

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Kepercayaan Diri (*Self confidence*)

1. Pengertian Kepercayaan Diri (*Self confidence*)

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek yang sangat penting dimiliki oleh setiap individu. Kepercayaan diri selalu berkaitan dengan sikap atau keyakinan seseorang akan kemampuan dirinya sendiri dalam segala tindakan yang dilakukannya, karena dengan seseorang memiliki kepercayaan diri ia akan mampu mengaktualisasikan segala potensi yang dimiliki, mampu melakukan dan menyelesaikan aktivitas kesehariannya, terutama dalam kehidupan bermasyarakat menjadikan kepercayaan diri merupakan atribut penting yang harus dimiliki. Sehingga kepercayaan diri diperlukan baik oleh seorang anak maupun orang tua, secara individu maupun kelompok.¹

Kepercayaan diri merupakan keyakinan dalam jiwa seseorang bahwa kehidupan memiliki tantangan yang harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri lahir dari kesadaran seseorang ketika ia memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai. Jadi, dapat dikatakan percaya diri terbentuk dari keyakinan diri sendiri, sehingga merasa mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.²

Menurut Willis kepercayaan diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.³ Kepercayaan diri

¹ Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 33.

² Mildawani, *Membangun Kepercayaan Diri*, 3.

³ Mildawani, 35.

diawali dengan gambaran yang positif dalam diri sendiri, yang terbentuk dengan penerimaan umpan balik yang positif berupa pujian dan penghargaan. Percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya.⁴ Seseorang dikatakan memiliki kepercayaan diri ketika ia merasa puas dengan dirinya, merasa memiliki keterampilan serta kemampuan, dan dapat menunjukkan keberhasilan yang dicapai dalam keluarga maupun masyarakat, karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Zakiah Darajat berpendapat, bahwa kepercayaan diri adalah rasa percaya terhadap diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil. Orang yang percaya pada diri sendiri dapat mengatasi segala faktor dan situasi, dan mampu menjalankan segala aktivitasnya dengan optimal tanpa perasaan frustrasi dan tertekan. Namun sebaliknya, seseorang dengan rasa percaya diri yang rendah atau kurang, ia akan sangat peka terhadap bermacam-macam situasi yang menekan.⁵

Sehingga dapat dikatakan, kepercayaan diri adalah rasa kepercayaan terhadap diri sendiri akan kemampuan dan potensi yang dimiliki, mampu memanfaatkannya secara tepat dalam menyelesaikan suatu masalah dengan situasi terbaik, dan mampu membawa suasana yang menyenangkan bagi orang banyak.

⁴ Hulukati, *Pengembangan Diri Siswa SMA*, 3.

⁵ Zakiah, *Kesehatan Mental*, 25.

2. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri

Seseorang yang mempunyai kepercayaan diri tinggi akan mampu bergaul secara fleksibel, mempunyai toleransi yang cukup baik, tidak mudah terpengaruh oleh orang lain dalam bertindak serta mampu menentukan langkah-langkah pasti dalam kehidupannya. Individu yang mempunyai kepercayaan tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu memperlihatkan kepercayaan dirinya setiap saat.⁶

Lauster mengemukakan beberapa aspek-aspek dari kepercayaan diri, yaitu⁷:

1. Keyakinan akan kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya.
2. Optimis, yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan.
3. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
4. Rasional, yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.
5. Mandiri, yaitu sikap positif seseorang untuk tidak bergantung pada orang lain.

⁶ Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 35.

⁷ Rifai, *Pentingnya Kepercayaan Diri Dan Dukungan Keluarga Dalam Kecemasan Matematika*, 31–33.

Dari beberapa aspek diatas, dapat dikatakan bahwa indikator utama dalam kepercayaan diri adalah memiliki keyakinan akan kemampaun dirinya,tidak mudah terpengaruh dengan orang lain, bertanggung jawab atas tindakan yang akan dilakukan, bersikap mandiri tidak bergantung pada orang lain, dan mudah menyesuaikan dirinya.

3. Karakteristik Kepercayaan Diri

Karakteristik seseorang yang memiliki rasa kepercaya diri yang proporsional, yaitu⁸:

- 1) Percaya akan kompetensi/kemampuan diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, ataupun rasa hormat orang lain. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan merasacukup dengan kemampuan atau kompetensi yang dimiliki tanpa harus diakui atau pujian dari orang lain.
- 2) Memiliki pengendalian diri yang baik dan memiliki emosi yang stabil. Kemampuan mengendalikan diri serta kestabilan emosi membuat orang yang percaya diri mudah berinteraksi dengan orang lain.
- 3) Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, dalam arti berani menjadi diri sendiri. Keberanian menjadi diri sendiri sering menjadikan orang byang memiliki percaya diri tidak mudah dipengaruhi untuk melakukan sesuatu yang tidak sesuai dengan prinsip hidupnya. Meskipun dengan resiko mendapat penolakan dari teman dekat sekalipun.

⁸ Hulukati, *Pengembangan Diri Siswa SMA*, 4.

- 4) Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya. Segala sesuatu dilihat sisi positifnya meskipun itu sesuatu yang menimbulkan kesulitan bagi dirinya. Melihat diri dan orang lain serta situasi di luar diri dari sisi yang positif, membuat orang yang percaya diri tampak seperti orang yang tidak bermasalah.

