu hubungan sosial. Lingkungan masyarakat memberikan pengalaman sosial yang jauh lebih luas dari lingkungan keluarga maupun sekolah.

e. Faktor budaya

Budaya yang ada di lingkungan sekitar individu dan agama akan berpengaruh pada kepribadian individu seperti nilai-nilai, kepercayaan yang akan menentukan sikap individu dalam lingkungan sosial.

Pendapat lain dikemukakan tentang faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial oleh Kartono, yaitu (Kartono, 2007) :

a. Sifat yang dimiliki sejak lahir; pemalu, pendiam

Anak yang pemalu dan pendiam seringkali mengalami kesulitan dalam bergaul di lingkungannya karena merasa kurang percaya diri dengan dirinya. Dan seringkali timbul kekhawatiran akan dia tidak diterima di lingkungannya.

b. Persepsi tentang kebutuhan pribadi dan lingkungan sosial

Persepsi terhadap kebutuhan pribadi dan lingkungan mempengaruhi terhadap penyesuaian sosial. Jika seseorang tidak dapat memahami apa yang menjadi kebutuhan diri serta lingkungan maka orang akan mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri. Sebaliknya jika seseorang memiliki pemahaman tentang kebutuhan diri serta lingkungan maka akan lebih mudah melakukan penyesuaian sosial dengan lingkungannya.

c. Pembentukan kebiasaan dalam hidup bermasyarakat

Pembentukan kebiasaan dalam hidup bermasyarakat mempermudah seseorang dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial bermasyarakat karena terbiasa menerima dan memahami berbagai perbedaan yang timbul dalam masyarakat.

Sedangkan dari sudut pandang Adler untuk mencapai sukses sebagai manusia yang berada di lingkungan sosial adalah peranan besar yang berasal dari perasaan diri, yaitu (Agustiani, 2006) :

a. *Inferiority*

Adler mengemukakan perasaan yang kompleks tentang perasaan rendah diri yang diungkap berasal dari pertahanan diri yang terbentuk akibat perbuatan dan ketidakmampuan untuk berbicara atau lebih spesifik seperti fisik kurang tangkas, kurang tinggi dan kurang terampil secara akademik. Individu seperti ini mengungkapkan kekurangan yang ada pada dirinya hanya untuk sebuah mekanisme pertahanan diri. Kompensasi seperti ini biasanya terjadi jika individu merasa kurang percaya diri, sehingga dalam penyesuaian diri di dalam lingkungan

sosial akan terhambat. Hal tersebut menunjukkan bahwa memiliki percaya diri yang tinggi akan pengaruh yang sangat besar dalam sebuah penyesuaian diri terutama di lingkungan sosial.

b. Gaya Hidup

Rychlak mengemukakan gaya hidup mencerminkan kepribadian seseorang. Jika kita mengerti akan tujuan hidup seseorang, maka kita akan arah yang akan ia ambil, dan itu merupakan kepribadian dari individu yang bersangkutan.

c. Minat Sosial

Beberapa orang mengembangkan gaya hidup secara efektif dan ia mampu untuk mengatasi rasa kurang percaya dirinya. Individu seperti mengembangkan minat sosial secara kuat dan memiliki rasa kesatuan dengan orang lain. Individu yang tidak mampu mengatasi kurang percaya dirinya, ia akan menjadi pemalu, terlalu memperhatikan diri sendiri, cemas, dan pesimis.

Berdasarkan penjabaran faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial yaitu *inferiority*, gaya hidup, dan minat sosial. *Inferiority* merupakan perasaan yang kompleks tentang rendah diri. Kompensasi seperti ini biasanya terjadi jika individu merasa kurang percaya diri, sehingga dalam penyesuaian diri di dalam lingkungan sosial akan terhambat. Dari hal tersebut timbul sebuah tuntutan untuk mencapai sukses dengan mengembangkan rasa percaya diri, sebab dengan adanya percaya diri pada diri individu mampu mempengaruhi penyesuaian diri pada lingkungan sosial individu tersebut. Gaya hidup yang mencerminkan kepribadian seseorang serta minat sosial untuk memiliki rasa

kesatuan dengan orang lain. Sebagaimana rumah merupakan tempat pola perilaku dikembangkan, meniru perilaku orang sekitar, belajar dari pengalaman sosial, bagaimana orang tua membimbing anak. Ketika semua itu berkembang baik, maka penyesuaian di luar rumah pun akan terjalin dengan baik.

#### **4. Bentuk-bentuk Penyesuaian Sosial**

Hurlock mengemukakan bentuk-bentuk penyesuaian sosial sebagai berikut (Hurlock, 2001):

a. Membentuk kelompok atau pasangan

Bentuk penyesuaian sosial ditandai dengan membentuk kelompok biasanya berwujud persaingan yang sehat tapi tidak menutup kemungkinan bisa menyulut permusuhan.

b. Adanya konformitas

Adanya keseragaman perilaku terjadi pada masa remaja, sehingga terbentuk gang yang mempunyai perilaku yang sama.

c. Menonjolkan diri atau menaruh perhatian

Menonjolkan diri dengan ttujuan untuk dapat membuktikan bahwa dirinya cukup berharga bagi kelompok serta merupakan dorongan utama dalam bersosialisasi.

d. Menentang otoritas orang tua atau orang dewasa lainnya

Hal ini biasanya seringkali dilandasi oleh rasa sekedar ingin berbeda dengan otoritas tersebut.

e. Tumbuh kesadaran sosial

Sekalipun sering berbuat kesalahan sebenarnya pada diri remaja timbul kesadaran akan perlunya kesadaran saling memberi dan menerima dalam kehidupan bersama dalam kelompok.

Seragam dengan pendapat Hurlock, Mu'tadin berpendapat tentang bentuk-bentuk penyesuaian sosial, yaitu (Andani, 2005) :

- a. Keseragaman perilaku, penyesuaian sosial dapat terjadi apabila perilaku kelompok tersebut sama atau seragam.
- b. Pemahaman terhadap lingkungan sosial sebagai modal dasar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya, jika dalam diri seseorang tidak ada pemahaman maka kesadaran untuk menyesuaikan diri pun tidak ada.
- c. Penerimaan terhadap perbedaan lingkungan sosial, kemampuan seseorang dalam memahami kebudayaan yang ada di lingkungannya dapat mempermudah seseorang dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan sosial masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bentuk penyesuaian sosial dapat berupa kelompok, perilaku yang seragam dan kesadaran sosial.

## 5. Ciri-ciri Penyesuaian Sosial

Ciri-ciri adanya proses penyesuaian sosial dapat diketahui dengan jelas.

Menurut Gerungan ada beberapa ciri orang yang dapat menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial yaitu (Gerungan, 2004) :

- a. Suka berkerjasama dengan orang lain dalam suasana saling menghargai

- b. Adanya keakraban
- c. Adanya rasa simpati
- d. Adanya disiplin diri

Pendapat lain mengenai ciri-ciri adanya penyesuaian sosial menurut Sundari yaitu (Sundari, 2005) :

- a. Adanya kesanggupan mengadakan relasi yang sehat terhadap masyarakat.
- b. Ada kesanggupan bereaksi secara efektif dan harmonis terhadap kenyataan sosial.
- c. Adanya kesanggupan menghargai dan menjalankan hukum tertulis maupun tidak tertulis.
- d. Ada kesanggupan menghargai orang lain mengenai hak-haknya dan pribadinya.
- e. Ada kesanggupan untuk bergaul dengan orang lain dalam bentuk persahabatan.
- f. Adanya simpati terhadap kesejahteraan orang lain. Berupa memberi pertolongan terhadap orang lain, bersikap jujur, cinta kebenaran, rendah hati, dan sejenisnya.

Menurut Siswanto ciri-ciri penyesuaian diri yang efektif yaitu (Siswanto, 2007):

- a. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita

Persepsi tiap orang terhadap realita berbeda-beda meski yang dihadapi realita yang sama. Orang yang memiliki penyesuaian diri yang baik memiliki persepsi yang relatif objektif dalam memahami realita. Hal ini dapat dilihat

dari bagaimana orang mengenali konsekuensi-konsekuensi tingkah lakunya dan mampu bertindak sesuai konsekuensi tersebut.

- b. Kemampuan untuk beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan  
Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik tidak selalu menghindari tekanan dan stres. Mereka justru belajar mentoleransi tekanan dan kecemasan yang mereka hadapi untuk mencapai sebuah tujuan tertentu yang lebih penting. Hal ini hanya dapat dilakukan oleh orang tertentu bila orang tersebut memiliki kontrol diri yang baik.

- c. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya  
Pandangan individu terhadap dirinya sendiri, menjadikan kualitas sebuah penyesuaian diri seseorang. Gambaran diri yang positif mencakup diri individu mampu melihat dirinya secara realistis, tahu kelebihan dan kekurangan dirinya dan mampu menerimanya sehingga individu dapat mengembangkan potensinya secara baik.

- d. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaannya  
Individu mampu menyadari dan merasakan emosi atau perasaan yang saat itu dialami serta mampu mengekspresikannya dalam spektrum yang luas.  
Mereka memberikan reaksi-reaksi yang realistis dan tetap di bawah kontrol sesuai dengan situasi yang dihadapinya.

- e. Relasi interpersonal baik  
Individu mampu bertingkah laku secara berbeda terhadap orang yang berbeda karena kedekatan relasi interpersonal antar individu berbeda pula. Individu mampu menikmati disukai dan direspek oleh orang lain, tetapi juga mampu

memberi respek dan menyukai orang lain juga.

