

## HUBUNGAN PERCAYA DIRI DENGAN PENYESUIAN DIRI SISWA FAFAGE AKADEMI FUTSAL BANJARNEGARA

Dadang Dwi Santoso<sup>1</sup>, Dini Rakhmawati<sup>2</sup>, Venty<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang

e-mail: \*[dadangsantoso636@gmail.com](mailto:dadangsantoso636@gmail.com), [dinirakhmawati@upgris.ac.id](mailto:dinirakhmawati@upgris.ac.id),  
[venty@upgris.ac.id](mailto:venty@upgris.ac.id)

**Abstract.** *The rationale behind conducting research in this area stems from the fact that students often experience a decline in self-confidence when they find themselves in a new environment. The aim of the intended quantitative thesis is to ascertain the extent to which confidence is related to self-adaptation of students enrolled at the Fafage Futsal Academy in Banjarnagar. To conduct this investigation, a quantitative approach was used. This research covers the entire student population at the Fafage Futsal Academy, totaling 90 individuals. A total of 65 students were selected as samples through a saturated sampling technique for data collection purposes. The tools used in the data collection process involve the use of a self-confidence scale and an adjustment scale specifically for students. The results of the research show that there is a correlation between the level of self-confidence and the level of adjustment among students in the context of the futsal academy in Banjarnegara*

*Keywords: Adaptation, Confidence*

**Abstrak.** Alasan di balik melakukan penelitian di bidang ini berasal dari fakta bahwa siswa sering mengalami penurunan kepercayaan diri ketika mereka menemukan diri mereka di lingkungan baru. Tujuan dari tesis kuantitatif yang dimaksud adalah untuk memastikan sejauh mana kepercayaan terkait dengan adaptasi diri siswa yang terdaftar di Akademi Futsal Fafage di Banjarnagar. Untuk melakukan penyelidikan ini, pendekatan kuantitatif digunakan. Penelitian ini mencakup keseluruhan populasi siswa di Akademi Futsal Fafage, yang berjumlah 90 individu. Sebanyak 65 siswa dipilih sebagai sampel melalui teknik sampling jenuh untuk keperluan pengumpulan data. Alat yang digunakan dalam proses pengumpulan data melibatkan penggunaan skala kepercayaan diri dan skala penyesuaian diri khusus untuk siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan korelasi antara tingkat kepercayaan diri dan tingkat penyesuaian diri di kalangan mahasiswa pada konteks akademi futsal di Banjarnegara

*Kata kunci: percaya diri, penyesuaian diri*

### A. PENDAHULUAN

Masa remaja sering diidentifikasi sebagai periode perubahan, di mana transformasi tersebut dapat terlihat pada remaja yang mengalaminya. Perubahan ini mencakup aspek fisik, mental, serta dimensi emosional, sosial, dan personal remaja,

yang menghasilkan perubahan signifikan dalam respons dan perilaku remaja terhadap tantangan yang dihadapi. Desmita (2016: 191) menyatakan bahwa adaptasi diri melibatkan konsep psikologi yang luas, mencakup respons individu terhadap tuntutan dari lingkungan eksternal dan internal. Secara sederhana, tantangan penyesuaian diri melibatkan seluruh aspek kepribadian individu dalam interaksinya dengan lingkungan sekitarnya, baik yang berasal dari dalam maupun luar diri individu.

Penyesuaian diri, menurut Rizqiyah (2017: 4), merujuk pada suatu proses individu dalam menjaga keseimbangan antara kebutuhan yang harus dipenuhi dan tuntutan yang harus dijalankan dalam lingkungan, sehingga individu merasa puas dengan diri sendiri dan lingkungannya. Selain itu, remaja di sekolah diajarkan nilai-nilai dan norma-norma masyarakat untuk memungkinkan mereka mematuhi aturan yang berlaku. Dalam konteks Akademi Futsal Fafage Banjarnegara, hampir sepertiga waktu siswa dihabiskan di sekolah, sehingga pengaruh positif dari lingkungan sekolah dapat signifikan terhadap perkembangan remaja.