4. Karakteristik Rendahnya Kepercayaan Diri

Karakteristik individu yang kurang percaya diri atau rendahnya kepercayaan diri, yaitu⁹:

- 1) Sulit menerima realita diri (terlebih menerima kekurangan diri) dan memandang rendah kemampuan diri sendiri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri, hal ini yang membuat dirinya banyak mengalami kekecewaan disebabkan tidak tercapainya harapan-harapan itu.
- 2) Memiliki sikap pesimis, yang membuat dirinya tidak mau berbuat, karena merasa apa yang dilakukannya tidak ada gunanya atau sulit untuk dicapai. Orang yang memiliki rasa percaya diri yang rendah mudah menilai segala sesuatu dari sisi negatif, sehingga yang terpikirkan olehnya adalah segala kejelekan ataupun ketidakbaikan dari orang-orang atau segala sesuatu yang ada disekelilingnya.
- 3) Memiliki perasaan takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil. Orang yang memiliki rasa percaya diri rendah selalu diliputi perasaan takut gagal,

⁹ Hulukati, 5-7.

sehingga sering tidak mampu berbuat, meskipun dia mampu melakukannya.

- 4) Orang yang tidak percaya diri cenderung menolak pujian yang ditujukan secara tulus, karena orang yang tidak percaya diri merasa pujian itu tidaksesuai dengan keadaan dirinya ataupun menganggap ada sesuatu maksud dibalik pujian itu.
- 5) Orang yang tidak percaya diri selalu menempatkan/memposisikan diri sebagai yang terakhir, karena menilai dirinya tidak mampu, dan bukan karena menghargai orang lain, sehingga mendahulukan orang lain.
- 6) Orang yang tidak percaya diri mempunyai *external locus of control* dalam arti mudah menyerah pada nasib, mudah putus asa, tidak ulet, motivasi berprestasi rendah dan sangat tergantung pada keadaan dan pengakuan/penerimaan serta bantuan orang lain.

Kepercayaan diri memegang peranan yang sangat penting dalam keberhasilan seseorang. Maslow menyatakan bahwa percaya diri merupakan modal dasar untuk pengembangan aktualitas diri. Dengan seseorang memiliki kepercayaan diri, ia akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri dengan sangat baik. Sementara ketika seseorang memiliki rasa kepercayaan diri yang kurang, ia akan merasa kesulitan dalam menjalankan segala aktivitasnya karena akan menghambat perkembangan potensi diri. Menjadikan orang yang kurang percaya diri akan menjadi seseorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, takut dan ragu-ragu untuk

menyampaikan gagasan, serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.¹⁰

5. Faktor-faktor Kepercayaan Diri

Percaya diri tidak begitu saja muncul dalam diri manusia, tetapi ada faktor tertentu yang menimbulkan kepercayaan diri itu tumbuh. Menurut Lauster kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.¹¹ Kepercayaan diri pada dasarnya tidak tumbuh begitu saja dalam diri manusia, kepercayaan diri yang positif dapat muncul dengan proses pergaulan yang sehat di dalam lingkungan individu yang berkesinambungan dan kontinu. Kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam diri sendiri, norma dan pengalaman keluarga, tradisi kebiasaan dan lingkungan sosial atau kelompok dimana keluarga itu berasal. Jadi dapat dikatakan kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian berupa keyakinan yang timbul dengan adanya berbagai faktor, baik dari luar atau dari dalam (diri sendiri). Terbentuknya kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu:

1) Faktor Internal¹²

¹⁰ Kartono, *Psikologi Anak*, 202.

¹¹ Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 34.

¹² Mildawani, *Membangun Kepercayaan Diri*, 10.

- a. Konsep diri, menurut Anthony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dari pergaulan dalam suatu kelompok. Pada dasarnya, konsep diri merupakan gagasan tentang diri sendiri. Seseorang yang mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negatif, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri yang positif.
- b. Harga diri, merupakan penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang memiliki harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil dan percaya bahwa ia mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya.
- c. Kondisi fisik, yaitu pada perubahan kondisi fisik yang akan berpengaruh pada kepercayaan diri. Penampilan fisik bisa menjadi penyebab utama rendahnya harga diri dan rasa percaya diri seseorang. Ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang sangat terlihat. Kondisi fisik seperti porsi tubuh yang kegemukkan, tinggi badan yang ketinggian atau pendek, cacat anggota tubuh atau rusak salah satu indera merupakan kekurangan yang jelas terlihat oleh orang lain yang menimbulkan rasa kurang menghargai keadaan fisiknya karena merasakan kekurangan yang ada pada dirinya

dibandingkan dengan fisik orang lain. Menjadikan rasa minder yang memunculkan rasa kurang percaya diri.¹³

- d. Pengalaman hidup, dengan pengalaman dapat menunjukkan tinggi atau rendahnya tingkat kepercayaan diri anak. Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.

2) Faktor Eksternal¹⁴

- a. Pendidikan. Kepercayaan diri seseorang terkadang dapat dipengaruhi dengan tingkat pendidikan. Tingkat pendidikan yang rendah cenderung menimbulkan rasa rendah diri, individu merasa lebih rendah dari orang yang lebih pandai. Sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan lebih mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi kebutuhan hidupnya dengan rasa percaya akan kemampuannya dalam memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.
- b. Pekerjaan. Bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga di dapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

¹³ Alsa, Asmadi dkk, *Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik*, Jurnal Psikologi No.1, (Semarang, 2006), 49

¹⁴ Mildawani, *Membangun Kepercayaan Diri*, 11–12.

c. Lingkungan dan pengalaman hidup. Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat. Semakin seseorang mampu memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancar harga diri berkembang. Sementara pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya.

Dari berbagai faktor diatas, dapat dikatakan kepercayaan diri adalah kesadaran akan kekuatan dan kemampuan yang dimiliki seseorang, dengan meyakini akan kemampuan yang dimiliki ia akan merasa puas terhadap dirinya secara batiniah dan jamaniah dan merasa mampu untuk bertindak sesuai dengan kapasitasnya serta mampu mengendalikannya.

