
Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Penyesuaian Sosial Siswa (Penelitian pada Siswa Kelas X MAN 1 Garut)

Nurlita Cahyani^{1*}, Daris Tamin²

¹⁻²Institut Agama Islam Persis Garut, Indonesia

*Corresponding Author: nurlitacahyani@iaipersisgarut.ac.id

Abstrak

Kata Kunci:

Kepercayaan Diri;
Penyesuaian Sosial;
Siswa.

Penyesuaian sosial yang efektif merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan remaja membangun hubungan interpersonal yang sehat, baik dengan teman sebaya, guru, maupun lingkungan sosial lainnya. Kepercayaan diri diyakini memainkan peran penting dalam mendukung kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial pada siswa kelas X Madrasah Aliyah Negeri 1 Garut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Sampel berjumlah 109 siswa yang diambil dari populasi sebanyak 359 siswa melalui teknik *simple random sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah angket (kuesioner) dengan teknik analisis data deskriptif dan uji regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: kepercayaan diri berada pada kategori sedang dengan persentase 36,7%, dan penyesuaian sosial berada pada kategori sedang dengan jumlah persentase 36%. Terdapat pengaruh signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial dengan kontribusi sebesar 30,2 %. Temuan ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri berperan dalam membantu siswa menyesuaikan diri secara sosial di lingkungan sekolah.

Abstract

Keywords:

Confidence;
Social Adjustment;
Students.

Effective social adjustment is one of the key indicators of adolescent success in building healthy interpersonal relationships, both with peers, teachers, and other social environments. Self-confidence is believed to play a vital role in supporting an individual's ability to adapt to their social environment. This study aims to examine the influence of self-confidence on social adjustment among tenth-grade students at Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Garut. The research employed a quantitative approach with a correlational method. A total of 109 students were selected from a population of 359 using a simple random sampling technique. Data were collected through a questionnaire and analyzed using descriptive statistics and simple linear regression tests. The results showed that self-confidence was in the moderate category with a percentage of 36.7%, and social adjustment was in the moderate category with a percentage of 36%. There was an significant influence of self-confidence on social adjustment of 30.2%. There findings indicate that self-confidence plays a role in helping students adapt socially within the school environment.

How to Cite: Cahyani, N., Tamin, D. (2025). Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Penyesuaian Sosial Siswa (Penelitian pada Siswa Kelas X MAN 1 Garut). *IRSYADA Journal of Counseling for Islamic Education*, 1(1). 14-25.

Submitted: 04-06-2025; Accepted: 03-08-2025; Published: 08-08-2025

PENDAHULUAN

Masa Remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa, yang ditandai oleh gejolak emosional dan pencarian identitas diri. Remaja yang berusaha menemukan jati diri akan dihadapkan pada tuntutan untuk dapat menyesuaikan diri terhadap perubahan, baik perubahan yang terjadi pada kondisi fisik, cara berfikir, emosi dan interaksi sosial (Harwanti, 2021). Individu yang memasuki masa remaja akan mengalami perubahan biologis, kognitif, maupun sosio-emosional. Jika perubahan-perubahan tersebut tidak dapat dikelola dengan baik dapat menimbulkan konflik internal maupun eksternal yang dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikososial remaja.

Remaja tidak lagi sepenuhnya dianggap anak-anak, namun juga belum diterima sepenuhnya sebagai orang dewasa. Kondisi ini menciptakan ketidakpastian dalam peran sosial, serta ketegangan dalam interaksi sosial sehari-hari, baik dengan teman sebaya maupun dengan orang dewasa. Sebagai makhluk sosial, remaja dituntut untuk mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan ini, terutama di lingkungan baru seperti sekolah menengah atas. Salah satu aspek penting dari proses adaptasi ini adalah penyesuaian sosial, yaitu kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan norma, nilai, dan harapan sosial dari lingkungan sekitar.

Menurut Hurlock, perubahan sosial pada masa remaja merupakan salah satu tugas perkembangan masa remaja yang tersulit, yaitu berhubungan dengan penyesuaian sosial. Pada perubahan sosial ini, remaja harus menyesuaikan diri dengan lawan jenis dalam hubungan yang sebelumnya belum pernah ada dan harus menyesuaikan dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga dan sekolah (Fitriah, 2023). Santrock juga berpendapat bahwa masa remaja merupakan masa yang sangat dinamis dalam tahapan kehidupan manusia yang ditandai berbagai percepatan bagi individu yang bersangkutan, baik dalam perkembangan fisik, kognitif, afektif, moral maupun sosialnya (Alam, Fitriani, & Mujiono, 2023).