Berdasarkan uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa ciri-ciri adanya penyesuaian sosial yaitu seseorang sanggup berinteraksi dan akrab dengan orang lain, memiliki rasa simpati, dan mampu saling menghargai. Memiliki persepsi yang akurat terhadap realita untuk mengenali konsekuensi tingkah laku dan mampu bertindak sesuai konsekuensi tersebut. Kemampuan beradaptasi dengan tekanan atau stres dan kecemasan yang melatih diri untuk memiliki kontrol diri yang baik. Mempunyai gambaran diri yang positif tentang dirinya, tahu kelebihan dan kekurangan dan mampu menerima sehingga mampu mengembangkan potensi yang dimilikinya. Kemampuan untuk mengekspresikan perasaan saat itu dialami dan memberi reaksi realistis yang masih terkontrol dengan situasi yang ada. Relasi interpersonal baik untuk bertingkah laku yang mampu disukai dan direspek orang lain dan memberikan respek serta menyukai orang lain.

### **C. Percaya Diri (*Self Confident*)**

#### **1. Pengertian Kepercayaan Diri**

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

secara individual maupun kelompok.

Kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.

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

Hakim berpendapat, rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.

Kepercayaan diri menurut Zakiah Darajat adalah percaya kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Orang yang percaya pada diri sendiri dapat mengatais segala faktor-faktor dan situasi, bahkan mungkin frustrasi, bahkan mungkin frustrasi ringan tidak akan terasa sama sekali. Tapi sebaliknya orang yang kurang percaya diri akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.

Menurut Psikolog W.H. Miskell di tahun 1939 telah mendefinisikan arti percaya diri dalam bukunya yang bertuliskan "Percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat.

Anthony berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berfikir positif, memiliki kemandirian, mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan (Anthony, 1992).

Maslow menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu, kurangnya percaya diri akan menghambat pengembangan potensi diri. Jadi orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat di manfaatkan secara tepat.

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

## 2. Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, tetapi terdapat proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri, yang mana prosesnya tidak secara instan melainkan melalui proses panjang yang berlangsung sejak dini. Terbentuknya rasa percaya diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

- 1) Faktor internal.
  - a. Konsep diri. Menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulan dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri (Anthony, 1992).
  - b. Harga diri. Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.
  - c. Kondisi fisik. Perubahan kondisi fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Keadaan fisik seperti kegemukan, cacat anggota tubuh atau rusaknya salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain. Akan menimbulkan perasaan tidak berharga terhadap keadaan fisiknya, karena seseorang akan merasakan kekurangan yang ada pada dirinya jika dibandingkan dengan orang lain. Jadi dari hal tersebut seseorang tidak dapat berinteraksi secara positif dan timbullah rasa minder yang berkembang menjadi tidak percaya diri.

d. Pengalaman hidup. Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri, sebaliknya pengalaman dapat pula menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat (Anthony, 1992).

2) Faktor eksternal

a. Pendidikan. Anthony mengungkapkan bahwa 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 (Anthony, 1992).

b. Pekerjaan. Rogers mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga di dapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

c. Lingkungan dan Pengalaman hidup. Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga, sekolah, teman sebaya 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. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri

berkembang. Dalam teorinya Adler menekankan pada aspek sosial dari perkembangan kelahiran dan karenanya mengajukan kemungkinan urutan kelahiran dan signifikannya dalam hubungan interpersonal dari kehidupan keluarga. Dalam pendapat Adler bahwa dalam posisi urutan tersebut, apakah yang pertama atau urutan yang terakhir mempunyai sifat yang berbeda.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang terjadi bukan hanya karena satu faktor, melainkan terdapat banyak faktor yang saling berkesinambungan yang berlangsung tidak dalam waktu singkat melainkan terbentuk sejak awal masa perkembangan manusia.

### **3. Proses Pembentukan Kepercayaan Diri**

Menurut Hakim percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang terdapat proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Secara garis besar terbentuknya rasa percaya diri yang kuat pada seseorang terjadi melalui empat proses antara lain (Hakim, 2002) :

- 1) Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
- 2) Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya yang melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.
- 3) Pemahaman dan reaksi-reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.

- 4) Pengalaman dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Berdasarkan paparan di atas proses pembentukan kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkembang sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan, pemahaman kelebihan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri yang kuat pula untuk menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

#### **4. Aspek Aspek Kepercayaan Diri**

Lauster mengemukakan beberapa aspek percaya diri yaitu (Lauster, 2008) :

- a. Percaya pada kemampuan sendiri.

Yakin atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena tersebut. Kemampuan merupakan potensi yang dimiliki individu atau sering disebut bakat, prestasi, kreativitas, kepandaian, dan lain-lain yang mampu untuk dibanggakan. Keyakinan pada kemampuan diri sendiri ini merupakan salah satu sifat orang yang percaya diri.

- b. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan.

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

- c. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri.

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

d. Berani mengungkapkan pendapat.

Adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu yang ada dalam diri untuk diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang mampu menghambat pengungkapan tersebut.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa percaya diri memiliki empat aspek yaitu : percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, dan berani mengungkapkan pendapat.

## 5. Ciri-ciri Kepercayaan Diri

Menurut Mardatillah seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri yakni (Mardatillah, 2010) :

- 1) Mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya;
- 2) Membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai;
- 3) Tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri;
- 4) Mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidak mampuan

yang menghingapinya;

- 5) Mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya;
- 6) Tenang dalam menjalankan dan menghadapi segala sesuatunya;
- 7) Berpikir positif; dan
- 8) Maju terus tanpa harus menoleh kebelakang.

Orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi memandang dunia sebagai hal yang dapat dikendalikan, dan memandang dirinya sebagai orang yang mampu mengendalikannya. Lawan dari rasa percaya diri adalah ketidakpercayaan diri. Rasa tidak percaya diri akan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari. Tidak percaya diri merupakan salah satu dari bentuk ketakutan yang sangat dihindari banyak orang.

Menurut Madya, tingkatan kepercayaan diri dapat dibedakan menjadi empat, yakni (Madya, 2001):

- 1) Sangat percaya diri, yaitu memiliki kepercayaan diri yang berlebihan dengan keyakinan bahwa ia mampu mengatasi dan mengalahkan situasi sesulit apapun. Bahkan merasa mampu menghadapi resiko yang bahkan orang lain tidak mampu melakukannya;
- 2) Cukup percaya diri, yaitu suatu keyakinan pada diri bahwa dengan kemampuan jasmaniah dan akal budi yang dimilikinya, ia merasa mampu menghadapi situasi, mampu meraih apa saja yang diinginkan, direncanakan dan diusahakannya;
- 3) Kurang percaya diri, yaitu suatu keraguan yang ada pada diri ketika menghadapi situasi tertentu, yang bahkan kalau boleh memilih, akan

cenderung menghindari suatu yang penuh resiko dan tantangan; dan

- 4) Rendah diri, yaitu suatu keyakinan pada diri yang menganggap diri sendiri tidak memiliki kemampuan yang berarti, atau kurang berharga yang ditimbulkan karena ketidakmampuan psikologis, atas keadaan jasmani yang kurang sempurna.

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa orang yang percaya diri memiliki beberapa ciri-ciri yaitu yakin kepada kemampuan diri sendiri, berani menghadapi tantangan, berpikir positif, bertanggung jawab, dan objektif. Sedangkan orang yang memiliki kepercayaan diri yang rendah memiliki ciri-ciri yang berlawanan dengan orang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Selanjutnya dari penjelasan beberapa ciri-ciri kepercayaan diri, dapat dijadikan sebagai tolak ukur penelitian dalam menilai siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi atau rendah. Ciri-ciri tersebut dapat dengan mudah diamati dalam kehidupan sehari-hari sehingga hasilnya akan lebih efektif jika digunakan sebagai dasar penelitian.

#### **D. Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial**

Manusia merupakan makhluk sosial yang selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk menjalankan roda kehidupannya. Sejak dilahirkan, manusia membutuhkan pergaulan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan hidupnya. Terutama pada masa remaja yang merupakan masa peralihan yaitu antara masa anak-anak ke masa dewasa. Pada saat inilah individu itu mengalami pertumbuhan yang cepat, baik dari segi fisik maupun psikologisnya.

Pada umumnya remaja diharapkan mampu untuk bersikap, berpikir, dan

bertingkah laku yang sesuai dengan tuntutan lingkungannya. Sehingga remaja memikul tugas dan tanggungjawab yang disebut sebagai tugas-tugas perkembangan, antara lain mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik dengan pria maupun wanita.

Remaja sebagai makhluk sosial yang hidup berkelompok diharapkan dapat berinteraksi dengan yang lain agar dapat dikatakan sebagai individu yang dapat menyesuaikan diri dengan baik sesuai dengan tahap perkembangan dan usianya. Dimana dengan tahap perkembangan yang baik remaja akan cenderung menjadi individu yang mudah bergaul dengan memiliki rasa percaya diri dan sikap terbuka dalam kehidupan sosialnya.

Menurut Tina Afiatin dan Sri Mulyani kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Individu yang memiliki rasa percaya diri dalam lingkungan sosial selalu bersifat terbuka, terus-terang, berani mengambil tantangan dan berani menjelaskan ide-ide ataupun pilihan-pilihannya. Rasa percaya diri dapat berkembang baik sesuai porsinya jika remaja dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, dimana salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit adalah yang berhubungan dengan penyesuaian sosial (Tina Afiatin dan Sri Mulyani, 1998).