Pentingnya penyesuaian diri ditekankan oleh Azhari, Mayangsari, dan Ertyna (2015: 21), yang menyebutkan bahwa perubahan dalam kelompok teman sebaya dapat memunculkan tantangan penolakan atau penerimaan dalam pergaulan remaja. Schneiders, yang dikutip oleh Rosidah (2016: 136), mengungkapkan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu proses yang melibatkan respons mental dan perilaku, di mana individu berusaha memenuhi kebutuhan internalnya untuk mengatasi masalah dan mencapai keseimbangan internal.

Komponen-komponen terkait dengan keyakinan diri, seperti yang diuraikan oleh Sarastika (2014: 51), melibatkan kepercayaan diri dan kompetensi pribadi, kecenderungan untuk optimisme, objektivitas, akuntabilitas, rasionalitas, dan lainnya. Ardi (2014: 10) menekankan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri mampu membuat keputusan secara mandiri, mengekspresikan diri tanpa tekanan eksternal, dan memiliki rasa diri yang kuat.

Dalam konteks Fafage Akademi Futsal Banjarnegara, fenomena di lapangan menunjukkan bahwa beberapa siswa cenderung enggan berinteraksi dengan teman baru dan lebih memilih berkumpul dengan teman-teman dari SD. Hasil wawancara

dan Angket Kebutuhan Peserta Didik (AKPD) juga menunjukkan bahwa masalah sosial, terutama dalam penyesuaian diri, menjadi perhatian utama siswa, dengan indikator seperti kesulitan bersosialisasi, ketidakmampuan mengenal lingkungan baru, dan kesulitan berinteraksi dengan guru dan karyawan sekolah.

Percaya diri, menurut Hasmayani (2014: 100), menjadi faktor utama dalam penyesuaian diri, memungkinkan remaja untuk mengontrol aspek-aspek dalam dirinya dan mencapai keberhasilan. Proses penyesuaian diri di lingkungan sekolah sangat penting, terutama dalam menghadapi berbagai komponen dan fasilitas yang ada. Siswa yang dapat beradaptasi dengan baik terhadap kondisi sekolah menunjukkan tingkat antusiasme dan motivasi yang lebih tinggi terhadap studi mereka.

Studi-studi sebelumnya, seperti penelitian oleh Irma dan Caroline pada tahun 2020, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa mengalami hambatan dalam penyesuaian diri di sekolah, yang ditandai dengan perubahan cara belajar, kurang fokus di kelas, sikap acuh pada guru, dan mencari alasan untuk tidak berada di kelas. Dalam konteks ini, percaya diri muncul sebagai faktor utama pendorong penyesuaian diri.

Dalam merespon permasalahan tersebut, penelitian ini ingin mengkaji secara lebih mendalam hubungan antara percaya diri dan penyesuaian diri siswa di Fafage Akademi Futsal Banjarnegara. Pertanyaan penelitian dirumuskan sebagai berikut: "Apakah terdapat korelasi antara tingkat percaya diri dan kemampuan penyesuaian diri pada siswa Fafage Akademi Futsal Banjarnegara?" dengan maksud untuk mengidentifikasi pengaruh hubungan antara percaya diri dan penyesuaian diri pada siswa Fafage Akademi Futsal Banjarnegara.

## **B. LANDASAN TEORI**

### **1. Penyesuaian Diri**

#### **a. Pengertian penyesuaian diri**

Penyesuaian diri merupakan kemampuan seseorang untuk memenuhi salah satu persyaratan mental dan dapat mengakui diri sendiri dan dapat mengambil bagian dalam keberadaannya tanpa adanya perselisihan dan mampu mengakui

aktivitas sosial dan berpartisipasi dalam aktivitas persahabatan di lingkungan umum. (Khatib, 2012)

b. Ciri-ciri penyesuaian diri

Seriwati (2017: 58) mengidentifikasi dua bentuk ciri-ciri penyesuaian diri, yaitu penyesuaian diri bersifat positif dan penyesuaian diri bersifat negatif. Karakteristik penyesuaian diri positif meliputi tidak adanya tanda-tanda ketegangan emosional, ketiadaan mekanisme psikologis, persepsi terhadap realitas, pertimbangan rasional dan pengaturan diri, serta hubungan interpersonal yang baik. Sementara itu, penyesuaian diri yang bersifat negatif melibatkan reaksi bertahan, reaksi agresif, dan reaksi melarikan diri (Cahyadi 2012: 263).