Schneiders mendefinisikan penyesuaian diri sebagai proses berkelanjutan yang dinamis, di mana individu berupaya mengubah perilakunya untuk menciptakan hubungan yang lebih harmonis antara dirinya dengan lingkungannya (Atho'llah, 2023). Ia juga memaparkan tiga sudut pandang penyesuaian diri: sebagai adaptasi, konformitas, dan penguasaan. Dalam konteks ini, penyesuaian sosial merupakan salah satu indikator penting keberhasilan remaja dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat, baik dengan teman sebaya, guru, maupun lingkungan sosial lainnya. 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 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. Penyesuaian sosial menurut Schnirders dapat berlangsung karena adanya dorongan manusia untuk memenuhi kebutuhan. Pemenuhan

kebutuhan ini adalah untuk mencapai keseimbangan antara tuntutan sosial dengan harapan yang ada dalam dirinya. Kepercayaan diri memainkan peran penting dalam mendukung kemampuan penyesuaian sosial. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi, menghadapi tantangan sosial, dan membangun hubungan yang positif.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan untuk melakukan sesuatu pada diri subjek sebagai karakteristik pribadi yang didalamnya terdapat keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional, dan realistis. Ghufroon dan Risnawita menjelaskan bahwa rasa percaya diri adalah keyakinan seseorang untuk melakukan berbagai kemampuan yang sesuai dengan karakteristik diri seseorang dimana didalam kemampuan itu terdapat bagian-bagian yang terpenting seperti keyakinan atas kemampuan diri, sikap optimis, objektivitas, rasa tanggung jawab, pendekatan rasional, dan realistis dalam kehidupannya (Ghufroon, 2014).

Berdasarkan angket kebutuhan siswa yang diisi oleh 36 siswa pada 3 Oktober 2024, sebanyak 22 siswa menunjukkan rendahnya percaya diri dan 24 siswa merasa belum banyak mengenal lingkungan sosial sekolahnya. Berdasarkan pengamatan penulis selama praktik lapangan di MAN 1 Garut menunjukkan bahwa beberapa siswa hanya bergaul dengan teman sebangku atau teman dari SMP yang sama. Hal ini menunjukkan adanya keterbatasan dalam interaksi sosial, terutama dalam beradaptasi di lingkungan baru. Siswa yang kurang memiliki rasa percaya diri cenderung merasa cemas dan terisolasi dalam interaksi sosial, baik di dalam kelas maupun di luar kelas. Mereka merasa kesulitan untuk membuka diri, berkomunikasi dengan teman sebaya, atau berpartisipasi aktif dalam berbagai kegiatan sekolah.

Lebih lanjut, hasil observasi menunjukkan sebagian besar siswa kelas X memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah. Hal ini berdampak pada kemampuan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial di sekolah. Beberapa siswa kesulitan dalam berinteraksi dengan teman sebaya, merasa cemas dalam berkomunikasi di depan, merasa insecure, merasa kurang percaya diri saat mengerjakan tugas atau ulangan, dan mengalami kesulitan dalam bersosial. Rendahnya rasa percaya diri ini dapat berimplikasi pada kinerja akademik siswa, karena ketidakmampuan mereka untuk mengatasi rasa cemas atau merasa insecure akan mempengaruhi keberanian mereka dalam berinisiatif, mengajukan pertanyaan, atau bahkan mengerjakan tugas dan ulangan dengan optimal. Penurunan kualitas akademik ini tentu berpotensi menurunkan motivasi belajar dan merugikan perkembangan potensi siswa secara keseluruhan.