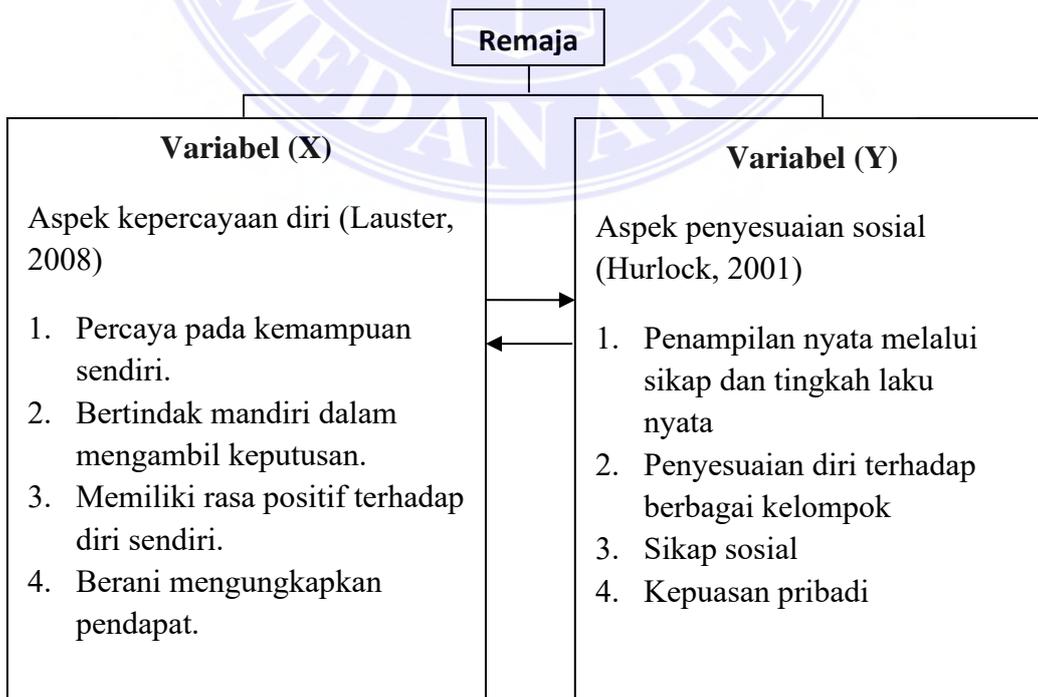
Dari semua perubahan yang terjadi dalam sikap dan perilaku sosial akan memberikan kesempatan pada remaja untuk melibatkan diri dalam berbagai kegiatan sosial, sehingga penyesuaian diri dalam situasi sosial bertambah baik. Dengan demikian remaja memiliki kepercayaan diri yang dapat diungkapkan

melalui sikap yang tenang dan simbang dalam situasi sosial.

Tetapi apabila dalam lingkungan sosialnya remaja mengalami perasaan rendah diri dan terasing maka akan berpeluang untuk mengalami gangguan kepribadian dibandingkan remaja yang diterima secara sosial. Dengan adanya konsep diri yang tidak menyenangkan ini akan menimbulkan penyesuaian diri yang buruk dan hubungan sosial yang tidak memuaskan, disamping itu akan merusak rasa percaya diri dan harga diri si anak.

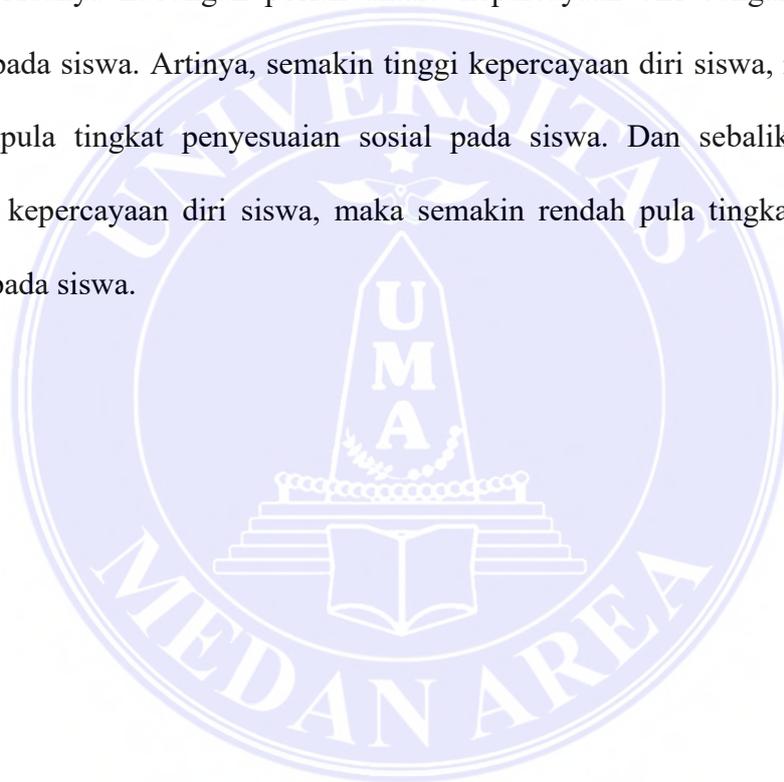
**E. Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual merupakan hubungan logis dari landasan teori dan kajian empiris. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tingkat eksplansi asosiatif. Pendekatan kuantitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu yang bertujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan (Sugiyono, 2016). Kerangka konseptual dalam penelitian ini disajikan pada sebagai berikut :



Hipotesis dapat diartikan sebagai jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis akan diuji di dalam penelitian dengan pengertian bahwa uji statistic selanjutnya yang akan membenarkan atau menolaknya. Adapun yang menjadi hipotesis dalam penelitian ini adalah :

Adanya hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa. Artinya, semakin tinggi kepercayaan diri siswa, maka semakin tinggi pula tingkat penyesuaian sosial pada siswa. Dan sebaliknya, semakin rendah kepercayaan diri siswa, maka semakin rendah pula tingkat penyesuaian sosial pada siswa.



## BAB III

### METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Tipe Penelitian

Berdasarkan masalah yang diteliti pendekatan yang digunakan untuk penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dan termasuk dalam tipe penelitian korelasi. Yakni penelitian yang dilakukan untuk melihat hubungan antara suatu variabel dengan variabel lain.

Dengan hal ini peneliti melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan” dengan mencari apakah ada hubungan positif antara percaya diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X di SMA Advent 1 Medan.

#### B. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2017).

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang digunakan, yaitu :

1. Variabel bebas (*Independent*) merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (Sugiyono, 2017), variabel bebas dalam penelitian ini adalah percaya diri.
2. Variabel terikat (*Dependent*) merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi akibat adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017), variabel terikat dalam penelitian ini adalah penyesuaian sosial.

### C. Defenisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional bertujuan untuk melihat sejauh mana variasi dari suatu faktor berkaitan dengan variasi dan faktor lainnya. Dari proposal ini dapat diambil definisi operasional sebagai berikut :

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

- e. Percaya pada kemampuan sendiri.
- f. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan.
- g. Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri.
- h. Berani mengungkapkan pendapat.
- i. Berani mengungkapkan pendapat.

Penyesuaian Sosial adalah suatu tingkah laku yang mendorong individu untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan kelompok sesuai dengan kesadaran dalam diri dan tuntutan lingkungan. Wujud penyesuaian sosial berupa kemampuan individu berhubungan dengan orang lain. Dengan aspek-aspek menurut Hurlock yaitu :

- e. Penampilan Nyata
- f. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok
- g. Sikap sosial

h. Kepuasan pribadi

#### **D. Populasi dan Sampel Penelitian**

##### **1) Populasi Penelitian**

Menurut Sugiyono populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X di SMA Advent 1 Medan yang terdiri dari 1 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 41 siswa. Alasan peneliti memilih kelas X SMA dikarenakan siswa yang baru memasuki masa SMA pasti masih dalam tahap penyesuaian sosial dengan lingkungan sekolah serta perkenalan dengan teman-teman sekelas. Sehingga peneliti memilih kelas X SMA sebagai populasi dalam penelitian ini.

##### **2) Sampel Penelitian**

Teknik sampling adalah cara untuk menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat dan penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif (Margono; dalam Untari, 2018). Teknik sampling dari penelitian ini menggunakan Total Sampling. Total sampling adalah teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono, 2017).

### **E. Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data adalah hal yang penting untuk dilakukan oleh peneliti supaya memperoleh data yang akurat. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini oleh peneliti adalah dengan menggunakan wawancara. Wawancara dilakukan sebelum melakukan penelitian pada tanggal 11 Januari 2021.

### **F. Instrumen Penelitian**

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam artian lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Sesuai dengan data yang ingin dikumpulkan dan variabel yang akan diteliti, instrumen penelitian untuk mengukur nilai variabel peneliti menggunakan angket atau kuesioner yang dikembangkan dengan menggunakan skala Likert. Dimana angket merupakan serangkaian pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden tentang dirinya atau hal-hal yang diketahui atau keyakinan pribadi dari responden (Arikunto, 2002).

Dengan menggunakan skala Likert, maka variabel yang akan diukur dijabarkan menjadi indikator variabel. Kemudian indikator tersebut dijadikan sebagai titik tolak untuk menyusun item-item instrumen yang berupa pertanyaan maupun pernyataan. Pernyataan tersebut terdapat pernyataan favourable dan unfavourable. Pernyataan favourable yaitu pernyataan yang menunjukkan sikap setuju, perasaan puas, tingkatan tinggi dan sebagainya dari sikap objek yang

diukur. Dan pernyataan unfavourable yaitu pernyataan yang menunjukkan sikap tidak setuju, tingkatan rendah, dan sebagainya dari sikap objek yang diukur.

