

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Mahasiswa

1. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa menurut kamus Besar Bahasa Indonesia, adalah orang yang belahar diperguruan tinggi. Pada umumnya, mahasiswa strata (S1) berada pada masa remaja akhir. Monks (2002) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak kemasa dewasa yang ditandai dengan perkembangan fisik, seperti pertumbuhan organ-organ tubuh, perkembangan seksual yang ditandai dengan munculnya tanda-tanda kelamin primer dan skunder, perkembangan sosial yang ditandai dengan semakin berkurangnya ketergantungan pada orang lain. Secara lebih spesifik.

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

Mahasiswa adalah individu yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi, dalam tahapan perkembangannya, mahasiswa digolongkan sebagai remaja akhir, yaitu usia 17-22 tahun seperti yang dijelaskan oleh Levinson (dalam Monks, 2002) ini dikatakan oleh *International Planned Parenthood Federation* remaja dengan rentang usia 10-24 tahun. Masa remaja dianggap sebagai dimana individu menentukan jati diri. Remaja yang berusaha menemukan identitas dirinya dihadapkan pada situasi yang menuju pada kemampuan untuk menyesuaikan diri bukan hanya diri sendiri, namun juga pada lingkungan sosialnya, apalagi remaja ingin melanjutkan ke jenjang perguruan tinggi yang berada diluar wilayah asalnya, atau dengan kata lain disebut mahasiswa perantau.

Sejak lebih tiga puluh tahun lalu, fenomena mahasiswa perantau telah menjadi fenomena yang Umum dijumpai di Indonesia Kartono (dalam Monks, 2002) lebih lanjut mengatakan, Bahwa banyak orang melanjutkan pendidikannya diluar daerah tempat tinggalnya agar mendapatkan fasilitas pendidikan yang lebih memadai daripada di daerah asalnya. Mahasiswa-mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia ini biasanya tinggal di rumah-rumah kos, asrama, atau rumah kontrakan. Mereka yang memiliki karakteristik diatas yang disebut mahasiswa perantau. Kata perantau disini memiliki makna seorang individu yang melanjutkan pendidikan diluar daerah asal mereka, dengan pergi ke daerah lain untuk mencari ilmu.

Disini peneliti melakukan wawancara beberapa mahasiswa perantau di Universitas Medan Area yang tinggal dirumah kos, untuk mengenali berbagai masalah yang sedang atau sudah mereka hadapi sebagai mahasiswa perantau. Di wawancara tersebut, ditemukan bahwa masalah yang paling mereka keluhkan adanya beberapa perubahan dalam kehidupan mereka, yang dituntut mereka harus beradaptasi dengan lingkungan pergaulan yang baru, norma-norma yang baru dalam lingkungan baru dalam lingkungan baru, beradaptasi terhadap perubahan tersebut. Mereka beradaptasi terhadap gaya bahasa, dan gaya berfikir teman-teman baru. Perubahan lainnya adalah perubahan dalam gaya belajar .

Berdasarkan dari keterangan diatas dapat disimpulkan mahasiswa untuk menghadapi lingkungan baru ini mahasiswa membutuhkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosailnya. Sehingga dengan modal tersebut, mahasiswa dapat beraktivitas dalam menjalankan tugas-tugas diperguruan tinggi dengan baik. Menjadi mahasiswa pati tetap mempunyai kendala dalam pelaksanaannya, suatu perubahan mendasar yang tiba-tiba yaitu dengan adanya lingkungan baru, dari berbagai kalangan yaitu bervariasi.

B. Penyesuaian sosial

1. Pengertian Penyesuaian Sosial

Penyesuaian merupakan faktor yang sangat penting bagi mahasiswa karna penyesuaian sosial akan membuat individu merasa senang bersama-sama dengan kelompoknya dan menimbulkan perasaan bebas dan senang (Martani &

Adiyanti, 1991). Penyesuaian didefinisikan secara berbeda-beda dalam literatur psikologi.

Kartono (1996) dalam kamus psikologi menjelaskan bahwa penyesuaian sosial adalah penjalinan hubungan secara harmonis atau relasi dengan lingkungan sosial, mempelajari pola tingkah laku yang diperlukan untuk mengubah kebiasaan yang ada sedemikian rupa sehingga cocok bagi masyarakat sosial.