B. Dukungan Sosial Teman Sebaya (*Peer Social Support*)

1. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya (*Peer Social Support*)

Dukungan sosial (*social support*) sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan hidupnya ditengah-tengah masyarakat. Dukungan sosial adalah istilah yang digunakan dalam menjelaskan bagaimana hubungan sosial memberikan manfaat terhadap kesehatan mental atau kesehatan fisik individu. Menurut Sarafino dukungan

sosial adalah bantuan yang diterima individu dari orang lain atau kelompok di sekitarnya, dengan membuat penerima merasa nyaman, dicintai dan dihargai.¹⁵

Social support merupakan interaksi interpersonal seperti pemberian perhatian emosi, pemberian bantuan instrumental, penyediaan informasi, ataupun pertolongan dalam bentuk lainnya. Menurut Cobb, dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau materi yang didapat dari hubungan sosial yang akrab, yang membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai, sehingga dapat menguntungkan bagi kesejahteraan individu yang menerima.¹⁶ Dukungan sosial dapat muncul dari mana saja, salah satunya yaitu dukungan sosial teman sebaya. Menurut Santrock, teman sebaya merupakan anak-anak atau remaja dengan tingkat usia atau kedewasaan yang sama.¹⁷ Teman sebaya adalah sekumpulan orang yang berada pada usia yang relatif sama pada masa anak-anak atau remaja sebagai masa yang intens dalam menghabiskan waktu bersama teman-teman yang akrab dengannya.

Menurut Tarakanita dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah mereka lakukan serta belajar mengambil peran yang baru dalam kehidupannya.¹⁸ Remaja mampu menjalankan peran sosialnya di

¹⁵ Sarifah and Edwina, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Disiplin Kuliah Dengan Minat Mengikuti Kuliah Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Produksi Pemberitaan Sekolah Tinggi Multimedia Yogyakarta," 120.

¹⁶ Tizar Rahmawan, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Hardiness Remaja Di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Kota Malang", (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Malang, 2010), 27.

¹⁷ Santrock, *Perkembangan Masa Hidup*, 145.

¹⁸ Sarifah and Edwina, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Disiplin Kuliah Dengan Minat Mengikuti Kuliah Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Produksi Pemberitaan Sekolah Tinggi Multimedia Yogyakarta," 121.

masyarakat apabila remaja tersebut telah berhasil membentuk identitas dirinya. Sebuah hubungan yang terbentuk dengan teman sebaya menawarkan kesempatan kepada anak-anak untuk mengeksplorasi hubungan interpersonal yang baru. Hubungan itu menjadi dasar bagi anak dalam perkembangan kemampuan sosialnya.

2. Fungsi teman sebaya

Adapun fungsi teman sebaya dalam sosialisasi anak menurut Hetherington dan Parke, yaitu¹⁹:

a) Teman sebaya sebagai *Reinforcer*

Anak-anak cenderung lebih terbuka dengan teman sebayanya dalam berbagi cerita, pengalaman atau keluh kesah masalah pribadinya. Banyak orang tua menemukan bahwa anak-anaknya lebih menerima saran dari teman sebayanya dari pada saran yang diberikan oleh orang tua. Dari sini terlihat, bahwa dorongan teman sebaya dalam bentuk penerimaan dan perhatian mempengaruhi sosialisasi anak.

b) Teman sebaya sebagai model

Teman sebaya dapat mempengaruhi anak-anak dengan berperan sebagai model, dimana anak mendapatkan pengetahuan yang luas mengenai berbagai jenis respon melalui pengamatannya terhadap perilaku anak-anak lainnya.

c) Teman sebaya sebagai pemandu dan instruktur

¹⁹ Hanifah, *Sosiologi Pendidikan*, 50.

Teman sebaya menyediakan kesempatan untuk bersosialisasi dengan mengembangkan hubungan dan rasa memiliki, berperan dalam memberikan informasi dan masukan bagi teman sebaya lainnya.

3. Aspek Dukungan Sosial Teman Sebaya (*Peer Social Support*)

Sarafino menjelaskan, terdapat lima aspek dari dukungan sosial teman sebaya, yaitu²⁰:

- a) Dukungan emosional, melibatkan ekspresi rasa empati, dan perhatian terhadap individu lain, sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan.
- b) Dukungan penghargaan, yaitu berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, saran, perasaan dan performa orang lain.
- c) Dukungan instrumental, melibatkan bantuan langsung kepada orang lain seperti bantuan secara materi atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu.
- d) Dukungan informasi, berupa pemberian informasi seperti saran, pengarahan, ataupun umpan balik mengenai bagaimana menyelesaikan suatu persoalan.
- e) Dukungan jaringan sosial, dengan memberikan perasaan bahwa individu adalah anggota dari kelompok tertentu dan memiliki minat yang sama.

4. Komponen Dukungan Sosial Teman Sebaya (*peer social support*)

²⁰ Hanapi and Agung, "Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Self Efficacy Dalam Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa," 39–40.