Agustian menyatakan bahwa rasa percaya diri pada remaja ialah mampu untuk mengendalikan dan menjaga keyakinan dirinya, dapat membuat perubahan, mampu dalam menghadapi segala resiko tanpa merasa rendah diri, meskipun menghadapinya sendiri dan penuh berbagai rintangan (Agustian, 2003). Remaja yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mudah beradaptasi dengan lingkungan sosial mereka, seperti teman sebaya, guru, dan masyarakat sekolah. Mereka merasa lebih nyaman dalam berinteraksi, mengambil inisiatif, dan mengatasi tantangan sosial yang muncul. Sebaliknya, remaja yang kurang memiliki kepercayaan diri mungkin merasa cemas atau tidak aman dalam

berinteraksi dengan orang lain, yang bisa menghambat proses penyesuaian sosial mereka di sekolah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh antara kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian sosial pada siswa kelas X di MAN 1 Garut. Temuan awal dari angket dan observasi menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung menunjukkan kesulitan dalam menjalin hubungan sosial dengan teman baru, merasa tidak nyaman saat berbicara di depan umum, dan kurang berani menyampaikan pendapat di kelas. Penelitian ini berpotensi memberikan kontribusi terhadap pemahaman lebih mendalam mengenai pentingnya membangun kepercayaan diri siswa sejak awal memasuki jenjang sekolah menengah atas, karena berdampak pada keberhasilan mereka dalam beradaptasi secara sosial. Hasil ini juga menambah data empiris yang mendukung bahwa kepercayaan diri bukan hanya penting untuk perkembangan individu secara personal, tetapi juga dalam konteks sosial dan akademik.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X di Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 1 Garut dengan pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel secara acak tanpa mempertimbangkan strata tertentu dalam populasi.

Untuk memperoleh data empiris yang relevan dengan rumusan masalah dan pengujian hipotesis, digunakan instrumen berupa kuisioner berkala Likert. Instrumen yang digunakan terdiri dari dua jenis, yaitu:

1. Skala Kepercayaan Diri

Skala percaya diri yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan teori Lauster tentang kepercayaan diri dengan menekankan aspek utama yang berperan dalam kepercayaan diri individu, yaitu :

- a) Keyakinan akan Kemampuan diri
- b) Optimis
- c) Objektif
- d) Bertanggung Jawab
- e) Rasional

2. Skala Penyesuaian Sosial

Skala penyesuaian sosial yang digunakan dalam penelitian ini berdasarkan teori Hurlock tentang penyesuaian sosial dengan menekankan aspek-aspek sebagai berikut:

- a) Penampilan nyata
- b) Penyesuaian diri terhadap kelompok
- c) Sikap sosial
- d) Kepuasan pribadi

Untuk mengetahui setiap butir pada instrumen itu valid atau tidak, perlu dilakukan uji coba terlebih dahulu. Oleh karena itu, angket diuji cobakan pada siswa kelas X MAN 1 Garut di luar sampel penelitian. Dalam penelitian ini juga dilakukan uji reliabilitas untuk mengetahui

suatu instrumen cukup dapat dipercaya untuk digunakan sebagai alat pengumpul data karena instrumen tersebut sudah baik. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner dan wawancara. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan beberapa uji statistik, yaitu uji normalitas data, bertujuan untuk mengetahui apakah nilai residual berdistribusi normal atau tidak, uji linearitas, untuk mengetahui apakah variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan linear secara signifikan atau tidak, dan uji regresi linear sederhana, untuk menganalisis seberapa besar pengaruh variabel independen (kepercayaan diri) terhadap variabel dependen (penyesuaian sosial).

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial. Untuk menguji hipotesis, digunakan analisis regresi linear sederhana. Sebelum melakukan analisis regresi, terlebih dahulu dilakukan pengujian asumsi dasar.

Uji Normalitas Data

**Tabel 1. Hasil Uji Normalitas
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

			Unstandardized Residual
N			109
Normal Parameters ^{a,b} Mean			.0000000
Std. Deviation			10.40777323
Most Extreme Differences	Absolute		.061
	Positive		.052
	Negative		-.061
Test Statistic			.061
Asymp. Sig. (2-tailed) ^c			.200 ^d
Monte Carlo Sig. (2-tailed) ^e	Sig.		.407
	99% Confidence Interval	Lower Bound	.394
		Upper Bound	.419

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

e. Lilliefors' method based on 10000 Monte Carlo samples with starting seed 2000000.

Berdasarkan hasil uji normalitas diketahui bahwa nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,200 dan lebih besar dari 0,05, sehingga dapat dinyatakan bahwa nilai residual kedua variabel berdistribusi normal.