Yusuf (1991) menyatakan seorang di dalam perkembangan remaja diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sesuai dengan perkembangan usia mereka sehingga ia mampu memikul tanggung jawab yang sesuai dengan usianya. Ketika remaja memasuki lingkungan perguruan tinggi. Remaja dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Safitiri (2010) mengatakan penyesuaian sosial sebagai keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya dan terhadap kelompoknya pada khususnya. Orang yang dapat menyesuaikan diri dengan baik mempelajari berbagai keterampilan sosial seperti kemampuan untuk menjalin hubungan secara diplomatis dengan orang lain, baik dengan teman maupun terhadap orang yang tidak dikenal sehingga sikap orang terhadap mereka menyenangkan. Sikap sosial yang menyenangkan misalnya bersedia membantu orang lain meskipun mereka mengalami kesulitan.

Menurut kamus psikologi (Kartono, 1996), *sosial adjustment* dinyatakan dalam dua definisi. Pertama, pembangunan keharmonisan hubungan dengan lingkungan sosial. Definisi kedua adalah mempelajari tingkah laku yang perlu,

mengubah kebiasaan-kebiasaan sehingga cocok dengan komunikasi sosial. Kemampuan paling penting yang dibutuhkan dalam penyesuaian sosial adalah kemampuan untuk belajar, karena perkembangan penyesuaian seseorang lebih besar diperoleh dari pengalaman.

Menurut Durkin (dalam Safitri,2010) penyesuaian sosial sangatlah penting bagi seseorang untuk menunjang kesuksesan masa depan dalam menjalin hubungan dengan orang-orang disekitarnya. Secara singkat penyesuaian sosial yang baik akan mampu menggunakan kemampuan dan keterampilan mereka dalam pergaulan dan dapat memajukan aspek-aspek positif dalam hubungan tersebut.

Sedangkan menurut Kartono (1996) penyesuaian sosial adalah kemampuan individu untuk memberikan reaksi secara efektif dan harmonis terhadap kenyataan realitas sosial dan situasi sosial untuk mengadakan reaksi sosial yang ketat, untuk dapat menghargai pribadi orang lain dengan membina persahabatan yang kekal, sehingga rasa permusuhan, persaingan iri hati, dengki dan emosi negative yang lain dapat terkikis.

Hurlock (dalam safitri 2010). Menyatakan bahwa penyesuaian sosial merupakan keberhasilan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap orang lain pada umumnya terhadap kelompok khususnya. Hurlock (1997) salah satu indikasi penyesuaian sosial yang dihasilkan adalah kemampuan untuk mendapatkan hubungan yang dekat dengan seseorang.

Dikatakan oleh Schneirders (dalam Safitri, 2010) 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 dari lingkungannya.

Berdasarkan uraian diatas, maka penyesuaian sosial diartikan sebagai suatu proses Diri individu dalam memenuhi kebutuhan dalam dirinya sendiri serta lingkungan dimana ia tinggal, agar mencapai suatu kondisi yang seimbang dan keberhasilan individu dalam menyesuaikan dengan lingkungan sosialnya, dimanapun individu berada. Wujud dari penyesuaian sosial antara lain kemampuan individu dalam berhubungan dengan orang lain, memenuhi aturan kelompok masyarakat, mampu mangaktualisasikan diri dengan kelompok, menyenangkan orang lain, toleransi dan lain sebagainya.

2. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Penyesuaian Sosial

Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan penyesuaian sosial menurut Adams (dalam Martani & Adiyanti, 1991) adalah :

- a. kepercayaan diri. Menurut Adams (dalam Martani & Adiyanti, 1991) penyesuaian sosial mempunyai hubungan yang erat dengan kompetensi sosial yang merupakan dasar bagi kualitas hubungan antar manusia (Adams, 1983). Hasil penelitian Septriyani (2009) menyimpulkan bahwa ada hubungan positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial remaja. Penelitian Utami (2008) menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara kepercayaan diri, dan kematangan emosi dengan penyesuaian sosial remaja. Selanjutnya, menurut Allen dkk (1989) penyesuaian sosial sangat menentukan bagi tercapainya kepuasan hidup seseorang dan orang-orang di sekitarnya. Manusia yang mempunyai

kepercayaan diri yang tinggi cenderung mempunyai penyesuaian sosial yang baik.