Para ahli berpendapat bahwa dukungan sosial dapat dibagi ke dalam berbagai komponen yang berbeda-beda. Weiss mengemukakan adanya enam komponen dukungan sosial yang disebut “*The Social Provision Scale*”, dimana masing-masing komponen dapat berdiri sendiri-sendiri, namun satu sama lain saling berhubungan.²¹ Adapun komponen-komponen tersebut adalah²²:

a. Kerekatan emosional (*emotional attachment*)

Dukungan sosial ini berupa pengapresiasian dari kasih sayang, cinta, perhatian dan kepercayaan yang diterima individu, sehingga dapat memberikan rasa aman kepada individu yang menerima.

b. Integrasi sosial (*social integration*)

Dukungan sosial ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan memiliki suatu kelompok yang memungkinkannya untuk membagi minat, perhatian serta melakukan kegiatan secara bersama-sama. Dukungan semacam ini memungkinkan individu mendapatkan rasa aman, nyaman serta memiliki dan dimiliki oleh kelompok yang memiliki persamaan minat.

c. Adanya pengakuan (*Reassurance of Worth*)

Dukungan sosial teman sebaya ini merupakan bentuk pengakuan atau penghargaan terhadap kemampuan dan keahliannya individu. Dukungan ini akan membuat individu merasa dirinya diterima dan dihargai.

²¹ Mansur et al., *Ilmu Sosial Dan Budaya Dasar : Bermuatan General Education*, 54.

²² Rusiana et al., *Rekrutmen Careworker Pada Alumni STIKES YARSI Mataram Melalui Peer Support System*, 14–15.

d. Ketergantungan yang dapat diandalkan (*Reliable reliance*)

Dukungan sosial teman sebaya ini individu mendapat dukungan berupa jaminan bahwa ada individu lain yang dapat diandalkan bantuan ketika individu membutuhkan bantuan, bantuan tersebut sifatnya nyata dan langsung. Individu yang menerima bantuan ini akan merasa tenang karena individu menyadari ada individu lain yang dapat diandalkan untuk menolongnya bila individu mengalami masalah dan kesulitan.

e. Bimbingan (*Guidance*)

Dukungan sosial teman sebaya jenis ini berupa adanya hubungan kerja ataupun hubungan sosial yang memungkinkan individu mendapatkan informasi, saran, ataupun nasehat yang diperlukan dalam memenuhi kebutuhan dan mengatasi permasalahan yang diatasi. Jenis dukungan sosial seperti ini bersumber dari guru, alim ulama, pamong dalam masyarakat, figur yang ditaulan dan juga orang tua. Dukungan sosial ini juga dapat berupa *feedback* (umpan balik) atas sesuatu yang telah dilakukan oleh individu.

f. Kesempatan untuk mengasuh (*Opportunity for nurturance*)

Aspek penting dalam hubungan interpersonal adalah perasaan dibutuhkan oleh orang lain. Dukungan sosial teman sebaya ini memungkinkan individu untuk memperoleh perasaan bahwa orang lain tergantung padanya untuk memperoleh kesejahteraan.

C. Penyesuaian Diri

1. Pengertian Penyesuaian Diri

Schneiders mengatakan bahwa penyesuaian diri (*adjustment*) adalah suatu proses dimana individu berusaha keras untuk mengatasi atau menguasai kebutuhan dalam diri, ketegangan, perasaan frustrasi, dan konflik secara mandiri dengan tujuan untuk mendapatkan keharmonisan dan keselarasan antara tuntutan lingkungan dimana individu tersebut tinggal dengan tuntutan yang ada dalam dirinya.²³ Menurut Mappiare mengatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu usaha yang dilakukan seorang individu agar dapat diterima oleh suatu kelompok dengan cara mengikuti kemauan kelompok tersebut. Sama halnya dengan pendapat Haber dan Runyon yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dan lingkungannya.

Dari beberapa pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa penyesuaian diri adalah proses bagaimana individu mencapai keseimbangan dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan tuntutan dari dalam diri atau tuntutan dari lingkungannya untuk diterima sebagai proses penyesuaian kehidupan.

2. Aspek-aspek Penyesuaian Diri

Proses penyesuaian diri ditentukan oleh beberapa aspek. Schneiders menyebutkan bahwa penyesuaian diri yang dilakukan individu memiliki beberapa aspek berikut ini²⁴:

²³ Pritaningrum and Hedriani, "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama," 137.

²⁴ Maryam B. Gainau, *Psikologi Anak*, 141–42.

- a) Kontrol terhadap emosi yang berlebihan. Aspek ini menekankan pada kontrol dan ketenangan emosi individu untuk menghadapi permasalahan secara cermat dan menentukan berbagai kemungkinan solusi. Bukan berarti individu tidak menunjukkan emosi sama sekali, tetapi ia akan lebih mengontrol emosi ketika menghadapi situasi tertentu.
- b) Mekanisme pertahanan diri yang minimal. Aspek ini mengindikasikan munculnya respon yang normal atas penyelesaian masalah melalui serangkaian mekanisme pertahanan diri yang disertai tindakan nyata untuk mengubah suatu kondisi. Individu dikategorikan normal jika bersedia mengakui kegagalan yang dialami dan berusaha kembali mencapai tujuan yang ditetapkan. Individu dikatakan mengalami gangguan penyesuaian jika mengalami kegagalan dan menyatakan bahwa tujuan tersebut tidak berharga untuk dicapai.
- c) Frustrasi personal yang minimal. Individu yang mampu mengatasi frustrasi maka akan mengorganisir kemampuan berpikir, perasaan, motivasi, dan tingkah laku dalam menghadapi situasi yang menuntut penyelesaian. Ia tidak berfokus pada perasaan tidak berdaya tanpa harapan.
- d) Pemikiran rasional dan kemampuan mengarahkan diri. Setiap individu memiliki kemampuan berpikir dan melakukan pertimbangan terhadap masalah atau konflik. Ia juga mampu mengorganisasi pikiran, tingkah laku, dan perasaan untuk memecahkan masalah dalam kondisi sulit sekalipun. Semua hal tersebut dapat terwujud dengan baik jika

individu mampu menunjukkan pemikiran rasional dan emosi normal tidak berlebihan.