Untuk menskor skala Likert jawaban diberi bobot atau disamakan dengan nilai kuantitatif yaitu 4, 3, 2, 1 untuk empat pilihan pernyataan positif dan 1, 2, 3, 4 untuk pernyataan yang bersifat negatif. Angket dalam penelitian ini memiliki empat jawaban alternatif, yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Berdasarkan kepada pengalaman di masyarakat Indonesia ada kecenderungan seseorang atau responden memberikan pilihan jawaban pada kategori tengah atau netral karena alasan kemanusiaan. Tetapi jika seandainya semua responden memilih kategori netral, maka peneliti tidak akan memperoleh informasi yang pasti (Sukardi, 2009).

Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauser. Adapun rancangan blueprint sebagai berikut :

**Tabel 1. Blue Print Skala Kepercayaan Diri**

No	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Percaya pada kemampuan diri	Selalu bersikap optimis	1,2,3,5	4
		Yakin dalam mengerjakan sesuatu	6	7,8
		Tidak bergantung dengan orang lain	9,10	11,12
2	Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan	Selalu mengambil keputusan sendiri	13,14	15
		Yakin terhadap keputusan yang telah diambil	16,17	18,19
3	Memiliki rasa positif terhadap diri sendiri	Ada penilaian baik dari diri sendiri	21,23	20,22,24
		Mempunyai cita-cita	25,26,27	28
		Tindakan yang diambil menimbulkan rasa positif	29,30	31
4	Berani mengungkapkan pendapat	Mampu mengutarakan pendapat	32,33	34
Jumlah			20	14
Total			34	

Skala penyesuaian sosial disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian sosial menurut Hurlock. Adapun rancangan blueprint sebagai berikut :

**Tabel 2. Blue Print Skala Penyesuaian Sosial**

No	Aspek	Indikator	Nomor Item	
			<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>
1	Penampilan nyata	Ketrampilan menjalin hubungan dengan orang lain	1,2,3	4
		Keterbukaan dengan orang lain	6,7	5
2	Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok	Dapat menyesuaikan dengan baik terhadap berbagai kelompok	8,9	10,11
		Mampu bekerjasama dengan orang lain	12,13	14,15
		Memiliki rasa tanggung jawab	18,19	16,17
		Memiliki sikap peduli	20,21	22,23
3	Sikap sosial	Mampu bersikap baik dengan orang lain	24,25,26	27,28
		Mengikuti kegiatan Sosial	29,30	31,32
		Memiliki rasa empati	33,34	35,36
4	Kepuasan pribadi	Individu merasa puas dengan kontak sosial	37,38	39
		Percaya diri	40	41,42
Jumlah			23	19
Total			42	

## G. Validitas dan Reliabilitas

Baik atau tidaknya suatu alat pengumpul data dalam mengungkap kondisi yang ingin diukur, tergantung pada validitas dan reliabilitas alat ukur yang akan digunakan, diuraikan sebagai berikut:

### 1) Validitas

Validitas merupakan derajat ketepatan antara data yang terjadi pada subyek penelitian dengan data yang dapat dilaporkan oleh peneliti. Dengan demikian data yang valid adalah data yang tidak berbeda antara yang dilaporkan oleh peneliti dengan data yang sesungguhnya terjadi pada subyek penelitian (Sugiyono, 2017).

Validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas isi. Validitas isi adalah suatu alat pengukur yang ditentukan sejauh mana alat pengukur tersebut mewakili semua aspek yang dianggap sebagai aspek kerangka konsep (Sanusi, 2011).

### 2) Reliabilitas

Reliabilitas alat ukur menunjukkan konsistensi hasil pengukuran apabila alat ukur digunakan pada orang yang sama dalam waktu yang berbeda atau digunakan pada orang lain dalam waktu yang bersamaan maupun waktu yang berlainan (Sanusi, 2011). Ada beberapa jenis uji reliabilitas yang digunakan dalam penelitian, namun yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah uji reliabilitas *Cronbach Alpha*. Sebelum melakukan analisis data dengan teknik analisis *Pearson Product Moment*, maka akan dilakukan uji asumsi terlebih dahulu, yaitu:

a. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak. Dengan uji normalitas juga akan diketahui apakah sampel yang berasal dari populasi berdistribusi normal atau tidak. Jika pengujian data sampel normal, maka hasil perhitungan statistik dapat digeneralisasikan pada populasi.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas hubungan digunakan untuk mengetahui linier atau tidaknya hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung serta untuk mengetahui signifikansi penyimpangan linearitas hubungan tersebut. Apabila penyimpangan tersebut signifikan maka hubungan antara variabel bebas dengan variabel tergantung dinyatakan linier

**H. Analisis Data**

Analisis data merupakan kegiatan setelah data dari seluruh responden atau sumber data lain terkumpul. Kegiatan dalam analisis data adalah mengelompokkan data berdasarkan variabel dan jenis responden, mentabulasi data berdasarkan variabel dari seluruh responden, menyajikan data tiap variabel yang diteliti, melakukan perhitungan untuk menjawab rumusan masalah, dan melakukan perhitungan untuk mengkaji hipotesis yang telah diajukan (Sugiyono, 2017).

Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk uji normalitas menggunakan analisis *Kolmogorov-Smirnov*, untuk uji linieritas dengan melihat nilai dari *Deviation From Linierity*, dan untuk uji hopotesis atau uji korelasi hubungan menggunakan analisis *Korelasi Pearson*.

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan tentang “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X di SMA Advent 1 Medan”, dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial siswa kelas X SMA Advent 1 Medan. Berdasarkan hasil-hasil yang telah diperoleh dan melalui pembahasan yang telah dibuat, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Secara umum kepercayaan diri siswa memiliki rerata skor empirik (74,87) lebih tinggi dibandingkan dengan rerata skor hipotetik (62,5). Hal ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri pada subjek lebih tinggi atau positif dari populasi secara umum. Kemudian diketahui bahwa kepercayaan diri pada siswa dinyatakan tergolong tinggi. Hal ini didasari oleh nilai mean hipotetik sebesar  $62,5 <$  dari pada mean empirik yaitu sebesar 74,87.
2. Secara umum penyesuaian sosial siswa memiliki rerata skor empirik (122,09) lebih tinggi dibandingkan dengan rerata skor hipotetik (97,5). Hal ini menunjukkan bahwa penyesuaian sosial pada subjek lebih tinggi atau positif dari populasi secara umum. Kemudian diketahui bahwa penyesuaian sosial pada siswa dinyatakan tergolong tinggi atau positif

dan didasari oleh nilai mean hipotetik sebesar  $97,5 <$  dari pada mean empirik yaitu 122,09.

3. Berdasarkan uji analisis yang telah dilakukan, maka didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa siswa SMA Advent 1 Medan. Hasil ini dibuktikan dengan koefisien korelasi  $r_{xy} = 0,677$  dengan signifikan  $p = 0.000 < 0,050$ . Artinya terdapat hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial. Jadi antara kedua variabel ada hubungan sebab akibat. Dari hasil yang diperoleh ini, maka dapat dinyatakan bahwa hipotesa yang diajukan diterima. Berdasarkan hasil angka koefisien korelasi  $r_{xy} = 6,77$  maka tingkatan hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial tergolong sedang.

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan maka peneliti dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut :

### **1. Bagi Siswa**

Siswa diharapkan untuk tetap merasa percaya diri agar tidak menghambat dalam proses penyesuaian sosial.

### **2. Bagi Guru BK**

Guru BK diharapkan mampu mendukung siswa untuk tetap merasa percaya diri kemudian memberikan layanan bimbingan pribadi sosial pada siswa agar siswa mampu menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial dengan baik.

### **3. Saran Kepada Peneliti Selanjutnya**

Berdasarkan proses dan hasil pada penelitian ini, saran bagi peneliti

selanjutnya yang berminat meneliti tentang Penyesuaian Sosial untuk lebih memperhatikan ciri-ciri yang belum maksimal diungkapkan pada penelitian ini, agar Penyesuaian Sosial dapat terungkap maksimal pada penelitian berikutnya. Juga memperhatikan proses penelitian dengan tidak memberikan waktu yang panjang untuk pengisian skala, dan untuk lebih memperhatikan jangka waktu penelitian.



## DAFTAR PUSTAKA

- Afiatin, Tina Martaniah, Sri Mulyani. (1998). Peningkatan Kepercayaan Diri. *Jurnal Psikologikal*, Nomor 6.
- Agustiani, H. (2006). *Psikologi perkembangan (pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri remaja*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Ali, M. (2009). *Psikologi Remaja*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Andani, F. N. D. (2015). *Penyesuaian sosial anak remaja di panti asuhan sinar melati (studi kasus pada remaja putri di panti asuhan sinar melati yogyakarta)*. FIP UNY: Skripsi.
- Anthony, R. (1992). *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri. (terjemahan Rita Wiryadi)*. Jakarta: Binarupa Aksar.
- Arikunto, S. (2002). *Metodologi Penelitian Suatu Pendekatan Proposal*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Association, A. P. (2013). *Diagnostic and statistically manual of mental disorder: DSM-5*. Washington: American Psychiatric Association.
- B. K., Mega Aria Monica, & A. Busthomi Maghrobi. (2018). Meningkatkan Rasa Percaya Diri Peserta Didik SMP dengan Menggunakan Teknik Assertive Training. *Journal of psychology*.
- D. S. (2016). *Upaya Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa "F" Terhadap Perubahan Kondisi Keluarga Melalui Konseling Realitas Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Indralayu Utara*. Palembang: Universitas Sriwijaya.
- Darajat, Z. (1982). *Penyesuaian diri*. Jakarta: Bulan Bintang.
- E. F. (2010). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Cv. Pustaka Setia.
- Erikson, & Erick, H. (1968). *Identity, youth, and Crisis*. New York: International .
- Feist, J. &. (2010). *Teori kepribadian buku 1 (edisi 7)*. Jakarta: Salemba Humanika.

