

HUBUNGAN ANTARA KONSEP DIRI DAN PERCAYA DIRI DENGAN PENYESUAIAN DIRI SISWA

Niti Nugrahani
Drs. Wagiman, M.Pd.
Dr. M. Jumarin, M.Pd.

Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Ilmu Pendidikan IKIP PGRI Wates

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti hubungan antara Konsep Diri dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X di Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Sadewa Wates pada tahun akademik 2024/2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang mengutamakan pengumpulan dan analisis data numerik untuk menguji hipotesis atau menjawab pertanyaan penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Sadewa Wates Kulon Progo Tahun Akademik 2024/2025 yang berjumlah 149 peserta didik teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah proportional random sampling berjumlah 74 sampel. Data dikumpulkan menggunakan angket. Analisis data yang digunakan untuk hipotesis pertama dan kedua adalah analisis korelasi product moment sedangkan hipotesis ketiga menggunakan teknik analisis regresi linier berganda. Berdasarkan hasil analisis data pada hipotesis penelitian ini diterima terdapat hubungan positif dan signifikan antara Konsep Diri dan Penyesuaian Diri dengan nilai korelasi r_{xy} sebesar 0,545. Nilai ini lebih tinggi daripada nilai tabel 0,227 pada taraf signifikansi 5%, dan nilai signifikansi 2-tailed adalah $0,000 < 0,05$, mengindikasikan hubungan yang kuat dan signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa Konsep Diri yang positif berkontribusi secara signifikan terhadap kemampuan peserta didik untuk beradaptasi dengan lingkungan mereka. Peneliti juga mengungkapkan bahwa Percaya Diri berhubungan positif dan signifikan dengan Penyesuaian Diri, dengan nilai korelasi r_{xy} sebesar 0,422 yang juga melebihi nilai tabel 0,227 dan nilai signifikansi 2-tailed $0,000 < 0,05$. Uji regresi menunjukkan bahwa Konsep Diri dan Percaya Diri secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 34,1% terhadap Penyesuaian Diri, dengan nilai F_{hitung} 18,344 yang lebih besar dari F_{tabel} 3,12. Saran: perlunya memahami konsep diri, rasa percaya diri, dan penyesuaian diri supaya dapat membantu peserta didik berkembang secara pribadi dan akademik.

Kata Kunci: Konsep Diri, Percaya Diri, Penyesuaian Diri, Siswa Kelas X

PENDAHULUAN

Sumber daya manusia berkualitas tinggi diperlukan seiring kemajuan zaman, terutama di era globalisasi saat ini. Pendidikan adalah cara yang bagus untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia Arifin (2016:15). Pendidikan adalah upaya untuk meningkatkan kapasitas sumber daya manusia melalui pengajaran Prasetyo, Y. & Halimah, S. (2017:95-107). Peserta didik adalah sumber keberhasilan di institusi pendidikan Mulyasa, E. (2014:18). Mereka memiliki kemampuan untuk mencapai prestasi yang baik dalam proses

belajar dan kegiatan lainnya. Penyesuaian diri adalah salah satu potensi siswa yang harus dikembangkan di sekolah Sudarwan, D. (2016:75). Ini adalah komponen penting dalam upaya manusia untuk mengendalikan perasaan yang tidak menyenangkan atau tekanan yang disebabkan oleh kebutuhan, mempertahankan keseimbangan antara memenuhi kebutuhan dan tuntutan lingkungan, dan mengembalikan hubungan individu dengan realitas.

Menurut Schneiders (1964:30), penyesuaian diri diartikan sebagai usaha penguasaan, yaitu kemampuan untuk merencanakan dan mengorganisasikan tindakan dalam cara-cara khusus sehingga konflik-konflik, kesulitan, dan kegagalan tidak terjadi. Dengan demikian, penyesuaian diri dapat didefinisikan sebagai kemampuan untuk mengembangkan diri sehingga keinginan, emosi, dan kebiasaan menjadi terkendali dan terarah. Ini juga berarti kemampuan untuk memiliki kekuatan-kekuatan terhadap lingkungan, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan dunia dengan cara yang baik, benar, sehat, dan mampu bekerja sama dengan orang lain secara efektif dan efisien, dan mampu mengendalikan faktor-faktor lingkungannya.

Menurut Willis, sebagaimana dikutip dalam Yasinta Ajeng (2007:15), bahwa masalah-masalah yang dialami oleh peserta didik kelas X antara lain tidak mampu beradaptasi terhadap situasi atau keadaan sekolah baru, menarik diri dari pergaulan dengan teman, minder, tidak tahu cara menjalin relasi dengan teman sebaya, sering membolos, acuh tak acuh terhadap guru berkelahi, atau tawuran. Tidak mampu menyesuaikan diri di sekolah menyebabkan siswa Kelas X tidak dapat menangani masalah mereka. Konsep diri adalah komponen kepribadian yang ada yang terkait dengan penyesuaian diri, menurut Partosuwido (1993:78). Menurut Kelly (Nursanti 2019:7), konsep diri dapat didefinisikan sebagai keseluruhan pemahaman, perspektif, keyakinan, dan penghargaan seseorang terhadap hidup mereka. Gambaran diri seseorang dapat berasal dari pengalamannya sendiri serta dari perspektif orang lain.