Uji Linearitas

Tabel 2. Hasil Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Penyesuaian Sosial * Kepercayaan Diri	Between Groups	(Combined)	9440.877	44	214.565	1.877	.011
		Linearity	5059.490	1	5059.490	44.252	<.001
		Deviation from Linearity	4381.386	43	101.893	.891	.652
	Within Groups		7317.362	64	114.334		
	Total		16758.239	108			

Berdasarkan hasil uji linearitas, dapat dilihat pada tabel ANOVA menunjukkan bahwa nilai *Deviation from Linearity* sebesar 0,652, yang berarti lebih dari 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel bebas dan variabel terikat memiliki hubungan yang linear.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk mengetahui adanya pengaruh kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial. untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh pada penelitian ini, maka peneliti melakukan analisis data dengan Regresi Linear Sederhana melalui *SPSS for Windows versi 30.00*. Adapun hasil uji regresi linear sederhana disajikan sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Uji Determinasi *Model Summary*

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.549 ^a	.302	.295	10.456

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

Berdasarkan data *SPSS Model Summary* tersebut, maka diketahui nilai koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,302 jika dipersenkan sebesar 30,2 % hal ini menunjukkan bahwa dengan menggunakan model Summary bahwa variabel bebas (kepercayaan diri) memiliki pengaruh terhadap variabel terikat (penyesuaian sosial) sebesar 30,2 % sedangkan 60,8 % dipengaruhi oleh variabel atau faktor lainnya.

Tabel 4. ANOVA Uji Regresi

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	5059.490	1	5059.490	46.276	<.001 ^b

Residual	11698.748	107	109.334		
Total	16758.239	108			

a. Dependent Variable: Penyesuaian Sosial

b. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

Berdasarkan pada tabel ANOVA bahwa ada pengaruh nyata (signifikan) variabel kepercayaan diri (X) terhadap variabel penyesuaian sosial (Y) dari tabel ANOVA terlihat F hitung sebesar 46.276 dengan tingkat signifikansi probabilitas $0.01 < 0.05$, maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi ada pengaruh variabel kepercayaan diri (X) terhadap variabel (Y).

Hipotesis pada penelitian ini adalah adanya pengaruh dari variabel kepercayaan diri (X) terhadap variabel penyesuaian sosial (Y). pada pengujian hipotesis ini pengambilan keputusan dilakukan dengan melihat nilai signifikansi pada tabel *coefficient* dengan taraf signifikansi 5% dengan kriteria :

1. Jika nilai signifikansi uji $t > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Artinya tidak ada pengaruh antara variabel kepercayaan diri (X) terhadap variabel penyesuaian sosial (Y).
2. Jika nilai signifikansi uji $t < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya terdapat pengaruh antara variabel kepercayaan diri (X) terhadap variabel penyesuaian sosial (Y).

Tabel 5. Tabel koefisien

<i>Coefficients^a</i>					
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	
Model		B	Std. Error	Beta	T Sig.
1	(Constant)	53.032	9.516		5.573 <.001
	Kepercayaan Diri	.593	.087	.549	6.803 <.001

a. Dependent Variable: Penyesuaian Sosial

Hasil pengujian hipotesis pada tabel di atas dapat dilihat nilai signifikansi sebesar 0.001 lebih kecil dari 0,05, maka menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara variabel kepercayaan diri (X) terhadap penyesuaian sosial variabel (Y). Berdasarkan tabel di atas apabila didistribusikan kedalam persamaan $Y = \alpha + bx$, maka hasilnya sebagai berikut:

$$Y = 53.032 + (0,593) X$$

Persamaan regresi linear sederhana di atas dapat diinterpretasikan sebagai berikut:

1. $\alpha = 53.032$ memiliki nilai positif yang menunjukkan adanya pengaruh positif variabel X
2. $b = 0,593$ merupakan nilai koefisien regresi variabel X terhadap variabel Y artinya apabila variabel X mengalami kenaikan satu satuan maka variabel Y akan mengalami peningkatan sebesar 0,593 atau 59,3%.

Untuk menentukan kategorisasi gambaran umum variabel, digunakan lima jenjang kategori, yaitu “sangat tinggi,” “tinggi,” “sedang,” “rendah,” dan “sangat rendah,” dengan mengacu pada batasan-batasan yang dikemukakan oleh Azwar.