- Ghufron , Nur Rini, Risnawita;. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gunarsa, Y. S. (1981). *Psikologi remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Hakim. T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Purwa Suara.
- Hamidi Farideh, H. M. (2010). The Relationship Between Irrational Beliefs And Social, Emotional And Educational Adjustment Among Junior students. *Journal of psychology*.
- Hurlock, E. (2001). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Indonesia, Departemen Kesehatan Republik. (2012). *Profil Kesehatan Indonesia 2011. Edited by D. RI*. Jakarta: Depkes RI.
- Kartono, D. K. (2011). *Patologi Sosial 3*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kartono, K. (2007). *Bimbingan anak yang bermasalah*. Jakarta: Rajawali Press.
- Lauster, P. (2002). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Gaya Media Pratama.
- Lauster, P. (2008). *Tes kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Madya, W. G. (2001). *Kiat Jitu Melawan Rasa Takut*. Yogyakarta: Cemerlang Publishing.
- Mardatillah. (2010). *Pengembangan Diri*. Madani: STIE Balikpapan.
- P.J, C. (1995). *Mengapa Rendah Diri*. Yogyakarta: Kanisius.
- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2008). *Human development (psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana.
- Rahmati Bika, dkk. (2010). The Effectiveness Of Life Skill Traini On Social Adjustmentin Children. *Journal of psychologi*.
- Rawdhah. (2012). *Penyesuaian Diri Anak Perempuan Dalam Menghadapi Perubahan Zaman*. Semarang: Jurnal Psikologi.
- S. M. (2015). *Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa Smp it Assyfa BoardingSchool Subang Jawa barat*. Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo.
- Santrock, J.W. (2003). *Adolescence : Perkembangan remaja*. Jakarta: Erlangga.

- Sanusi, A. (2011). *etodologi Penelitian Bisnis*. Jakarta: Salemba Empat.
- Siska, S. &. (2003). Kepercayaan diri dan kecemasan komunikasi internasional pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi*, No. 2, 67-71.
- Siswanto. (2007). *Kesehatan mental; konsep, cakupan dan perkembangannya*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Sugiharto dan Sugiman. (2018). *Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturasi Kognitif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa*. Semarang: Jurnal Psikologi.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta, CV.
- Sukardi. (2009). *Metodologi Penelitian Pendidikan(Kompetensi dan Praktiknya)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sundari, S. (2005). *Kesehatan mental dalam kehidupan*. Jakarta: Rinneka Cipta.
- Sundeen, S. d. (1995). *Buku Keperawatan (alih bahasa). 3rd edn. Edited by A.Y.H.S*. Jakarta: EGC.
- Untari, Dhian Tyas. (2018). *Metodologi Penelitian: Penelitian Kontemporer Bidang Ekonomi Dan Bisnis*. Jawa Tengah: Cv.Pena Persada Redaksi.
- Widjaya, A. (2017). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Kelas X Di SMA Negeri 3 Bantul*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yusuf, A., Fitryasari, R., & Nihayati, E. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika.
- Yusuf, S. (2007). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

## LAMPIRAN

### Lampiran 1. Skala Kepercayaan Diri

No	Pernyataan	Skala			
		SS	S	TS	STS
1	Saya yakin mendapat peringkat baik di kelas				
2	Saya mampu merencanakan masa depan saya				
3	Saya mampu melakukan sesuatu yang saya inginkan				
4	Saya ragu dengan kemampuan yang saya miliki				
5	Saya tidak mudah putus asa ketika saya gagal dalam suatu hal				
6	Ketika ada tugas, saya yakin dapat menyelesaikannya dengan baik				
7	Jika tugas itu saya rasa sulit, saya tidak mengerjakan tugas tersebut				
8	Saya ragu dengan hasil kerja dari tugas saya				
9	Saya membutuhkan orang lain untuk meyakinkan saya				
10	Saya selalu mengerjakan tugas sendiri				
11	Saya mengandalkan teman saat ulangan				
12	Saya sering menyalin PR milik teman				
13	Saya mampu mengambil keputusan tanpa campur tangan orang lain				
14	Saya mengambil keputusan setelah memikirkan akibat dari keputusan tersebut				
15	Saya mengambil keputusan tanpa memikirkan akibat dari keputusan yang saya ambil				
16	Saya memilih jurusan yang saya ambil sekarang sesuai dengan keinginan saya				
17	Saya yakin jurusan yang saya pilih sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
18	Saya merasa menyesal dengan jurusan yang saya pilih				
19	Saya sering menyesal ketika keputusan yang saya ambil tidak sesuai dengan ekspektasi				
20	Saya sering merasa minder				
21	Saya pribadi yang aktif dimanapun				

22	Saya kurang diterima oleh teman-teman saya				
23	Saya menyadari kelemahan yang ada pada diri saya				
24	Saya merasa banyak orang memiliki pandangan yang tidak baik tentang saya				
25	Saya memiliki cita-cita sesuai dengan kemampuan yang saya miliki				
26	Saya yakin bahwa saya mampu meraih cita-cita saya				
27	Kegiatan yang saya ikuti saat ini merupakan pendukung dari tercapainya cita-cita saya				
28	Saya merasa cita-cita saya tidak akan tercapai				
29	Saya mengikuti ekstrakurikuler untuk mengembangkan bakat yang saya miliki				
30	Saya selalu melakukan sesuatu yang berguna				
31	Seringkali tindakan yang saya lakukan dianggap tidak berguna untuk orang lain				
32	Saya suka berpendapat terutama ketika di dalam sebuah forum				
33	Saya lebih suka mengutarakan ide lewat sebuah tulisan				
34	Saya sering takut ketika disuruh berpendapat didepan				

## Lampiran 2. Skala Penyesuaian Sosial

No	Pernyataan	Skala			
		SS	S	TS	STS
1	Saya tidak memilih-milih teman dalam bergaul				
2	Saya memiliki banyak teman baik di sekolah maupun di luar sekolah				
3	Saya merupakan seseorang yang memiliki pribadi yang supel				
4	Saya terlalu memilih-milih teman dalam bergaul				
5	Saya orang yang susah bergaul terutama dengan orang yang baru saya kenal				
6	Saya selalu menerima siapapun menjadi teman saya				

7	Saya sering berbagi cerita suka dan duka dengan teman-teman saya				
8	Saya mudah berteman dengan teman-teman baru saya di kelas				
9	Saya senang dapat berteman dengan kakak kelas				
10	Saya sulit bergaul dengan teman sekelas				
11	Saya enggan mengenal kakak kelas				
12	Saya berperan aktif ketika mengerjakan tugas kelompok				
13	Saya senang mengikuti diskusi kelompok				
14	Saya lebih mementingkan kepentingan pribadi daripada kepentingan kelompok				
15	Walaupun mendapat tugas kelompok, saya lebih suka mengerjakan tugas itu sendiri daripada harus mengerjakan dengan teman-teman sekelompok yang lain				
16	Saya malas ketika harus melakukan piket harian				
17	Saya sering tidak mengerjakan tugas yang diberikan kepada saya				
18	Saya melakukan tugas yang telah dibagi oleh kelompok				
19	Saya dapat menjadi seorang pemimpin yang baik				
20	Ketika ada teman butuh pertolongan, saya akan membantu				
21	Ketika ada teman yang sakit, saya akan menjenguknya				
22	Saya menertawakan teman saya ketika teman saya terkena musibah				
23	Saya tidak peduli dengan kesulitan yang sedang teman saya alami				
24	Saya selalu ramah dengan siapapun				
25	Saya selalu berhati-hati dalam bersikap dan berbicara kepada orang lain				
26	Saya mampu membuat suasana menjadi menyenangkan				
27	Saya tipe orang yang sulit mencairkan suasana				
28	Saya merupakan pribadi pendedam				

29	Saya mengikuti kegiatan kemasyarakatan di tempat tinggal saya				
30	Saya sering membantu orang-orang yang membutuhkan (rumah yatim piatu)				
31	Saya tidak pernah hadir dalam kegiatan kemasyarakatan				
32	Saya malas mengikuti kegiatan yang berbaur sosial				
33	Ketika saya melakukan kebaikan, saya melakukannya tanpa pamrih				
34	Jika ada teman yang sakit, saya menyempatkan waktu untuk menjenguknya				
35	Saya tidak peduli dengan kesedihan yang teman saya rasakan				
36	Saya bisa berbahagia di atas penderitaan orang lain				
37	Saya senang dengan teman-teman saya				
38	Saya bangga bersekolah di sekolah ini				
39	Saya tidak suka bersekolah di sekolah ini				
40	Saya percaya atas kemampuan diri saya				
41	Saya selalu merepotkan orang lain				
42	Saya tidak memiliki gambaran positif tentang diri saya				