- e) Kemampuan untuk belajar dan memanfaatkan pengalaman masa lalu. Penyesuaian normal yang ditunjukkan individu merupakan proses belajar berkesinambungan sebagai hasil dari kemampuannya mengatasi situasi konflik dan stres. Individu dapat menggunakan pengalamannya maupun pengalaman orang lain melalui proses belajar. Individu dapat melakukan analisis mengenai faktor-faktor yang membantu dan mengganggu penyesuaiannya.
- f) Sikap realistik dan objektif. Sikap yang realistik dan objektif bersumber pada pemikiran yang rasional serta kemampuan menilai situasi, masalah, dan keterbatasan individu sesuai dengan kenyataan sebenarnya.

3. Karakteristik Penyesuaian Diri

Setiap proses penyesuaian diri, tidak semua individu dapat berhasil dalam melakukan penyesuaian, karena ada berbagai rintangan tertentu yang dapat terjadi sehingga dapat menghalang keberhasilan individu dalam proses penyesuaian diri. Rintangan serta halangan dapat datang dari mana saja, bisa datang dari dalam diri maupun dari luar. Dalam hubungannya dengan rintangan-rintangan, ada individu-individu yang dapat melakukan penyesuaian diri secara positif, namun ada pula individu-individu yang melakukan penyesuaian diri yang salah. Berikut karakteristik dari penyesuaian diri, yaitu²⁵:

- a. Penyesuaian Diri Secara Positif

²⁵ Harbeng Masni, "Problematika Anak Dalam Penyesuaian Diri," 44–45.

Mereka tergolong mampu melakukan penyesuaian diri secara positif ditandai hal-hal berikut;

- 1) Tidak menunjukkan adanya ketegangan emosional.
- 2) Tidak menunjukkan adanya mekanisme-mekanisme psikologis.
- 3) Tidak menunjukkan adanya frustrasi pribadi.
- 4) Memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri.
- 5) Mampu dalam belajar.
- 6) Menghargai pengalaman.
- 7) Bersikap realistik dan objektif.

b. Penyesuaian Diri yang Salah

Dalam melakukan penyesuaian diri, individu yang mengalami kegagalan akan menunjukkan berbagai tingkah laku yang serba salah, tidak terarah, emosional, sikap yang tidak realistik, agresif, dan lain sebagainya. Terdapat bentuk-bentuk reaksi yang menunjukkan penyesuaian diri yang salah, yaitu;

- 1) Reaksi Bertahan (*Defence Reaction*), dimana individu berusaha untuk mempertahankan dirinya, seolah-olah tidak menghadapi kegagalan, dengan selalu berusaha menunjukkan bahwa dirinya tidak mengalami kegagalan.
- 2) Reaksi Menyerang (*Aggressive Reaction*), yaitu ketika individu mengalami kegagalan penyesuaian diri, ia akan menunjukkan tingkah laku yang bersifat menyerang untuk

menutupi kegagalannya. Ia tidak mau menyadari kegagalannya dan menampakkan reaksi-reaksi sebagai berikut:

- a) Selalu membenarkan diri sendiri
- b) Merasa ingin memiliki segalanya
- c) Bersikap senang mengganggu orang lain
- d) Menggertak baik dengan ucapan maupun dengan perbuatan
- e) Menunjukkan sikap permusuhan dengan terbuka
- f) Menunjukkan sikap menyerang dan merusak
- g) Keras kepala dalam perbuatannya
- h) Bersikap balas dendam dan serampangan

3) Reaksi Melarikan Diri (*Escape Reaction*), menunjukkan reaksi dimana ia akan melarikan diri dari situasi yang menimbulkan kegagalan, reaksi yang tampak dalam tingkah laku yaitu seperti: berfantasi yaitu memasukkan keinginan yang tidak tercapai dalam bentuk angan-angan (seolah-olah sudah tercapai), banyak tidur, minum-minuman keras, bunuh diri, menjadi pecandu narkotika, dan regresi yaitu kembali kepada awal, dll.

4. Macam-macam penyesuaian diri

Menurut Schneiders macam-macam penyesuaian diri terdiri dari²⁶;

²⁶ Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 52–53.

a. Penyesuaian diri personal

Penyesuaian diri personal adalah penyesuaian diri yang diarahkan kepada diri sendiri. Penyesuaian diri personal meliputi;

- 1) Penyesuaian diri fisik dan emosi; Penyesuaian diri ini melibatkan respon-respon fisik dan emosional sehingga dalam penyesuaian diri fisik ini, kesehatan diri merupakan pokok untuk pencapaian penyesuaian diri yang sehat. Berkaitan dengan edukasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi.
- 2) Penyesuaian diri moral dan religius; Dikatakan moralitas adalah kapasitas untuk memenuhi moral kehidupan secara efektif dan bermanfaat yang dapat memberikan kontribusi ke dalam kehidupan yang baik dan individu.

b. Penyesuaian diri sosial

Schneiders mengatakan, rumah, sekolah, dan masyarakat merupakan aspek khusus dari kelompok sosial dan melibatkan pola-pola hubungan di antara kelompok tersebut dan saling berhubungan secara integral di antara ketiganya.

c. Penyesuaian diri terhadap rumah dan keluarga

Penyesuaian diri ini menekankan hubungan yang sehat antar-anggota keluarga, otoritas orangtua, kapasitas tanggung jawab berupa pembatasan dan larangan.

d. Penyesuaian diri terhadap sekolah

Berupa perhatian dan penerimaan murid atau antar-murid beserta partisipasinya terhadap fungsi dan aktivitas sekolah, manfaat

hubungan dengan teman sekolah, guru, konselor, penerimaan keterbatasan dan tanggung jawab, dan membantu sekolah untuk merealisasikan tujuan instrintik dan ekstrintik. Hal-hal tersebut merupakan cara penyesuaian diri terhadap kehidupan sekolah.

e. Penyesuaian diri terhadap masyarakat

Kehidupan di masyarakat menandakan kapasitas untuk bereaksi secara efektif dan sehat terhadap realitas.