Menurut Schneiders, individu yang berhasil menyesuaikan diri memiliki beberapa ciri khas, seperti mempunyai pengetahuan dan pemahaman serta penerimaan diri sendiri, mempertahankan integritas pribadi, memiliki arah dan tujuan yang jelas, memiliki perasaan humor, bertanggung jawab, menunjukkan kematangan respons, mengembangkan kebiasaan baik, bebas dari respons simptomatik atau cacat, mampu bekerja dengan orang lain dan memiliki minat terhadap orang lain, memiliki orientasi yang kuat terhadap realitas, serta merasakan kepuasan dalam pekerjaan dan bermain (Cahyadi 2012: 263).

c. Faktor penyesuaian diri

Sunarto dan Hartono (2018:229) menegaskan bahwa faktor-faktor yang mengatur sifat otentik individu, baik asal internal maupun eksternal, dapat diklasifikasikan sebagai sekunder. Penentu transformasi ini tidak dapat dipisahkan dari komponen yang mengatur kesadaran diri dan regulasi bertahap. Beberapa faktor penentu ini terdiri dari: Kondisi fisik: Terdiri dari unsur-unsur seperti genetika, konstitusi fisik, pengaturan saraf, sistem kelenjar dan otot, kesejahteraan, penyakit, dan konstituen serupa. Perkembangan dan kedewasaan: Secara khusus berkaitan dengan pematangan intelektual, sosial, moral, dan emosional. Penentu psikologis: Terkait dengan pengalaman, pembelajaran, keadaan psikologis, penentuan nasib sendiri, frustrasi, dan konflik. Kondisi lingkungan: Terutama

mencakup lingkungan dan pengaruh yang berasal dari lingkungan pendidikan. Penentu budaya: Meliputi komponen budaya, termasuk faktor agama.

## 2. Percaya Diri

### a. Konsep percaya diri

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Asiyah, Walid, dan Kusumah (2019:219), kepercayaan diri dapat didefinisikan sebagai pola pikir konstruktif di mana seseorang menumbuhkan persepsi yang baik tentang diri sendiri dan lingkungan sekitarnya. Keadaan kepercayaan ini mencakup rasa aman dalam kemampuan dan ketajaman seseorang. 2. Ciri-ciri percaya diri

Tingkat kepercayaan diri dapat tercermin melalui perilaku seseorang, dengan adanya dua aspek gambaran diri, yaitu gambaran diri yang positif dan gambaran diri yang negatif. Gambaran diri positif terbentuk ketika individu menerima umpan balik positif, seperti pujian dan penghargaan, sementara gambaran diri negatif terkait dengan ejekan dan perlakuan merendahkan.

Menurut Anggreni (2017: 5), karakteristik dari kepercayaan diri melibatkan beberapa elemen, seperti keyakinan terhadap kemampuan diri, keberanian untuk menjadi diri sendiri, kestabilan emosi yang mencerminkan kemampuan untuk mengendalikan ekspresi emosi agar merespons tekanan dengan tepat dan tetap tenang. Kemampuan untuk mempertahankan harapan meskipun tidak selalu terwujud, ketekunan yang tercermin dalam sikap tidak mudah menyerah di hadapan rintangan, serta ketidakbergantungan pada penerimaan dari kelompok lain dan kemampuan untuk tidak selalu membutuhkan bantuan dari orang lain.

## C. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan penelitian korelasional. Populasi yang terlibat dalam penelitian ini mencakup 90 siswa, sementara sampelnya terdiri dari 65 siswa kelas basic dan 25 siswa yang mengikuti Try Out. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa skala psikologis untuk mengukur tingkat percaya diri dan penyesuaian diri siswa.

## D. HASIL PENELITIAN

**Tabel 1. Korelasi Product Moment**

		percaya diri	penyesuaian diri
percaya diri	Pearson Correlation	1	,350**
	Sig. (2-tailed)		,004
	N	65	65
penyesuaian diri	Pearson Correlation	,350**	1
	Sig. (2-tailed)	,004	
	N	65	65

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

Berdasarkan data yang disajikan dalam tabel, diperoleh signifikansi statistik 0,004, yang ditemukan lebih kecil dari nilai alfa yang telah ditentukan 0,05. Akibatnya, hipotesis nol (Ho) dapat ditolak. Hasil ini menyiratkan bahwa ada hubungan yang jelas antara tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian diri pada siswa Fafage yang menghadiri Akademi Futsal Banjarnagar. Selain tingkat signifikansi, koefisien korelasi  $0,350 < 0,020$  juga dapat diamati. Koefisien ini menunjukkan hubungan positif antara dua variabel, kepercayaan diri dan penyesuaian diri. Namun, perlu dicatat bahwa kekuatan hubungan ini dapat diklasifikasikan sebagai korelasi yang lemah.

