

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap orang sangat membutuhkan penyesuaian diri, terutama bagi siswa yang baru memasuki lingkungan sekolah yang baru. Siswa diharapkan mampu beradaptasi dengan berbagai komponen dan fasilitas yang tersedia, seperti kegiatan pembelajaran, peraturan, serta sarana dan prasarana yang ada.

Menurut Rahmat (2018:235), penyesuaian diri merupakan usaha beradaptasi, konform terhadap hati nurani ataupun norma sosial, serta perencanaan dan pengorganisasian respons dalam menghadapi konflik dan masalah. Selain itu, penyesuaian diri dapat dipandang sebagai suatu kemampuan untuk membuat hubungan yang serasi dan memuaskan antara individu dan lingkungannya (Willis, 2005). Seseorang dikatakan memiliki kemampuan penyesuaian diri yang baik ketika mampu melakukan respons-respons yang matang, efisien, memuaskan, dan sehat.

Penyesuaian diri yang baik memungkinkan siswa untuk berinteraksi secara positif dengan lingkungannya, mengatasi stres, serta mencapai prestasi akademis yang optimal. Namun, tidak semua siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik. Beberapa faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri siswa diantaranya adalah faktor internal dan eksternal.

Salah satu faktor internal yang sangat berperan dalam penyesuaian diri siswa adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Laksmiwati, 2022). Menurut (Komara, 2018) Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri, memiliki pandangan dan harapan positif, mampu menghadapi segala persoalan dengan berpikir positif serta mampu menerima kenyataan.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih optimis, termotivasi, dan mampu menghadapi tantangan serta tekanan yang ada dalam lingkungan sekolah. Sebaliknya, siswa dengan kepercayaan diri rendah mungkin mengalami kesulitan dalam berinteraksi sosial, cenderung menghindari tantangan, dan mengalami stres yang lebih tinggi dalam proses penyesuaian diri mereka.

Kepercayaan diri memiliki dampak besar terhadap penyesuaian diri individu. Santana (2015), menyatakan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan diri, dan jika seseorang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dalam arti positif maka ia tidak akan mengalami kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungannya. Sebaliknya jika individu tidak mampu beradaptasi dengan baik terhadap tuntutan yang ada, maka ia akan mengalami kegagalan dan ketidakmampuan beradaptasi, yang pada akhirnya dapat

menyebabkan penyesuaian diri yang keliru. Pandangan ini sejalan dengan pendapat (Sri 2015) yang menyatakan bahwa kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri yang positif dapat berujung pada penyesuaian diri yang salah.

Dari berbagai penelitian di atas menunjukkan adanya korelasi positif antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri. Siswa yang percaya pada kemampuannya lebih mampu menghadapi kesulitan, mengambil keputusan yang baik, dan menjalin hubungan sosial yang baik dengan teman sekelas dan guru.

Untuk memperoleh data awal peneliti menyebarkan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD). Penyebaran AKPD dilakukan tanggal 07 Oktober 2024 kepada siswa kelas VII G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang.

Berdasarkan data hasil analisis AKPD (Angket Kebutuhan Peserta Didik) diperoleh 29 dari 32 atau 90,62% siswa kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang memilih item angket nomor 8 yaitu: saya merasa rendah diri. Hal tersebut dikategorikan tinggi karena sebanyak 90,62% atau setara dengan 29 siswa memiliki kepercayaan diri yang rendah. Data ini menunjukkan bahwa siswa kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang mengalami masalah dalam hal kepercayaan diri.

Selain hasil analisis AKPD, peneliti juga melakukan wawancara dengan guru wali kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang pada tanggal 4 Desember 2024. Peneliti memperoleh informasi bahwa sebagian besar siswa di

kelas masih merasa kurang percaya diri. Siswa terlihat pasif dan cenderung menghindari situasi yang memerlukan keterlibatan aktif seperti dalam kegiatan diskusi kelompok. Siswa dengan kepercayaan diri rendah sering terlihat kurang bergaul, susah untuk menyesuaikan diri dan memilih untuk menyendiri.

Hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Faiq (2023) dengan judul: Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Siswa Putra Kelas VII SMP AI Musyaffa Kendal, menunjukkan nilai korelasi sebesar $r = 0,455$. Nilai ini menunjukkan adanya hubungan positif antara kedua variabel yang diteliti. Untuk lebih menegaskan hasil ini, dilakukan perbandingan dengan nilai r_{tabel} , dengan jumlah sampel sebanyak 62 siswa pada taraf signifikansi 5%, nilai r_{tabel} yang diperoleh adalah 0,240 yang artinya semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswa, semakin baik pula kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan akademis di sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa, dengan harapan dapat memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pentingnya menumbuhkan rasa percaya diri agar dapat meningkatkan penyesuaian diri siswa di lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan topik hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang tahun pelajaran 2024/2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah dalam penelitian ini: Apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kota Kupang tahun pelajaran 2024/2025

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri siswa kelas VII-G UPTD SMP Negeri 11 Kupang tahun pelajaran 2024/2025.

D. Definisi Konseptual

Definisi konseptual sangat dibutuhkan dalam suatu penelitian agar terarah dan sesuai dengan topik penelitian serta ada kesamaan persepsi dari pembaca tentang topik penelitian ini. Berikut ini diuraikan konsep-konsep penting yang tercakup dalam topik penelitian yakni:

1. Penyesuaian Diri

Novikarisma (2012), menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah interaksi individu yang terus-menerus dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitar tempat individu hidup.

Kartono (2008), menyatakan bahwa penyesuaian diri dapat diartikan sebagai usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada

lingkungan, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, depresi, kemarahan dan emosi negatif yang lain sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien bisa dikikis habis.

Berdasarkan pendapat kedua ahli di atas, maka disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah proses interaksi yang terus-menerus antara individu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungan sekitarnya, sehingga membantu individu mengelola dan mengurangi respons-respons emosional negatif, seperti permusuhan, iri hati, prasangka dan depresi.

2. Kepercayaan Diri

Menurut Agung & Iswidharmanjaya (2004), kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan dan kemampuan pada diri sendiri karena mempunyai sifat positif terhadap kemampuannya sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain.

Hakim (2005), mengatakan bahwa kepercayaan diri ialah suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut, membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai tujuan dalam hidupnya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat dikatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dan potensi diri yang positif, yang memungkinkan siswa untuk mencapai tujuan hidup tanpa terpengaruh oleh orang lain .

E. Manfaat Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pihak-pihak sebagai berikut:

1. Kepala Sekolah

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang dan mengembangkan program sekolah yang mendukung peningkatan kepercayaan diri siswa, yang pada gilirannya membantu siswa menyesuaikan diri secara optimal di lingkungan sekolah.

2. Guru BK

Hasil Penelitian ini dapat membantu guru BK untuk memahami hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri siswa, sehingga guru BK dapat menerapkan intervensi yang tepat bagi siswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.

3. Guru Mata Pelajaran

Hasil penelitian ini dapat membantu guru mata pelajaran dalam memilih strategi pembelajaran yang dapat meningkatkan rasa percaya diri siswa, sehingga siswa lebih aktif dan bersemangat dalam mengikuti proses pembelajaran.

4. Peserta Didik

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi siswa agar dapat memperoleh pemahaman tentang pentingnya kepercayaan diri dan bagaimana hal itu dapat mempengaruhi penyesuaian diri mereka di sekolah.