Ada dua jenis konsep diri: konsep diri positif dan konsep diri negatif. Orang dengan konsep diri positif merasa percaya diri dengan kemampuan mereka untuk menyelesaikan masalah, terutama ketika menghadapi kegagalan (Cahyaningsih & Dewi, 2018:2). Orang dengan konsep diri negatif lebih suka menyerah pada kemampuannya (Cahyaningsih & Dewi, 2018:2). Dari pendapat di atas, dapat dikatakan bahwa kemajuan terus menerus dalam diri sendiri melalui pengalaman, pembelajaran, dan refleksi dapat membantu memperkuat konsep diri.

Ketidakpercayaan diri ini telah menjadi masalah umum bagi remaja. Seringkali, seorang remaja, terutama siswa yang pintar secara akademik, bergantung pada temannya yang percaya diri dalam kehidupan sehari-harinya. Sebagai contoh, ia sering meminta bantuan temannya ketika berada dalam situasi yang tidak menguntungkan. Hal ini disebabkan oleh konsep diri yang buruk (Suminar & Meiyuntari (2015:17), yang menyebabkan seseorang merasa tidak nyaman secara pribadi, yang menyebabkan rasa kurang percaya diri. Akibatnya, seseorang memilih untuk mencari orang yang dapat meningkatkan kepercayaan dirinya. Rasa percaya diri membantu siswa berinteraksi di lingkungan belajarnya.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan percaya diri memiliki hubungan dengan penyesuaian diri. Oleh sebab itu peneliti

hendak mendapatkan pengalaman dan mempunyai keinginan untuk meneliti tentang hubungan antara konsep diri dan percaya diri pada peserta didik kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Sadewa Wates Kulon Progo Tahun Akademik 2024/2025.

METODE PENELITIAN

Ada metode penelitian untuk keberhasilan dan pertanggungjawaban penelitian ilmiah. Dalam penelitian, pertanggungjawaban digunakan untuk memperoleh dan mengelola data. Masalah metodologi dalam uraian ini akan menjelaskan metode yang akan digunakan untuk menentukan keberhasilan penelitian.

Sugiyono (2013:2) menyatakan bahwa "metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu". Dengan demikian, empat kata kunci yang harus diperhatikan adalah metode ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan. Sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2010:203) menyatakan bahwa "metode penelitian adalah cara yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data penelitiannya".

HASIL

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Konsep Diri dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Diri siswa kelas X Sekolah Menengah Kejuruan Kesehatan Sadewa Wates Kabupaten Kulon Progo Tahun Akademik 2024/2025. Di bawah ini akan diuraikan hasil penelitian dari masing-masing variabel penelitian.

Data Variabel Konsep Diri

Deskripsi data yang disajikan meliputi mean (M), median (Me), mode (Mo), dan standar deviasi (SD). Di samping itu juga akan disajikan dalam distribusi frekuensi. Data tentang variabel kepercayaan diri diungkap melalui instrumen berupa kuesioner sejumlah 25 item atau pernyataan. Skor tertinggi yang mungkin dicapai adalah 85 dan skor terendah adalah 64.

Tabel 1 Diskripsi Statistik Variabel Konsep Diri

Variabel	Jumlah Siswa	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Rata-rata	Standar Deviasi
Konsep Diri	74	64	85	73,17	3,928

Tampak bahwa skor tertinggi adalah 85, skor terendah 64, rata-rata 73,17 dan standar deviasi sebesar 3,928. Adapun distribusi frekuensi skor variabel konsep diri disusun dengan langkah sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Variabel Konsep Diri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
82-87	3	4%	Sangat Tinggi
76-81	12	16%	Tinggi
70-75	50	68%	Sedang
64-69	9	12%	Rendah
TOTAL	74	100%	

Dari tabel di atas, skor pada peserta didik dari variabel konsep diri menunjukkan bahwa 3 peserta didik masuk dalam kategori sangat tinggi (4%), 12 peserta didik masuk

dalam kategori tinggi (16%), 50 peserta didik masuk ke dalam kategori sedang (68%), dan 9 peserta didik masuk dalam kategori rendah (12%).

Data Variabel

Deskripsi data yang disajikan meliputi mean (M), median (Me), mode (Mo), dan standar deviasi (SD). Di samping itu juga akan disajikan dalam distribusi frekuensi. Data tentang variabel kepercayaan diri diungkap melalui instrumen berupa kuesioner sejumlah 24 item atau pernyataan. Skor tertinggi yang mungkin dicapai adalah 85 dan skor terendah adalah 68.