Seorang yang mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya karena berbagai faktor, Menurut Hurlock (1997) faktor-faktor yang mempengaruhi penyesuaian sosial adalah sebagai berikut:

- b. Pola perilaku yang dikembangkan dirumah.

Pola perilaku yang dikembangkan dirumah yang baik akan membentuk penyesuaian diri yang baik, dimana penyesuaian diri didasarkan pada rasa percaya diri yang dimiliki seseorang.

- c. Model perilaku untuk ditiru

dengan memberikan model perilaku yang baik untuk ditiru dilingkungan rumah akan mempermudah penyesuaian diluar rumah

- d. Belajar

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

- e. Bimbingan orang tua. Untuk belajar melakukan penyesuaian sosial

Yang baik bimbingan orang tua sangat diperlukan untuk dapat melakukan penyesuaian sosial yang baik,

- f. Kesepakatan untuk bersosialisai

Kesempatan yang penuh untuk bersosialisasi adalah penting karena individu tidak akan dapat bergaul dengan orang lain jika sebagian besar waktu mereka dipergunakan seorang diri. Tahun demi tahun mereka

semangkin membutuhkan kesempatan untuk bergaul tidak hanya dengan teman sebaya tetapi juga dengan orang dan lingkunganya berada.

g. Kemampuan berkomunikasi

Dalam keadaan bersama-sama individu tidak hanya harus mampu berkomunikasi dalam kata-kata yang dapat di mengerti prang lain, tetapi juga harus mampu berkomunikasi dalam kata-kata yang dapat dimengerti dengan orang lain, tetapi juga harus mampu berbicara tentang topik yang dapat di pahammi dan menarik bagi orang lain. Pembicara yang bersifat sosial merupakan penunjang yang penting bagi siosialisasi.

3. Aspek-aspek Penyesuaian Sosial

Menurut Hurlock (1997) Mengemukakan aspek-aspek penyesuaian sosial, yaitu :

a. Penampilan nyata

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

b. Penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok

Individu dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap berbagai kelompok teman sebaya maupun kelompok orang dewasa.

Bentuk dari penyesuaian diri adalah kerjasama dengan kelompok tanggung jawab setia kawan.

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

c. Sikap sosial

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

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

d. Kepuasan pribadi

Individu harus merasa puas dengan kontak sosial dan perannya dalam situasi sosial. Bentuk dari kepuasan pribadi adalah kehidupan bermakna dan terarah, keterampilan, dan percaya diri. Kemana ia pergi maka akan

bertindak dinamis, luwes dan tidak kaku sehingga menimbulkan rasa aman, tidak dihantui oleh kecemasan dan ketakutan.

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

Schneider (dalam Safitri 2010) mengemukakan aspek-aspek penyesuaian sosial bagi siswa diartikan sebagai kemampuan mereaksi secara tepat yaitu, realitas sosial, situasi sosial, dan relasi sosial, sehingga mampu berinteraksi secara wajar dan sehat, serta dapat memberikan kepuasan bagi dirinya dan lingkungannya.

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

C. Kepercayaan diri

1. Pengertian Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri dan percaya diri memiliki arti yang sama yaitu keyakinan. Kepercayaan diri merupakan faktor yang penting bagi mahasiswa karena sikap percaya diri akan Membuat individu merasa optimis dan mampu untuk melakukan penyesuaian dengan lingkungan sosialnya.

Kepercayaan diri didefinisikan secara berbeda-beda dalam literatur psikologi. Kepercayaan diri adalah kepercayaan terhadap kemampuan, kapasitas serta pengambilan Keputusan (*judgement*) yang terdapat dalam dirinya sendiri. Menurut Thantaway dalam kamus iatilah bimbingan konseling (2005) percaya diri atau kepercayaan diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk membuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri.