**Lampiran 3. Data Uji Coba Skala Kepercayaan Diri**

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	3	3	3	3	3	3	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	3	4
2.	3	3	4	3	4	3	2	3	3	2	3	2	2	4	4	4	3	3
3.	4	3	3	1	2	3	1	1	4	4	3	2	2	3	3	4	4	4
4.	3	4	3	4	3	4	4	4	1	4	4	3	4	3	3	4	4	4
5.	4	3	3	2	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3
6.	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	4	4	4
7.	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
8.	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	3	3
9.	4	3	3	3	4	4	4	4	2	3	4	4	3	3	4	4	4	4
10.	3	3	4	1	3	3	2	2	4	3	3	2	3	3	3	4	3	4
11.	3	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2
12.	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3
13.	4	4	4	4	4	4	3	3	2	4	4	4	3	3	3	4	4	4
14.	3	4	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	3	3	2	3	3	3
15.	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4
16.	3	3	3	1	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3
17.	4	4	4	1	4	4	1	1	4	4	3	3	2	2	3	2	2	3
18.	2	2	2	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	3	3	2
19.	4	4	3	4	4	4	4	3	1	4	3	2	4	2	1	4	4	4
20.	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4
21.	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	3	3	4	4	3	3	3
22.	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3
23.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	2	4	4	4	4
24.	4	4	3	4	4	2	3	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3
25.	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3
26.	4	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	4	4	4	4	4	4	4
27.	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	2	3	3	2	3	3
28.	2	4	3	3	4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3
29.	3	3	4	2	2	3	2	4	4	2	3	2	2	3	3	4	3	3
30.	3	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4
31.	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	3
32.	3	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3
33.	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34.	2	3	3	2	3	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3
35.	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	3	2	3	3	3	3
36.	4	4	4	2	2	3	2	2	4	3	2	2	2	3	4	4	4	3
37.	4	3	3	2	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4
38.	3	3	3	2	4	3	4	3	3	2	3	3	3	4	4	4	4	4
39.	3	3	2	2	2	3	3	2	4	2	3	2	2	4	4	2	2	2
40.	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3
41.	3	3	4	3	3	2	3	1	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4

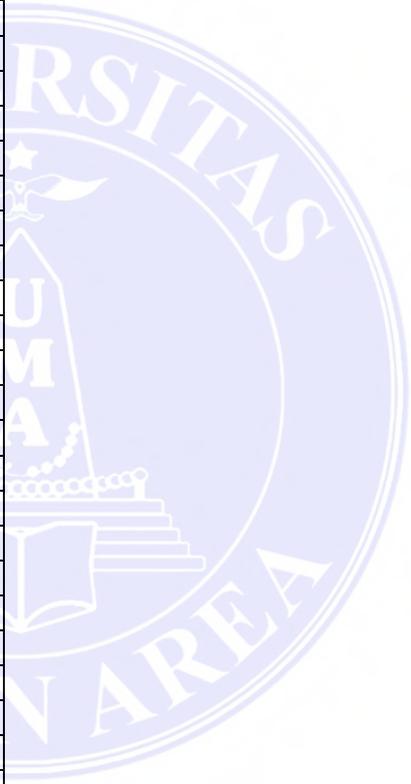
19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	Total
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	3	99
3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	2	3	2	106
4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	1	2	4	2	2	1	98
1	4	4	4	3	3	4	4	4	4	4	3	3	4	2	4	118
1	1	2	2	3	2	4	3	4	4	3	3	2	3	2	1	97
3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	2	2	3	2	3	102
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	94
3	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	2	99
4	2	2	4	3	4	4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	118
2	3	3	3	3	2	3	4	3	4	2	3	2	2	2	1	95
3	3	2	3	3	3	4	4	3	3	3	2	3	2	3	3	101
3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	94
3	3	4	3	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	2	3	117
2	2	3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	3	1	99
1	2	3	3	4	1	4	4	4	4	3	3	2	3	3	2	105
2	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	4	1	90
3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	2	2	3	2	2	3	91
3	2	2	3	3	2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	2	79
1	1	2	4	4	1	4	4	4	4	4	2	4	4	4	1	107
4	3	3	2	3	3	3	3	3	4	3	2	3	3	2	3	102
3	3	2	3	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	4	3	102
2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	3	2	2	2	3	1	93
1	1	4	4	4	2	1	4	4	4	4	3	3	3	2	2	113
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	99
3	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	109
3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	3	3	2	3	3	119
2	2	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	3	2	99
2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	96
3	3	2	4	3	1	3	4	4	3	2	2	2	3	2	3	96
3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	98
2	2	2	2	3	2	4	4	3	4	3	3	2	3	4	2	102
2	2	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	2	2	2	2	88
3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	100
2	1	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	92
3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	2	2	3	3	3	2	105
1	2	2	3	4	2	3	3	3	3	4	2	2	3	3	2	96
2	2	4	4	3	2	3	3	4	3	3	2	3	4	2	4	109
3	3	1	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	3	4	103
1	1	1	4	4	2	2	2	2	3	2	2	2	2	3	1	81
2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	93
2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4	1	3	112

**Lampiran 4. Data Uji Coba Skala Penyesuaian Sosial**

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
1.	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2.	3	4	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	1	4	3	3
3.	4	4	3	4	2	4	2	2	4	4	4	2	3	2	2	2	3	3
4.	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3
5.	3	2	2	3	1	3	3	2	3	2	1	3	3	3	2	3	4	4
6.	4	3	4	4	4	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	1	2	3
7.	2	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3
8.	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3
9.	4	4	3	1	1	3	2	1	2	2	3	3	3	1	1	1	3	2
10.	4	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
11.	3	4	2	4	2	3	3	3	3	2	3	1	3	3	3	3	2	3
12.	3	3	3	2	2	3	2	3	1	2	3	3	3	3	2	3	3	3
13.	4	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	4	4
14.	4	4	4	3	2	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3
15.	3	4	3	3	2	4	4	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3
16.	2	2	3	3	1	2	4	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3
17.	4	4	2	3	3	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	4	1	4
18.	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3
19.	4	4	1	4	1	4	4	1	4	4	4	4	4	4	1	4	4	4
20.	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3
21.	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3
22.	3	3	2	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	2	2	1	3
23.	4	4	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	1	2	4
24.	3	3	3	4	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	2	3	3
25.	4	3	2	3	2	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	3	4
26.	4	4	3	4	3	4	4	3	3	4	2	4	4	4	4	4	4	4
27.	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	2	4	3	2	2	3	2	3
28.	2	2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3
29.	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	2	2	3	4	3	2	2	4
30.	3	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	3
31.	3	3	3	3	2	3	3	2	4	2	3	4	3	3	2	3	3	3
32.	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3
33.	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3
34.	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3
35.	4	4	2	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3
36.	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	3	3	4	2	2
37.	3	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	1	2	3	4
38.	4	4	3	3	1	4	1	2	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4
39.	4	4	2	4	3	4	2	3	3	4	2	2	3	2	2	3	3	3
40.	3	3	2	3	2	3	2	2	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3
41.	4	4	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	4

19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36
2	4	3	3	4	2	3	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	4
3	3	3	2	3	3	4	3	3	1	4	3	4	3	4	3	3	3
3	4	4	4	4	4	4	2	1	2	2	2	3	3	4	3	4	4
4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	2	3	2	4	4	3	3	4
3	3	3	4	4	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3
2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	2	3	2	2	4	3	3	4
3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3
2	3	4	4	3	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	4	4	4
3	3	1	4	2	1	4	2	1	4	2	2	3	1	4	3	4	4
2	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	3	3	3	4
3	3	3	3	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3
3	4	4	4	4	4	4	2	2	4	3	3	3	4	3	4	4	4
3	4	4	4	1	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4
4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4
2	3	3	3	4	2	4	2	2	3	2	2	2	2	3	3	4	3
3	3	1	3	3	4	3	4	1	2	2	4	2	3	3	3	4	4
2	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	2	4	4	3	4	4	4	4	4	4
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4
3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	3	4	4
3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	2	2	3	3	3	4
4	4	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	4
4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	2	3	3	3	3	3	4
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3
3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	4
3	3	3	3	2	3	4	1	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
3	4	3	4	3	2	3	2	2	3	2	4	3	4	3	3	3	4
2	3	2	4	4	3	3	2	2	4	2	3	2	3	3	3	3	4
3	3	3	2	2	3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	3	3	4
4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	4
3	3	3	2	3	3	3	2	2	2	3	2	3	3	3	3	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2
2	3	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	3	3
3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	3	2	3
2	4	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	1	4	2	4	3	3
4	4	3	3	3	3	2	4	4	2	4	2	4	4	3	3	3	3
3	4	3	3	3	2	4	3	4	4	2	2	2	3	4	3	4	1
3	3	3	4	3	2	3	2	1	4	1	1	1	2	3	3	3	4
2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3
4	4	4	4	4	4	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4

37	38	39	40	41	42	Total
3	3	3	3	3	3	129
4	4	4	4	4	3	136
3	3	3	3	3	3	129
4	4	4	4	4	3	155
3	3	3	3	2	4	119
4	3	3	3	3	3	132
3	3	3	3	2	3	112
3	4	4	4	3	4	138
3	3	3	4	4	4	109
3	3	3	3	2	3	116
3	3	3	3	2	4	120
3	4	3	3	2	2	120
4	4	4	3	3	4	148
3	4	3	4	4	4	149
4	4	4	4	4	3	143
3	3	3	3	2	3	113
3	3	3	3	3	3	117
3	3	3	2	4	2	113
4	4	4	4	3	4	152
3	3	3	3	3	3	128
3	3	3	3	3	3	138
4	4	3	2	2	4	116
4	4	4	4	4	3	143
4	4	3	4	3	3	142
3	4	3	3	3	3	125
4	3	3	3	3	4	150
3	3	3	4	3	3	114
3	3	3	3	3	3	118
4	4	3	2	2	3	126
4	4	3	2	2	3	113
3	3	2	4	2	4	124
3	3	3	3	3	3	116
3	3	3	3	3	3	123
3	4	4	3	2	3	112
3	3	3	3	2	3	124
3	4	2	4	2	4	122
4	3	3	3	3	4	138
4	3	3	3	4	3	130
4	2	2	2	3	2	114
3	3	3	3	3	3	116
3	4	4	4	2	4	153