Tabel 3 Deskripsi Statistik Variabel Percaya Diri

Variabel	Jumlah Siswa	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Rata-rata	Standar Deviasi
Percaya Diri	74	68	85	76,21	4,377

Tampak bahwa skor tertinggi adalah 85, skor terendah 68, rata-rata 76,21 dan standar deviasi sebesar 4,377. Adapun distribusi frekuensi skor variabel percaya diri disusun dengan langkah sebagai berikut:

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Percaya Diri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
83-87	8	11%	Sangat Tinggi
78-82	25	34%	Tinggi
73-77	23	31%	Sedang
68-72	17	23%	Rendah
TOTAL	74	100%	

Dari tabel di atas, skor pada peserta didik dari variabel kepercayaan diri menunjukkan bahwa 8 peserta didik masuk dalam kategori sangat tinggi (11%), 25 peserta didik masuk dalam kategori tinggi (34%), 23 peserta didik masuk ke dalam kategori sedang (31%), dan 17 peserta didik masuk dalam kategori rendah (23%).

Data Variabel Penyesuaian Diri

Deskripsi data yang disajikan meliputi mean (M), median (Me), mode (Mo), dan standar deviasi (SD). Di samping itu juga akan disajikan dalam distribusi frekuensi. Data tentang variabel kepercayaan diri diungkap melalui instrumen berupa kuesioner sejumlah 25 item atau pernyataan. Skor tertinggi yang mungkin dicapai adalah 85 dan skor terendah adalah 66.

Tabel 5 Deskripsi Statistik Penyesuaian Diri

Variabel	Jumlah Siswa	Skor Terendah	Skor Tertinggi	Rata-rata	Standar Deviasi
Penyesuaian Diri	74	66	85	73,62	3,905

Tampak bahwa skor tertinggi adalah 85, skor terendah 66, rata-rata 73,62 dan standar deviasi sebesar 3,905. Adapun distribusi frekuensi skor variabel konsep diri disusun dengan langkah sebagai berikut:

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Penyesuaian Diri

Interval	Frekuensi	Persentase	Kriteria
84-89	2	3%	Sangat Tinggi
78-83	10	10%	Tinggi
72-77	39	39%	Sedang
66-71	23	23%	Rendah
TOTAL	74	100%	

Dari tabel di atas, skor pada peserta didik dari variabel penyesuaian diri menunjukkan bahwa 2 peserta didik masuk dalam kategori sangat tinggi (3%), 10 peserta didik masuk dalam kategori tinggi (10%), 39 peserta didik masuk ke dalam kategori sedang (39%), dan 23 peserta didik masuk dalam kategori rendah (23%).

PEMBAHASAN

Dalam perbandingan antara Konsep diri, Percaya diri, dan Penyesuaian diri, terlihat beberapa perbedaan yang signifikan. Percaya Diri menunjukkan rata-rata tertinggi (76,21), menandakan bahwa peserta didik pada kategori ini secara umum memiliki skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan peserta didik pada Konsep diri (73,17) dan Penyesuaian diri (73,62). Hal ini menunjukkan bahwa skor Penyesuaian diri lebih baik dalam rentang yang lebih tinggi. Sementara itu, Konsep diri memiliki skor terendah yang paling rendah (64), yang menunjukkan adanya kelompok peserta didik dengan pencapaian yang lebih rendah dalam kategori ini dibandingkan dengan Percaya diri (68) dan Penyesuaian diri (66). Selain itu, Percaya diri juga memiliki standar deviasi terbesar (4,377), menunjukkan variasi skor yang lebih besar di antara peserta didik, yang berarti ada perbedaan yang lebih besar dalam pencapaian Percaya diri di antara peserta didik. Sebaliknya, Konsep diri dan Penyesuaian diri memiliki standar deviasi yang lebih kecil dan hampir sama, menunjukkan bahwa pencapaian peserta didik pada kedua kategori ini lebih konsisten dan kurang bervariasi dibandingkan dengan Percaya diri.

KESIMPULAN

Kesimpulannya, sementara Percaya diri memiliki rata-rata tertinggi dan variasi terbesar, Konsep diri dan Penyesuaian diri menunjukkan pencapaian yang lebih seragam namun sedikit berbeda dalam hal rata-rata dan konsistensi skor.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajeng, Y. (2007). *Masalah Pendidikan di Sekolah*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
- Arifin, Z. (2016). *Manajemen Pendidikan dan peningkatan SDM dalam Era Globalisasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Cahyaningsih, A., & Dewi, B. (2018). *Konsep Diri dan Kesejahteraan*. Jakarta: Kencana.
- Meiyuntari, E. S. T. (2015). *Konsep Diri, Konformitas dan Perilaku Konsumtif pada Remaja*. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 4(2), 145-152. <https://doi.org/10.30996/persona.v4i02.556>

- Mulyasa, E. (2014:18). *Peserta Didik dan Keberhasilan Pendidikan: Perspektif Pedagogik dan Psikologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nursanti, A. (2019). *Konsep Diri dalam Psikologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Partosuwido, A. (1993). *Teori Kepribadian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prasetyo, Y. & Halimah, S. (2017). *Kapasitas Sumber Daya Manusia dalam Pendidikan: Perspektif Pengajaran dan Pembelajaran Efektif*. Jurnal Pendidikan, 11(2), 95-107.
- Schneiders, A. (1964). *The psychology of adjustment*. Prentice-Hall.
- Sudarwan, D. (2016:75). *Psikologi Pendidikan: Mengembangkan Potensi Siswa dalam Penyesuaian Diri di Sekolah*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.