### E. PEMBAHASAN

Temuan yang berkaitan dengan variabel kepercayaan dalam penelitian mengungkapkan bahwa di antara responden, 4 peserta didik atau 6,15% termasuk dalam kategori kepercayaan yang sangat tinggi. Sedangkan untuk kategori kepercayaan sedang, menyumbang 18,46% atau 12 peserta didik. Selanjutnya, kategori kepercayaan sedang terdiri dari 31,3% atau 26 peserta didik. Di sisi lain, kategori kepercayaan rendah terdiri dari 64,62% atau 42 siswa. Berdasarkan hasil ini, orang dapat menyimpulkan bahwa tingkat kepercayaan siswa dikategorikan rendah, mengingat 64,62% siswa, total 65 responden, menunjukkan kepercayaan diri yang rendah.

Mengenai variabel penyesuaian diri, ditentukan bahwa 10 peserta didik atau 15,38% termasuk dalam kategori skala penyesuaian yang sangat tinggi. Kategori skala penyesuaian diri yang tinggi menyumbang 10,77% atau 7 peserta didik. Demikian pula, kategori skala penyesuaian diri sedang terdiri dari 58,46% atau 38 peserta didik, sedangkan kategori skala penyesuaian diri rendah terdiri dari 15,38%

atau 10 peserta didik. Dari temuan ini, dapat disimpulkan bahwa skala penyesuaian diri siswa berada pada tingkat sedang. Kesimpulan ini diambil dari fakta bahwa 58,46% dari jumlah total siswa atau responden, yang berjumlah 65, termasuk dalam kategori moderat.

## F. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan oleh peneliti, dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat korelasi antara dua variabel, yakni variabel Percaya Diri dan variabel Penyesuaian Diri pada peserta didik. Nilai korelasi yang diperoleh sebesar 0,350 menunjukkan adanya hubungan positif antara tingkat percaya diri dan penyesuaian diri peserta didik. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_a$ ) dapat diterima, artinya ada hubungan positif antara percaya diri dan penyesuaian diri siswa Fafage Futsal Akademi Banjarnegara.

## G. DAFTAR RUJUKAN

- Desmita 2016. Psikologi Perkembangan Peserta Didik, Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Rizqiyah, M. (2017). Peranan Guru Bk Dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru Di Smp It Abu Bakar Yogyakarta. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(2).
- Rosidah, A. (2016). Bimbingan Kelompok melalui Teknik Problem Solving untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa Terisolir. *Jurnal Fokus Konseling*, 2(2), 136-143.
- Hakim. 2005. Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta : Puspa Swara
- Abdul Amin. (2018). Hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian diri pada Remaja. *Jurnal Psikologi* September 2018, Vol. 5, No. 2, hal. 79-85
- Hasmayni, B. (2014). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri Remaja. *Jurnal Analitika*
- Rahmah, & Novianti, D. (2017). Hubungan Percaya Diri dengan Kreativitas Guru di Tk Se-Kelurahan Tangkerang Kecamatan Marpoyan Damai Pekanbaru Riau. *Jurnal Ilmiah Visi PGTK PAUD Dan DIKMAS*
- Ariati, P. (2021). Meningkatkan Penyesuaian Diri terhadap Lingkungan Sekolah melalui Layanan Bimbingan Klasikal pada Siswa Kelas 7A SMP N 7 Muaro Jambi Tahun Pelajaran 2019-2020. *Jurnal Ilmiah Dikdaya*
- Kristianawati, E., & Djalali, M.A. 2015. Hubungan antara Kematangan Emosi dan Percaya Diri dengan Penyesuaian Sosial. *Jurnal Psikologi Indonesia*.
- Ambarini Widjaya. (2017). Hubungan antara percaya diri dengan penyesuaian sosial Siswa Kelas X di SMA Negeri 3 Bantul. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta
- Adiningtiyas, S. W. 2015. Hubungan kecerdasan emosi dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program*, 2(2)..