Percaya diri dapat diartikan bahwa suatu kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki dapat dimanfaatkan secara cepat. Miskell (2014) telah mendefinisikan arti percaya diri sebagai kepercayaan akan kemampuan sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkan secara cepat.

Maslow (dalam Lauster, 2014) menyebutkan bahwa kepercayaan diri atau percaya diri merupakan modal dasar untuk mengembangkan aktualitas diri. Dengan percaya diri orang akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri. Sementara itu kurangnya percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis

dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk menyampaikan gagasan, serta bimbingan dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.

Kepercayaan diri menurut Misiak (2014) menyatakan bahwa kepercayaan diri berkembang melalui interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya lingkungan sosialnya. Lingkungan yang kondusif dapat memberikan kesempatan bagi individu untuk mengespresikan ide-ide dan perasaannya menerima dan memberikan dukungan dan bantuan dengan orang lain, serta menerima dan memberikan umpan balik akan menumbuhkan rasa berarti bagi dirinya sehingga ia memiliki konsep diri yang positif.

Loekmono (dalam Safitri, 2010) mengemukakan bahwa kepercayaan diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang. Kepercayaan diri dipengaruhi dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam individu sendiri, norma dan pengalaman keluarga, teradisi, kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok.

Menurut Martini dan Adiyanti (dalam Safitri, 2010) kepercayaan diri diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan yang diharapkan dan diinginkan.

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

Yusuf (1991) berpendapat bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri adalah orang yang puas dengan dirinya. Kepercayaan diri adalah sikap bebas merdeka, tidak mementingkan diri sendiri, toleran dan memiliki ambisi. Jadi orang yang sangat percaya diri, dia yakin akan kemandiriannya, karena ia cukup yakin dengan dirinya, dia tidak akan mementingkan dirinya sendiri yang akan mengarah kecongkak, cukup toleran dan selalu optimis. Tidak perlu baginya untuk melakukan kompensasi diri keterbatasannya.

Sedangkan menurut Lauster (2008) kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan dirinya sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwasannya kepercayaan diri atau *self confidence* merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang similikinya, dan adanya sikap individu yakin akan kemampuannya sendiri untuk bertindak laku sesuai dengan yang diharapkannya, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh terhadap orang lain.

2. Ciri-Ciri Kepercayaan Diri

Untuk mempermudah memperolehnya gambaran tentang apa dan bagaimanayang dimaksud dengan individu yang mempunyai kepercayaan diri,

maka perlu diketahui ciri-cirinya. orang yang memiliki kepercayaan diri mempunyai ciri-ciri tertentu, antara lain sebagai berikut:

Safitri (2010) mengemukakan bahwa ciri-ciri kepercayaan diri melalui tiga aspek, yaitu :

- a. Merasa dirinya kuat terhadap tindakan yang dilakukan, individu membunyai sikap yang optimis yaitu yakin dengan kemampuan yang dimiliki, tidak selalu membutuhkan dukungan orang lain dalam bertindak, dan bertindak aktif, dalam lingkungannya.
- b. Merasa diterima oleh lingkungan, individu merasa kelompok atau orang lain menyukainya, tidak berlebihan dalam sikap, tidak mementingkan diri sendiri dan merasa puas atas kebersamaan dengan kelompoknya.
- c. Memiliki ketenangan sikap, individu tidak gugup dalam melakukan atau mengatakan sesuatu mampu bekerja secara efektif, dan cukup toleran terhadap situasi

Berdasarkan Uraian diatas Kepercayaan diri memiliki ciri-ciri Merasa dirinya kuat, Merasa diterima oleh lingkungan, memiliki ketenangan sikap, mencintai dan memahami diri sendiri, memiliki tujuan-tujuan yang jelas, memiliki cara berfikir positif, mampu berinteraksi dan berinteraksi dengan lingkungan sosial secara baik, memiliki ketegasan sikap, mampu mengendalikan diri dengan baik, percaya akan kompetensi atau kemampuan diri, serta tidak mendorong menunjukkan sikap komformis demi diterima oleh orang lain.