5. Faktor-faktor yang mempengaruhi Penyesuaian Diri

Menurut Schneiders ada lima faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri pada anak, diantaranya yaitu:²⁷

a. Kondisi Fisik

Kondisi fisik seorang individu dapat mempengaruhi penyesuaian diri, sebab keadaan sistem kekebalan tubuh dapat menjadi faktor penunjang kelancaran individu dalam melakukan penyesuaian diri, yaitu;

- 1) *Hereditas* dan konstitusi fisik, hereditas dipandang lebih dekat dan tidak terpisahkan dari mekanisme fisik. Berkembang prinsip umum bahwa semakin dekat kapasitas pribadi, sifat, atau kecenderungan berkaitan dengan konstitusi fisik maka akan semakin besar pengaruhnya terhadap penyesuaian diri.
- 2) Sistem utama tubuh, yaitu sistem saraf, kelenjar dan otot. Sistem saraf yang berkembang dengan normal dan sehat merupakan sistem

²⁷ Pritaningrum and Hedriani, "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama," 137-40.

yang mutlak bagi fungsi-fungsi psikologi agar dapat berfungsi secara maksimal dan yang akhirnya berpengaruh secara baik pula pada penyesuaian diri individu.

- 3) Kesehatan fisik, penyesuaian diri seseorang akan lebih mudah dilakukan dan dipelihara dalam kondisi fisik yang sehat. Kesehatan fisik yang sehat akan menimbulkan penerimaan diri, percaya diri, dan harga diri yang dapat menguntungkan proses penyesuaian diri dengan baik.

b. Kepribadian, perkembangan dan kematangan

Setiap tahap perkembangan seorang individu dalam melakukan penyesuaian diri berbeda-beda, dikarenakan kepribadian dan perkembangan dalam segi intelektual, sosial, moral dan emosi yang mempengaruhi bagaimana individu melakukan penyesuaian diri.

- 1) Kemauan dan kemampuan untuk berubah (*modifiability*), merupakan karakteristik yang sangat menonjol. Dalam proses penyesuaian diri membutuhkan kecenderungan untuk berubah dal bentuk kemampuan, perilaku, sikap dan karakteristik. Semakin kaku dan tidak ada kemauan untuk merespon lingkungan, semakin besar kemungkinannya untuk mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri.
- 2) Pengaturan diri (*self regulation*), kemampuan untuk mengatur diri dan mengarahkan diri. kemampuan mengatur diri dapat mecegah penyimpangan kepribadian, mengarahkan pada kepribadian yang normal.

- 3) Realisasi diri (*self realization*), proses dimana manusia mencapai perkembangan penuh dari bakatnya, kapasitasnya dan potensi intelektualnya, kreatif dan sosialnya.
- 4) Intelegensi, sangat penting bagi perolehan perkembangan gagasan, prinsip, dan tujuan memainkan peranan penting dal proses penyesuaian diri.

c. Keadaan psikologis

Keadaan mental yang sehat dapat menciptakan penyesuaian diri yang baik pada individu. Keadaan mental yang baik akan mendorong individu untuk memberikan respon yang selaras dengan dorongan internal maupun tuntutan yang didapatkannya dari lingkungan. Faktor psikologis pada individu mencakup pengalaman, perasaan, belajar, *self-determination*, frustrasi, konflik, keterbukaan dan kepercayaan diri.

d. Keadaan lingkungan

Keadaan lingkungan yang damai, tentram, penuh penerimaan dan dukungan, serta mampu memberi perlindungan merupakan lingkungan yang dapat memperlancar proses penyesuaian diri pada individu. Faktor lingkungan mencakup;

- 1) Lingkungan keluarga, yaitu lingkungan keluarga yang harmonis yang didalamnya terdapat cinta kasih, respek, teloransi, rasa aman dan kehangatan sehingga seorang anak dapat melakukan penyesuaian diri secara sehat dan baik. Lingkungan keluarga merupakan lahan untuk mengembangkan berbagai kemampuan

yang dipelajari melalui permainan, senda gurau, pengalaman sehari-hari di rumah.

2) Lingkungan teman sebaya, yaitu menjalin hubungan erat dan harmonis dengan teman sebaya sangatlah penting pada masa remaja. Suatu hal yang sulit bagi remaja adalah menjauh dan dijauhi oleh teman. Pengertian dan saran-saran dari teman akan membantu dirinya dalam menerima keadaan dirinya serta memahami hal-hal yang menjadikan dirinya berbeda dari orang lain dan keluarga orang lain. Semakin ia mengenal kelebihan dan kelemahan dirinya, ia akan menemukan cara penyesuaian diri yang tepat sesuai dengan potensi yang dimilikinya.

3) Lingkungan sekolah, yaitu sekolah tidak hanya terbatas pada masalah pengetahuan dan informasi saja, tetapi juga mencakup tanggung jawab moral dan sosial secara luas dan kompleks. Dengan begitu, proses pendidikan merupakan penciptaan penyesuaian antara individu dengan nilai-nilai yang diharuskan oleh lingkungan menurut kepentingan perkembangan individu.

e. Tingkat religiusitas dan kebudayaan

Religiusitas dapat memberikan suasana psikologis yang digunakan untuk mengurangi konflik, frustrasi dan ketegangan psikis lain, karena religiusitas memberi nilai dan keyakinan pada individu untuk memiliki arti, tujuan, dan stabilitas dalam hidup begitupun dengan kebudayaan pada suatu masyarakat yang merupakan faktor yang mempengaruhi watak dan perilaku individu dalam bersikap.