### Lampiran 5. Uji Validitas Skala Kepercayaan Diri

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
X1	97,1463	80,378	,371	,830
X2	97,1220	80,560	,420	,829
X3	97,1707	79,545	,427	,828
X4	97,6585	76,280	,480	,826
X5	97,2195	80,126	,337	,831
X6	97,2439	80,239	,392	,830
X7	97,4146	79,399	,325	,831
X8	97,6341	78,138	,432	,828
X9	97,3902	89,444	-,342	,855
X10	97,5854	81,449	,180	,836
X11	97,1951	77,761	,611	,824
X12	97,4878	78,206	,507	,826
X13	97,6098	77,144	,613	,823
X14	97,3902	84,444	-,018	,840
X15	97,2683	83,651	,039	,839
X16	97,0732	78,820	,499	,827
X17	97,0976	77,790	,659	,823
X18	97,0732	77,520	,624	,823
X19	97,9756	83,774	,004	,843
X20	98,0976	80,990	,212	,835
X21	97,7561	77,339	,494	,825
X22	97,3171	82,372	,185	,835
X23	97,2195	83,926	,058	,837
X24	97,9024	79,640	,301	,832
X25	97,1707	79,145	,405	,829
X26	97,1220	78,010	,595	,824
X27	97,0976	79,690	,508	,827
X28	97,0244	78,524	,556	,825
X29	97,4878	78,256	,384	,829
X30	97,7561	80,739	,337	,831
X31	97,6341	78,788	,456	,827

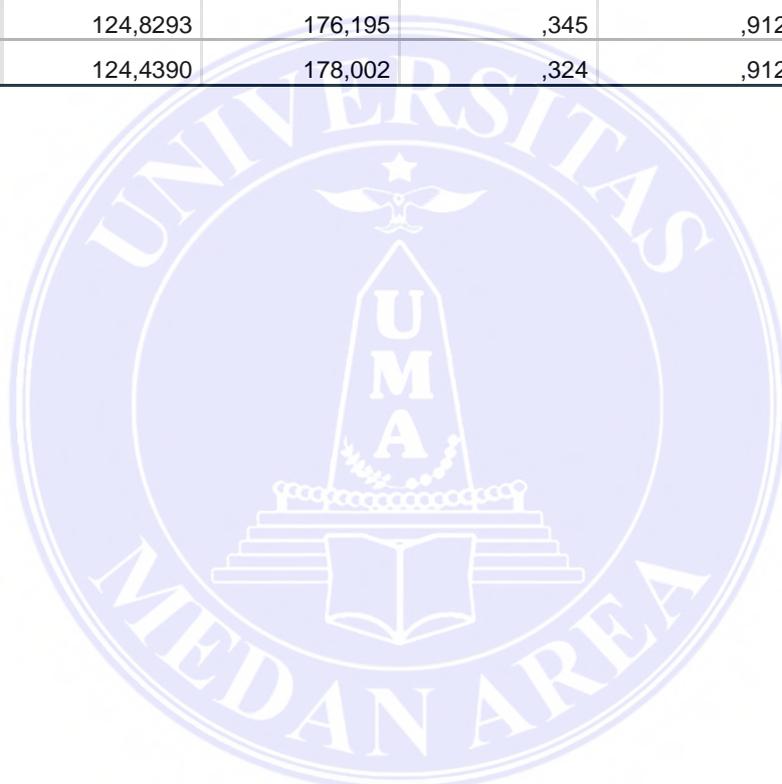
X32	97,7317	77,901	,479	,826
X33	97,7561	85,439	-,103	,844
X34	98,0488	77,598	,399	,829



### Lampiran 6. Uji Validitas Skala Penyesuaian Sosial

Item-Total Statistics				
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Y1	124,4390	174,152	,426	,911
Y2	124,3902	173,694	,514	,910
Y3	124,9512	175,898	,371	,912
Y4	124,6098	175,094	,261	,912
Y5	125,1707	176,345	,386	,914
Y6	124,6098	172,894	,555	,910
Y7	124,8049	172,311	,510	,910
Y8	124,9268	174,870	,410	,911
Y9	124,4634	174,605	,455	,911
Y10	124,6341	171,488	,616	,909
Y11	124,7073	173,112	,511	,910
Y12	124,7561	175,789	,350	,912
Y13	124,5366	175,105	,636	,910
Y14	124,7805	171,226	,636	,909
Y15	124,9268	175,270	,311	,913
Y16	124,8537	176,878	,301	,914
Y17	124,8049	176,111	,337	,912
Y18	124,4634	177,605	,392	,912
Y19	124,7561	174,039	,490	,910
Y20	124,2927	174,312	,676	,909
Y21	124,5610	171,402	,613	,909
Y22	124,3415	176,330	,407	,911
Y23	124,4878	176,206	,351	,912
Y24	124,7073	170,012	,618	,909
Y25	124,3415	178,930	,303	,913
Y26	124,8049	172,961	,527	,910
Y27	125,1707	177,345	,249	,914
Y28	124,6098	178,094	,211	,914
Y29	125,0732	173,970	,455	,911
Y30	125,0976	175,940	,393	,912
Y31	124,9268	172,270	,499	,910

Y32	124,5610	170,052	,654	,908
Y33	124,3902	175,394	,569	,910
Y34	124,5610	178,102	,479	,911
Y35	124,4146	179,799	,425	,913
Y36	124,1707	177,745	309	,913
Y37	124,3171	177,472	,436	,911
Y38	124,2927	176,862	,431	,911
Y39	124,5366	175,955	,510	,911
Y40	124,4878	174,956	,472	,911
Y41	124,8293	176,195	,345	,912
Y42	124,4390	178,002	,324	,912



## Lampiran 7. Uji Reliabilitas Skala Kepercayaan Diri

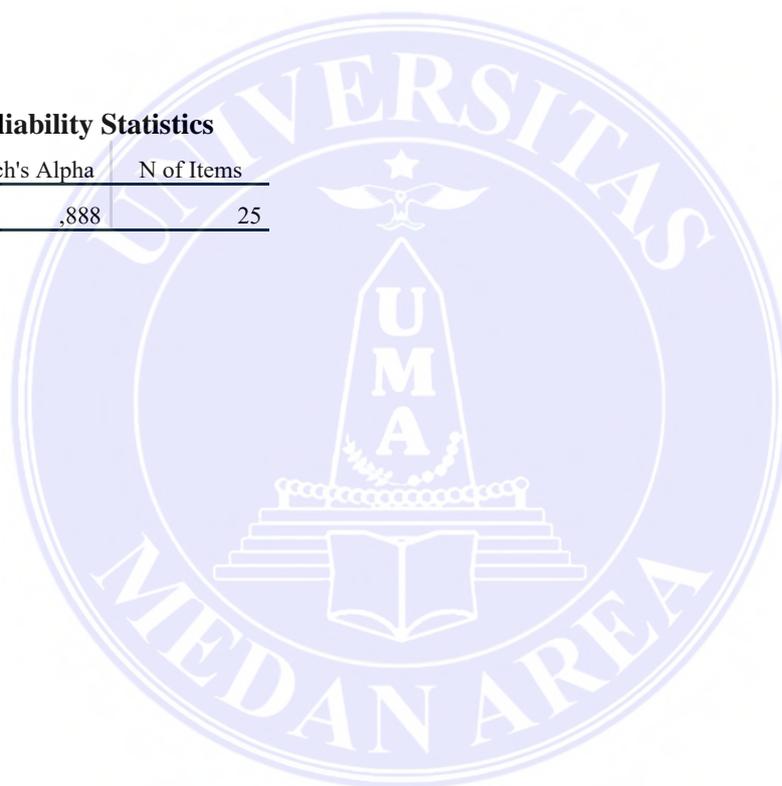
### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	41	100,0

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

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,888	25



## Lampiran 8. Uji Reliabilitas Skala Penyesuaian Sosial

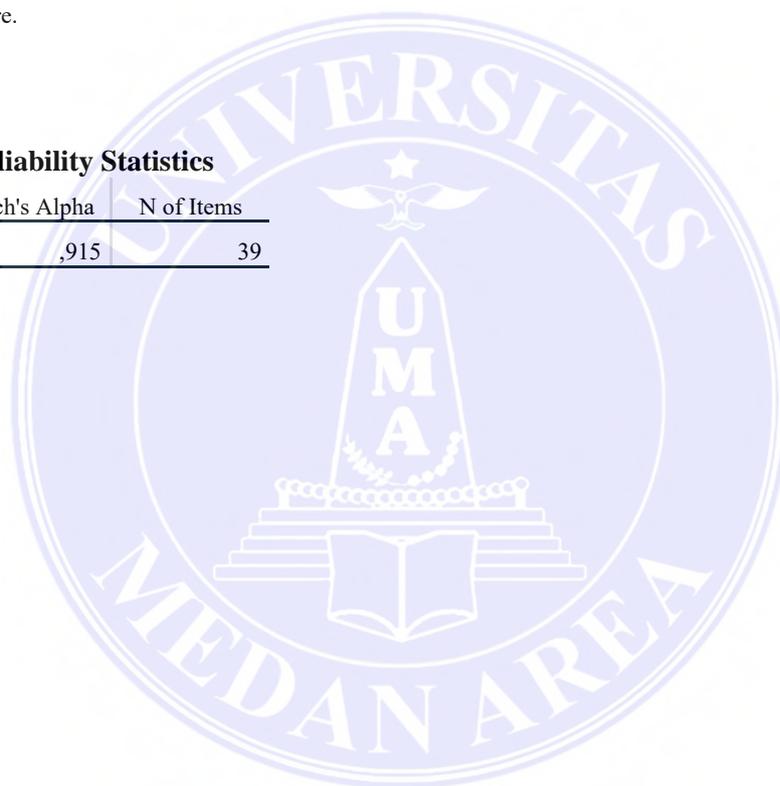
### Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	41	100,0
	Excluded <sup>a</sup>	0	,0
	Total	41	100,0