3. Bentuk-bentuk Kepercayaan Diri

Ada dua jenis kepercayaan diri yaitu percaya diri lahir dan percaya diri batin. Percaya diri yang memberikan kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Jenis percaya diri lahir memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. Liendenfield (dalam safitri 2010) mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, ke empat ciri itu adalah:

a. Cinta diri

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

b. Pemahaman cerdas

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

c. Tujuan yang jelas

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

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

a. Komunikasi

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

b. Ketegasan

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

c. Penampilan diri

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

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

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa bentuk-bentuk kepercayaan diri. Meliputi kepercayaan diri batin dan kepercayaan diri lahir. Kepercayaan diri batin seperti orang yang cinta diri mencintai dengan menghargai diri sendiri dan orang lain dan sangat sadar diri, Serta selalu tahu tujuan hidupnya. Sedangkan kepercayaan diri dari lahir, individu memiliki keterampilan komunikasi yang baik bagi Pembentukan sikap percaya diri. Seorang yang

4. Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri

Faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang menurut Mangunharja (dalam Safitri,2010) adalah faktor fisik, faktor mental dan faktor sosial.

a. Faktor fisik

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

b. Faktor mental

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

c. Faktor sosial

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

Yusuf (1991) menjelaskan bahwa faktor-faktor kepercayaan diri adalah:

a. Faktor dari dalam diri

b. Norma dan pengalaman keluarga

c. Tradisi, kebiasaan dalam lingkungan atau kelompok dimana keluarga tersebut berasal.

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

D. Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial

Hurlcok (1993) menjelaskan bahwa remaja sebagai makhluk sosial yang akan menjalin hubungan dengan orang lain, karena untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhannya remaja memerlukan bantuan orang lain. Untuk memenuhi kebutuhan fisik maupun psikis haruslah berinteraksi dengan orang lain dan harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Remaja sebagai penerus bangsa, dan calon pemimpin masa depan, harus dibimbing dan di arahkan dari sekarang agar memiliki kualitas yang terbaik dan berhasil dalam meraih kesuksesan. Dalam pencapaian suatu kesuksesan, bukanlah suatu hal yang mudah, begitu banyak faktor yang harus diperhatikan, salah satu faktor adalah kepercayaan diri.

Misiak (2014) menyatakan kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya, dan adanya sikap individu yakin akan adanya kemampuan sendiri untuk bertingkah

laku sesuai dengan yang diharapkannya, sebagai suatu perasaan yang yakin pada tindakannya, bertanggung jawab atas tindakannya, dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Kepercayaan diri menjadi kebutuhan diri yang paling penting untuk bereaksi dengan orang lain dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Lauster (2014) proses terbentuknya kepercayaan diri mahasiswa berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik yang sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki mahasiswa untuk dapat menimbulkan relasi yang positif, dan menggunakan secara berlebihan yang ada dalam diri individu agar menimbulkan kepercayaan diri, karena kepercayaan diri sumber kekuatan diri kita untuk dapat bergaul dengan lingkungan sosial. Seorang mahasiswa memiliki kepercayaan diri akan bertindak dengan tegas dan memiliki sifat optimis, kreatif dan memiliki harga diri.

Mahasiswa yang menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dengan baik, maka menunjukkan sikap yang menyenangkan dalam hubungan dengan orang lain, dan merasa puas karena dapat berhubungan dengan kelompok sosial, serta menerima kelemahan-kelemahan diri sendiri, sehingga dapat menimbulkan kepercayaan diri dalam bergaul dengan orang lain dan berinteraksi dengan lingkungan sosial tidak akan mengalami hambatan (Utami, 2008).

Thantaway (2005) menyatakan proses terbentuknya kepercayaan diri berasal dari dalam diri sendiri. Kepribadian yang baik akan sesuai dengan proses perkembangannya, pemahaman terhadap kelebihan-kelebihan serta kelemahan-kelemahan yang dimiliki untuk dapat menimbulkan relasi yang positif, dan

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

Menurut Hurlock (1993) seseorang didalam perkembangan selanjutnya diharapkan semakin lama semakin meningkatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan sosial dan dapat memenuhi harapan sosial sehingga sesuai dengan perkembangan usia mereka sehingga ia mampu memikul tanggung jawab yang ada sesuai dengan usia remaja dalam salah satu perkembangannya adalah mencapai hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya, baik peria maupun wanita. Dalam penyesuaian sosial, remaja ingin diterima teman sebayanya.