Tabel 6. Interval Kategori Frekuensi Variabel Percaya Diri

No.	Kategori interval	Frekuensi		Kategori
		F	%	
1	>127	8	7%	Sangat tinggi
2	115 - 127	21	19%	Tinggi
3	103 - 115	46	42%	Sedang
4	91 - 103	27	25%	Rendah
5	<92	7	6%	Sangat Rendah
Jumlah		109	100%	

Tabel 7. Interval Kategori Frekuensi Variabel Penyesuaian Sosial

No.	Kategori interval	Frekuensi		Kategori
		F	%	
1	>135	12	11%	Sangat tinggi
2	123- 135	24	22%	Tinggi
3	111 - 123	49	45%	Sedang
4	99-111	24	22%	Rendah
5	< 99	0	0%	Sangat Rendah
Jumlah		109	100%	

PEMBAHASAN DAN DISKUSI

Kepercayaan Diri

Gambaran kepercayaan diri siswa diperoleh berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan pada 21 Januari 2025 dengan jumlah responden 109 orang. Variabel kepercayaan diri diukur melalui 36 butir pernyataan menggunakan empat alternatif jawaban dalam rentang skor 1 hingga 4. Hasil analisis menunjukkan bahwa kepercayaan diri responden berada pada kategori “sangat tinggi” sebanyak 8 siswa (7%), kategori “tinggi” sebanyak 21 siswa (19%), kategori “sedang” sebanyak 46 siswa (42%), kategori “rendah” sebanyak 27 siswa (25%), kategori “sangat rendah” sebanyak 7 siswa (6%). Dengan demikian, mayoritas siswa berada dalam kategori kepercayaan diri sedang.

Terkait lima aspek kepercayaan diri, masing-masing menunjukkan kategori sedang: keyakinan akan kemampuan diri (73%), optimisme (72%), objektivitas (80%), tanggung jawab (81%), dan rasionalitas (84%). Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun secara umum berada dalam kategori sedang, beberapa aspek menunjukkan kecenderungan yang relatif tinggi.

Penyesuaian Sosial

Variabel penyesuaian sosial diukur melalui 37 butir pernyataan dengan empat alternatif jawaban dalam skala yang sama. Berdasarkan hasil analisis, sebanyak 12 siswa (11%) berada pada kategori "sangat tinggi", 24 siswa (22%) pada kategori "tinggi", 49 siswa (45%) pada kategori "sedang", dan 24 siswa (22%) pada kategori "rendah". Tidak terdapat siswa yang berada pada kategori "sangat rendah". Dengan demikian, penyesuaian sosial siswa kelas X MAN 1 Garut secara umum berada dalam kategori sedang (45%). Berdasarkan keempat aspek penyesuaian sosial, hasilnya adalah sebagai berikut: penampilan nyata (70%), penyesuaian diri terhadap kelompok (72%), sikap sosial (64%), dan kepuasan pribadi (71%), sehingga seluruhnya berada dalam kategori sedang.

Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Penyesuaian Sosial

Berdasarkan Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial siswa kelas X MAN 1 Garut. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kepercayaan diri siswa, maka semakin baik pula kemampuannya dalam menyesuaikan diri secara sosial. Namun demikian, pengaruh tersebut tidak bersifat dominan secara mutlak, karena nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,302 menunjukkan bahwa sebesar 30,2% variasi penyesuaian sosial dipengaruhi oleh kepercayaan diri, sementara sisanya sebesar 69,8% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel tersebut.

Siswa yang dapat melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sosial (terutama lingkungan baru) akan menunjukkan sikap yang menyenangkan ketika memulai sebuah hubungan dengan orang lain baik individu maupun kelompok sosial yang ada di sekitarnya. Menurut Darajat, siswa yang mempunyai rasa percaya diri maka dia akan mampu menyesuaikan diri dengan kerabat, teman-teman, dan orang-orang yang ada di sekitarnya serta lingkungan sosialnya (Darajat, 1982). Lingkungan menjadi tempat yang memberikan pengaruh pada seseorang dalam memiliki tingkat penyesuaian sosial yang baik. Dengan adanya rasa percaya diri dalam diri siswa membantu dalam interaksi karena siswa lebih menerima kekurangan apa yang ada pada dirinya tanpa adanya rasa rendah diri.