- Aristiani, R. 2016. Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 2(2).
- Asiyah, A., Walid, A., & Kusumah, R. G. T. 2019. Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa Pada Mata Pelajaran IPA. *Scholaria: Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*, 9(3), 217-226.
- Asrizal, La Ode Muharam. Dodi Priyatmo Silondae. 2019. Perbandingan Efektivitas Bimbingan Kelompok Teknik Permainan Dengan Bimbingan Kelompok Konvensional Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Di Smpn 1 Kontunaga. *Jurnal BENING Volume 3 Nomor 1 Januari 2019*, 78-84.
- Desmita. 2009. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Ciptya.
- Fatimah, E. 2006. *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)*. Bandung: Pustaka Setia, 142, 146.
- Ginting, P. J. P. 2019. Penyesuaian Diri Dalam Organisasi. *MPU PROCURATIO*, 1(2 Oktober), 219-225.
- Hasmayni, Babby. 2014. Hubungan Antara percaya Diri Dengan Penyesuaian Diri Remaja. Vol. 6 No. 2
- Kumalasari, D. 2017. Konsep Behavioral Therapy dalam Meningkatkan Rasa Percaya Diri pada Siswa Terisolir. *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam*, 14(1), 15-24.
- Kusdiyati, S., & Halimah, F. 2011. Penyesuaian diri di lingkungan sekolah pada siswa kelas XI SMA pasundan 2 bandung. Universitas Ahmad Dahlan.
- Kushartanti, A. 2009. Perilaku Menyontek Ditinjau Dari percaya Diri.
- Kusumaningtyas, L. E. 2012. Sekilas Tentang Rasa Percaya Diri Pada Remaja. *Widya Wacana: Jurnal Ilmiah*, 8(2).
- Mahmudi, MH dan Suroso. 2014. Efikasi Diri, Dukungan Sosial Dan Penyesuaian Diri Dalam Belajar. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, Vol. 3, No. 02:183-194..
- Matondang, Z. 2009. Validitas dan reliabilitas suatu instrumen penelitian. *Jurnal tabularasa*, 6(1), 87-97.
- Mildawani, T. S. 2014. *Membangun Kepercayaan Diri*. Jakarta: Lestari Kiranatama
- Muhidin, S. A., & Abdurahman, M. 2011. Analisis Korelasi, Regresi, dan Jalur dalam Penelitian. Bandung: CV Pustaka Setia.
- Nur Aini, D. S. 2014. Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Sosiodrama Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling 3 (2) (2014)*, 105-110.
- Rahmi, S. 2015. Pengaruh Pendekatan Perilaku Kognitif Terhadap Tingkat Penyesuaian Diri Siswa Di Kelas Vii Smp Negeri 29 Makassar. Volume 1 Nomor 1 Juni 2015. Hal 28-38, 23-38.
- Ridha,N.2017. Proses penelitian, masalah, variabel dan paradigma penelitian. *Hikmah*, 14(1), 62-70.
- Rizqiyah, M. 2017. Peranan Guru Bk Dalam Membantu Penyesuaian Diri Siswa Baru. *Jurnal Bimbingan Konseling dan Dakwah Islam Vol. 14, No. 2, Desember 2017*, 1-14.
- Rohayati, I. 2011. Program Bimbingan Teman Sebaya Untuk Meningkatkan Percaya Diri Siswa. *Edisi Khusus No. 1, Agustus 2011*, 368-376.
- Seriwati, S. 2018. Penerapan Konseling Kelompok Realita Untuk Meningkatkan Penyesuaian Diri Di Sekolah. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Ar-Rahman*, 3(2), 56-60.
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta
- Sunarto. 2018. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Rineka Ciptya.

- Supardi. 2016. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Bimbingan & Konseling. Yogyakarta: ANDI Offset
- Tanjung, Z., & Amelia, S. 2017. Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia), 2(2).
- Widjaja, Hendra. 2016. Berani Tampil Beda dan Percaya Diri. Yogyakarta: Araska
- Yudihartanti, Y. 2018. Analisa Korelasi Mata Kuliah Penelitian Dengan Tugas Akhir Menggunakan Model Product Moment. Progresif: Jurnal Ilmiah Komputer, 13(2).