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

### Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,915	39

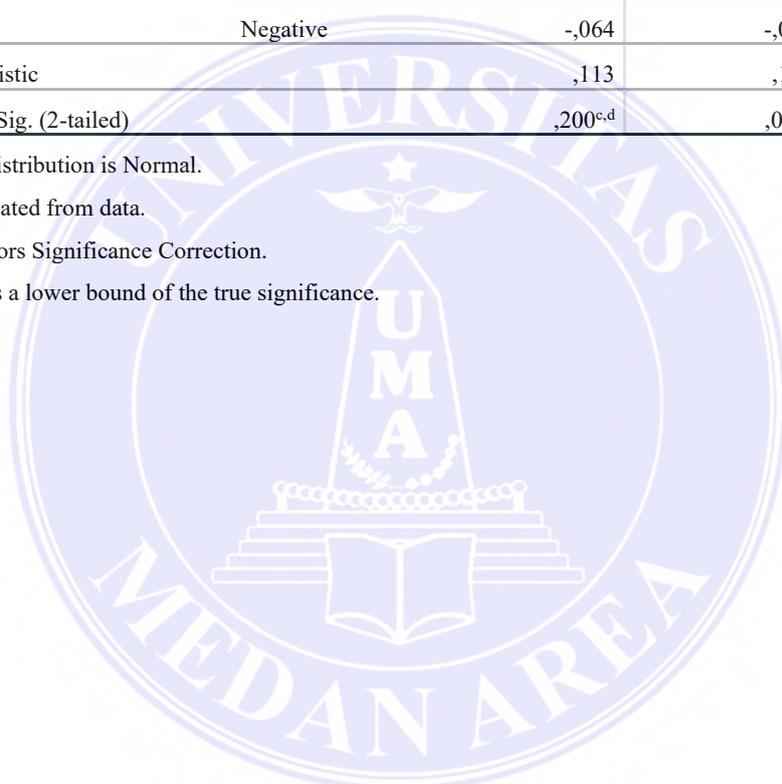


## Lampiran 9. Hasil Uji Normalitas

### One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		kepercayaan diri	penyesuaian sosial
N		41	41
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	100,39	127,68
	Std. Deviation	9,197	13,541
Most Extreme Differences	Absolute	,113	,129
	Positive	,113	,129
	Negative	-,064	-,099
Test Statistic		,113	,129
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 <sup>c,d</sup>	,082 <sup>e</sup>

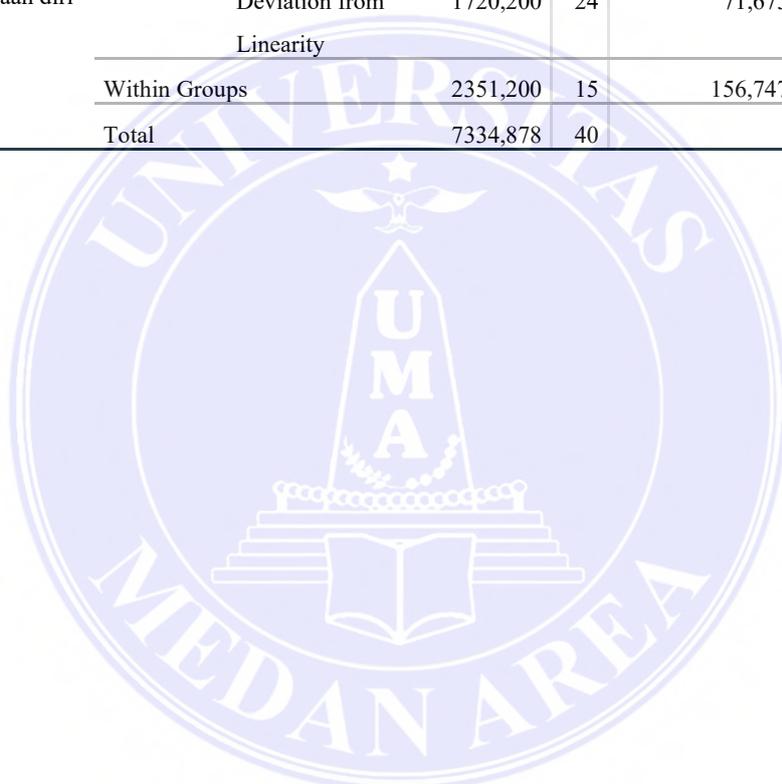
- a. Test distribution is Normal.
- b. Calculated from data.
- c. Lilliefors Significance Correction.
- d. This is a lower bound of the true significance.



### Lampiran 10. Hasil Uji Linearitas

**ANOVA Table**

			Sum of				
			Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
penyesuaian sosial * kepercayaan diri	Between	(Combined)	4983,678	25	199,347	1,272	,319
	Groups	Linearity	3263,479	1	3263,479	20,820	,000
		Deviation from Linearity	1720,200	24	71,675	,457	,958
Within Groups			2351,200	15	156,747		
Total			7334,878	40			



### Lampiran 11. Hasil Uji Hipotesis

**Model Summary**

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,667 <sup>a</sup>	,445	,431	10,217

a. Predictors: (Constant), kepercayaan diri

### Lampiran 12. Hasil Uji Korelasi

**Correlations**

		kepercayaan diri	penyesuaian sosial
kepercayaan diri	Pearson Correlation	1	,667**
	Sig. (2-tailed)		,000
	N	41	41
penyesuaian sosial	Pearson Correlation	,667**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	
	N	41	41

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

## Lampiran 13. Surat Izin Penelitian



# UNIVERSITAS MEDAN AREA

## FAKULTAS PSIKOLOGI

Kampus I : Jalan Kolam Nomor 1 Medan Estate ☎ (061) 7360168, 7366878, 7364348 📠 (061) 7368012 Medan 20223  
Kampus II : Jalan Setiabudi Nomor 79 / Jalan Sei Serayu Nomor 70 A ☎ (061) 8225602 📠 (061) 8226331 Medan 20122  
Website: [www.uma.ac.id](http://www.uma.ac.id) E-Mail: [univ\\_medanarea@uma.ac.id](mailto:univ_medanarea@uma.ac.id)

Nomor : 955/FPSI/01.10/IX/2021  
Lampiran : -  
Hal : Riset dan Pengambilan Data

20 September 2021

Yth. Bapak/Ibu Kepala Sekolah  
SMA Advent 1 Medan  
di  
Tempat

Dengan hormat, bersama ini kami mohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin dan kesempatan kepada mahasiswa kami:

Nama : Debby Vivian Siregar  
NPM : 178600187  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

untuk melaksanakan pengambilan data di SMA Advent 1 Medan, Jl. Veteran No. 34 Gg. Buntu Kec. Medan Timur Kota Medan guna penyusunan skripsi yang berjudul "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Sosial Pada Siswa Kelas X SMA Advent 1 Medan".

Perlu kami informasikan bahwa penelitian dimaksud adalah semata-mata untuk tulisan ilmiah dan penyusunan skripsi, yang merupakan salah satu syarat bagi mahasiswa tersebut untuk mengikuti ujian Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area.

Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kiranya Bapak/Ibu dapat memberikan kemudahan dalam pengambilan data yang diperlukan, dan apabila telah selesai melakukan penelitian maka kami harapkan Bapak/Ibu dapat mengeluarkan Surat Keterangan yang menyatakan bahwa mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan pengambilan data pada Sekolah yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya yang baik diucapkan terima kasih.

an. Dekan,

Wakil Dekan Bidang Akademik,



Alfita, S.Psi, MM, M.Psi, Psikolog

Tembusan  
- Mahasiswa Ybs  
- Arsip  
-



## Lampiran 14. Surat Keterangan Selesai Penelitian



**YAYASAN PENDIDIKAN GEREJA MASEHI ADVENT HARI KETUJUH**  
**SMA SWASTA ADVENT 1**  
Jln. Veteran No. 34 Telp.4151054  
Medan, Sumatera Utara  
Website : <http://sma.advent1medan.sch.id>  
Email : [smaadvent1medan@gmail.com](mailto:smaadvent1medan@gmail.com)

Medan, 22 September 2021

Nomor : 421.3/205/SMA.Adv 1/IX/2021  
Lampiran :  
Hal : **Surat Balasan**

Yth, Bapak/ Ibu  
Dekan Fakultas Psikologi  
c/q Wakil Dekan Bidang Akademik  
Universitas Medan Area

Saya yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SMA Swasta Advent 1 Medan Jln. Veteran No. 34 Gg. Buntu, Kec. Medan Timur, Medan, Sumatera Utara, menerangkan bahwa :

Nama : Debby Vivian Siregar  
NPM : 178600187  
Program Studi : Ilmu Psikologi  
Fakultas : Psikologi

Nama tersebut di atas telah melaksanakan Riset dan Pengambilan Data dari SMA Swasta Advent 1 Medan guna pendukung penyusunan skripsi, nama tersebut di atas pada tanggal 19 – 21 Juli 2021

Demikianlah surat keterangan ini kami berikan, untuk dapat dipergunakan seperlunya.



RISPA GUSTINA LBN TOBING, S.Pd