Demikian pula dengan remaja yang mulai memasuki lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa dituntut untuk dapat diterima dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Loekmono (dalam safitri,2010) Kepercayaan diri bagi mahasiswa dalam memulai hubungan penyesuaian dalam lingkungan sangat penting karena sikap individu dalam berinteraksi dengan lingkungan tergantung pada kepercayaan diri individu. Remaja yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi akan mudah bersosialisai. Sedangkan remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah cenderung menutup diri dan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

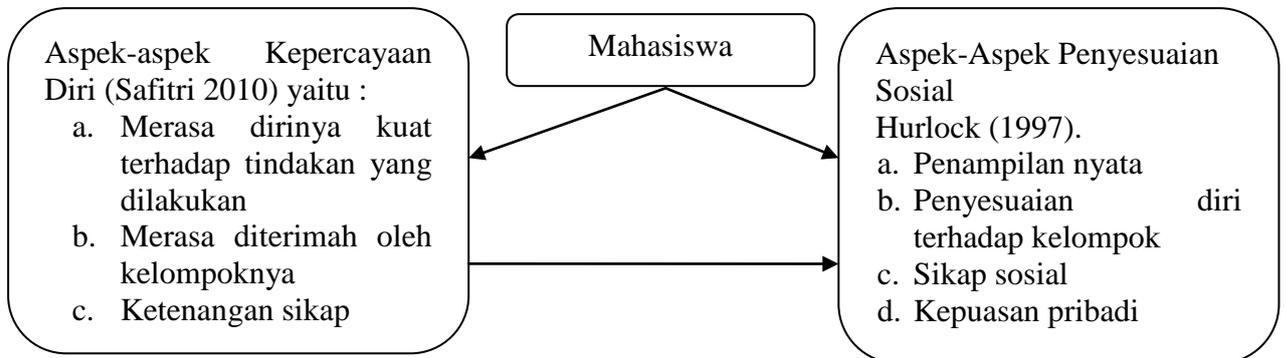
Menurut Ali (dalam Safitiri,2010) bahwasannya penyesuaian diri seseorang terhadap lingkungan sosialnya akan mudah diperlakukan dan dipelihara dalam

kondisi fisik yang sehat. Kondisi fisik yang sehat dapat menimbulkan penerimaan diri, percaya diri dan sejenisnya yang akan menjadi kondisi yang sangat menguntungkan bagi proses penyesuaiannya. Dan sebaliknya jika kondisi fisik yang tidak sehat dapat menyebabkan perasaan rendah diri, Kurang percaya diri, atau menyalahkan dirisehingga berpengaruh kurang baik bagi penyesuaian.

Monk (2002) Selain kondisi fisik yang sudah dijelaskan diatas dapat hambatan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya yaitu pengalaman teromatik yaitu peristiwa yang dialami individu dan dirasakan sebagai suatu yang tidak mengenakan, menyedihkan atau bahkan menyakitkan sehingga individu tersebut merasa sangat tidak ingin peristiwa itu terulang kembali. Individu yang mengalami terumatik akan cenderung ragu-ragu, kurang percaya diri bahkan takut ketika harus menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru.

Penyesuaian sosial yang berhasil akan menuju pada kondisi mental yang mampu dalam menyesuaikan masalah yang dihadapi, memahami kekurangan – kekurangan yang ada pada dirinya (Santrock, 2003). Santrock (2003) Remaja yang memiliki sifat takut, cemas ,cenderung menarik diri dengan lingkungan akan mengakibatkan penolakan dengan lingkungan sehingga remaja akan mempunyai rasa kesepian, kecemasan dan merasa kurang bahagia, dan perasaan itu disebabkan karena kurang percaya pada diri sendiri sehingga tidak mampu menciptakan hubungan yang harmonis dengan orang lain.

E. Kerangka konseptual



F. Hipotesis

Hipotesis dapat diartikan suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian, sampai bukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. Dengan asumsi semakin tinggi kepercayaan diri maka semakin baik penyesuaian sosial. Dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin rendah penyesuaian sosial.