D. Konsep Dasar SEM (*Structural Equation Modeling*)

1. Pemahaman Tentang SEM-Amos

SEM adalah suatu teknik modeling yang bersifat sangat *cross-sectional*, *linear* dan umum, termasuk didalamnya *factor analysis*, *path analysis* dan *regression* digunakan untuk menguji model statistik dalam bentuk model sebab akibat. SEM dapat menguji kesalahan pengukuran dan analisis faktor bersamaan dengan pengujian hipotesis.²⁸ SEM mencakup pengukuran struktur matriks *covariance* atau disebut juga sebagai “analisis struktur *covariance*”. Sekali model parameter diestimasi, maka model menghasilkan *matriks covariance* kemudian dapat dibandingkan dengan matriks kovarian yang berasal dari data empiris. Jika kedua matriks konsisten satu dengan lainnya, maka model persamaan struktural tersebut dapat dianggap sebagai eksplanasi yang dapat diterima untuk mengetahui hubungan-hubungan antara pengukuran tersebut.²⁹

Bahri dan Zamzam mengatakan keunggulan program SEM-Amos adalah memiliki kemampuan membuat model konstruk sebagai variabel laten secara langsung, diestimasi dari variabel yang diasumsikan mempunyai hubungan dengan variabel laten. Hal ini memungkinkan pembuat model mengetahui adanya ketidak-reliabilitas suatu pengukuran dalam model.³⁰ Chin dan Garson mengatakan, keuntungan model persamaan struktural dibandingkan teknik analisis multivariat biasa (*first generation*) seperti analisis diskriminant, regresi linear berganda, general linear model dan sebagainya adalah bahwa

²⁸ Bahri and Zamzam, *Model Penelitian Kuantitatif Berbasis Sem-Amos : Mengenal Sem-Amos*, 11.

²⁹ Syamsul Bahri and Fahkry Zamzam, 12.

³⁰ *Ibid.*, 12-13

SEM mempunyai fleksibilitas yang tinggi dan memungkinkan peneliti untuk menghubungkan antara teori dengan data penelitian. Lebih spesifik SEM memampukan peneliti untuk³¹:

- a. Membangun model penelitian dengan banyak variabel
- b. Dapat dilakukan spesifikasi model, modifikasi model dan perbandingan model
- c. Dapat menggambar model dalam bentuk *graphical*
- d. Dapat meneliti variabel atau konstruk yang tidak teramati atau tidak dapat diukur secara langsung (*unobserved variables*)
- e. Dapat menguji model dengan dua atau lebih sampel (*multigroup analysis*)
- f. Menyediakan ukuran *overall* model fit
- g. Menguji kesalahan pengukuran (*measurement error*) untuk variabel atau konstruk yang teramati (*unobserved variables*)
- h. Mengkonfirmasi teori sesuai dengan data penelitian (*Confirmatory Factor Analysis*)

Kemampuan mengatasi data yang sulit, seperti data *time series* dengan kesalahan otokorelasi dan data yang tidak normal.

2. Aplikasi Utama SEM-Amos

Model sebab akibat (*causal modeling*) disebut sebagai analisis jalur (*path analysis*), yang hipotesis hubungan sebab akibat (*causal relationships*) di antara variabel menguji model sebab akibat (*causal models*) dengan

³¹ Latan, *Model Persamaan Struktural : Teori Dan Implementasi AMOS 21.0*, 1.

menggunakan sistem persamaan linear. Model sebab akibat dapat mencakup variabel *manifest* (=indikator), dimensi variabel atau variabel laten;³²

- a. Analisis faktor penegasan (CFA), suatu teknik analisis faktor dimana dilakukan pengujian hipotesis struktur *factor loadings* dan interkorelasinya,
- b. Analisis faktor urutan kedua (*second order factor analysis*), suatu variasi dari teknik analisis faktor dimana matriks korelasi dari faktor-faktor tertentu (*common factors*) dilakukan analisis pada faktornya sendiri untuk membuat faktor-faktor urutan kedua,
- c. Model-model regresi (*regression models*), suatu teknik lanjutan dari analisis regresi linear dimana bobot regresi dibatasi agar menjadi sama satu dengan lainnya, atau dilakukan spesifikasi pada nilai-nilai numeriknya,
- d. Model struktur covariance (=covariance structure models), menghipotesis bahwa *matrix covariance* mempunyai bentuk tertentu.
- e. Model struktur korelasi (=correlation structure models), menghipotesis bahwa matrix korelasi mempunyai bentuk tertentu.

Bahri dan zamzam mengatakan bahwa prosedur program SEM-Amos bersifat penegasan (=confirmatory) dikarenakan penggunaan salah satu pendekatan berikut:³³

- a. Pendekatan penegasan saja (*strictly confirmatory approach*): artinya suatu model diuji dengan menggunakan uji kelarasan SEM-Amos

³² Bahri and Zamzam, *Model Penelitian Kuantitatif Berbasis Sem-Amos : Mengenal Sem-Amos*, 13.

³³ Bahri and Zamzam, *Model Penelitian Kuantitatif Berbasis Sem-Amos : Mengenal Sem-Amos*.13-

(*goodness-of-fit tests*) untuk menentukan jika pola varians dan kovarians dalam suatu data bersifat konsisten dengan model jalur struktural yang dibuat secara spesifik oleh peneliti.