Distribusi persamaan regresi linear sederhana dalam penelitian ini menunjukkan: $Y = \alpha + bx$, menghasilkan $Y = 53.032 + (0,593)X$, dimana $\alpha = 53.032$ menunjukkan pengaruh positif tetap, dan koefisien $b = 0,593$ menunjukkan bahwa setiap kenaikan satu satuan kepercayaan diri akan meningkatkan penyesuaian sosial sebesar 0,593 satuan. Temuan ini konsisten dengan teori Lauster yang menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan bagian integral dalam perkembangan pribadi dan kemampuan berinteraksi sosial (Lauster, 2008). Dalam kaitannya dengan teori Hurlock, individu yang mampu menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan sosialnya akan mudah dalam menghadapi interaksi sosial dan mengatasi rintangan dalam lingkungan sosialnya (Hurlock, 1978). Dari penelitian ini dapat diartikan bahwa peningkatan kepercayaan diri membantu seseorang dalam menyesuaikan diri di lingkungan sosialnya dengan situasi dan norma yang ada di lingkungannya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan dengan salah satu siswa, diketahui bahwa yang menjadikan dirinya memiliki rasa percaya diri yang tinggi adalah dukungan keluarga. Menurut siswa tersebut bahwa yang menjadikan siswa itu mudah untuk menyesuaikan diri di

lingkungan sosial yaitu rasa percaya dirinya yang tinggi. Dengan demikian dapat ditegaskan bahwa kepercayaan diri berperan penting dan berpengaruh dalam membentuk kemampuan berinteraksi sosial di lingkungan pendidikan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Garut berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 42%, hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari populasi memiliki tingkat kepercayaan diri yang berada di antara rendah dan tinggi, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa masih menghadapi tantangan dalam membangun kepercayaan diri. Penyesuaian sosial juga berada pada kategori sedang dengan presentase sebesar 45%, hal ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari populasi memiliki kemampuan penyesuaian sosial yang cukup baik, namun masih menghadapi tantangan dalam berinteraksi atau menyesuaikan diri dengan situasi sosial di sekolah yang perlu diperhatikan lebih lanjut.

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa variabel kepercayaan diri memberikan pengaruh terhadap penyesuaian sosial sebesar 30,2%, berdasarkan nilai koefisien determinasi ($R^2 = 0,302$), sedangkan 60,8 % dipengaruhi oleh variabel atau faktor lainnya. Dengan demikian, kepercayaan diri memiliki kontribusi yang cukup signifikan terhadap kemampuan siswa dalam beradaptasi secara sosial. Persamaan regresi menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan pada kepercayaan diri akan menyebabkan peningkatan sebesar 0,593 satuan pada penyesuaian sosial. Temuan ini menegaskan pentingnya membangun kepercayaan diri sejak dini sebagai fondasi utama dalam pembentukan kompetensi sosial siswa di lingkungan pendidikan formal.

DAFTAR REFERENSI

- Agustian, A. G. (2003). *Rahasia Sukses Membangun ESQ Power*. Jakarta: Arga.
- Agustiani, H. (2006). *Psikologi Perkembangan (Pendekatan Ekologi Kaitannya dengan Konsep Diri)*. Bandung: Pt. Refika Aditama.
- Alam W. S., Fitriana. S., & Mujiono, M. (2023). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Siswa Kelas X SMAN 1 Bae Kudus. *Jurnal Sadewa Publikasi Ilmu Pendidikan, Pembelajaran dan Ilmu Sosial*, 1(4), 181–188. <https://doi.org/10.61132/sadewa.v1i4.252>.
- Atho'illah, M. F., Suyati, T., & Setiawan A. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Siswa Putra Kelas VII SMP Al Musyaffa Kendal. (2023). *Bersatu Jurnal Pendidikan Bhinneka Tunggal Ika*, 1(5), 284–298. <https://doi.org/10.51903/bersatu.v1i5.370>.
- Darajat, Z. (1982). *Penyesuaian Diri*. Jakarta: Bulan Bintang.
- Fitriah, A. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja di Kelas II SMP Muhammadiyah 1 Malang. *Studia Insania*, 1(1). 53-74.

- Ghufron, N. D. (2014). *Teori-teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Harwanti. (2021). *Penyesuaian Diri Remaja terhadap Lingkungan Baru*. Banyumas: CV. Pena Persada.
- Hurlock, E. (1978). *Psikologi Perkembangan Anak 1* (Edisi keenam) (Meitasari & Zarkasih, Trans.). Jakarta: Erlangga.
- Lauster. (2008). *Tes Kepribadian*. Jakarta: Bumi Aksara.