- b. Pendekatan model alternatif (*alternative models approach*): maksudnya peneliti dapat melakukan pengujian dua atau lebih model-model sebab akibat untuk menentukan model mana yang paling cocok
- c. Pendekatan pengembangan model (*model development approach*): banyak penelitian menggunakan SEM-Amos menggabungkan antara tujuan yang bersifat konfirmatori dan eksploratori.

Pendekatan apapun digunakan, SEM-Amos tidak akan secara otomatis menggambar panah sebab akibat dalam model tersebut atau menyelesaikan ambiguitas sebab akibat.

3. Asumsi Model SEM-Amos

Henky Latan mengatakan, menggunakan SEM-Amos peneliti diharuskan memahami beberapa asumsi dasar sebagai berikut³⁴:

- a. Model harus membentuk *linear* antar indikator dan konstruk laten serta antar variabel laten. Dalam CB-SEM Estimasi model dengan *Maximum likelihood* (ML) akan menghasilkan *covariance matrix* yang mempunyai asumsi linear.
- b. Indikator tiap konstruk harus $> 0,30$ untuk meminimalkan kesalahan pengukuran. Jika indikator konstruk $< 0,30$ maka model akan *under identification* atau tidak dapat diidentifikasi.

³⁴ Latan, *Model Persamaan Struktural : Teori Dan Implementasi AMOS 21.0*, 6.

- c. Data yang digunakan harus *continuous-interval* untuk memenuhi persyaratan metode estimasi seperti ML. Jika data berbentuk kategorial atau *dichotomous* maka teknik analisis yang tepat pada program Amos adalah dengan menggunakan estimasi Bayesian.
- d. Data harus terdistribusi normal secara *multivariate* untuk mendukung metode estimasi ML dan *generalized least squares* (GLS). Jika tidak normal maka metode estimasi yang cocok adalah *asyimtomatically distribution free* (ADF).
- e. Data harus bebas *outlier* untuk meningkatkan *overall fit*, jika data mengandung *outlier* maka akan berpengaruh terhadap signifikansi statistik.
- f. Jumlah sampel haruslah besar untuk estimasi model. Penggunaan jumlah sampel kecil tidak dianjurkan pada CB-SEM karena akan menimbulkan berbagai masalah serius. Seperti *improper-solution*, *heywood case* atau *overall model fit* menjadi tidak stabil.

4. Langkah Menggunakan SEM-Amos

Menurut Agusty Ferdinand yang merujuk pada pendapat Hair et al, permodelan SEM melalui tujuh tahapan; Pengembangan berbasis teori, pengembangan diagram alur untuk menunjukkan hubungan kausalitas, konversi diagram alur ke dalam serangkaian persamaan struktural dan spesifikasi model pengukuran, pemilihan matriks input (masukan) dan teknik estimasi terhadap model yang dibuat, menilai problem identifikasi, mengevaluasi model, melakukan interpretasi dan modifikaso model.³⁵

³⁵ Syamsul Bahri and Fahkry Zamzam, 16-17.

- a. **Tahap pertama**, menetapkan landasan teori yang kuat yang berfungsi sebagai justifikasi model. Jika tidak ada teori yang sesuai, maka kemungkinan besar model yang dibuat akan salah. SEM pada hakikatnya tidak ditujukan untuk membuat hubungan kausalitas, tetapi membenaran adanya hubungan kausalitas secara empiris.
- b. **Tahap kedua**, pembuatan diagram jalur untuk menggambarkan model teori yang dibuat sehingga peneliti akan lebih mudah melihat hubungan antar variabel yang diobservasi.
- c. **Tahap ketiga**, melakukan konversi spesifikasi model dalam bentuk rangkaian persamaan struktural yang dirumuskan sebagai sarana untuk menyatakan adanya hubungan kasualitas antar berbagai konstruk.
- d. **Tahap keempat**, menentukan bentuk masukan data yang akan digunakan membuat model dan estimasinya. Data yang diolah bentuk matrik varian/kovarian atau matriks korelasi untuk pembuatan model dan estimasi.
- e. **Tahap kelima**, peneliti menghadapi masalah identifikasi yang menyangkut masalah model yang sudah dikembangkan ternyata tidak mampu menyelesaikan estimasi yang unik.
- f. **Tahap keenam**, melakukan evaluasi model menggunakan kriteria *goodness of fit*. Pertama kali yang harus dilakukan oleh peneliti ialah melakukan evaluasi bahwa data yang akan digunakan untuk pembuatan model dan estimasi dapat memenuhi asumsi-asumsi dalam SEM.

- g. **Tahap ketujuh**, melakukan interpretasi model yang sudah dibuat dan mengubah model-model yang belum memenuhi persyaratan. Kesimpulannya ialah model yang diestimasi mempunyai residual yang kecil atau mendekati nol serta distribusi frekuensi kovarian matriksnya bersifat simetrik.

5. Identifikasi Variabel Penelitian

Variabel adalah sebuah fenomena (yang berubah-ubah) dengan demikian maka bisa jadi tidak ada satu peristiwa di alam ini yang tidak dapat di sebut variabel, tinggal tergantung bagaimana kualitas variabelnya, yaitu bagaimana bentuk variasi fenomena tersebut. Variabel juga dapat diartikan sebagai pengelompokan yang logis dari dua atribut atau lebih. Menurut Sugiyono variabel penelitian adalah suatu atribut atau sifat atau nilai dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.³⁶

Dalam SEM variabel dibagi menjadi yakni variabel kunci (*latent variables*) dan variabel teramati (*measured variables*). Macam-macam variabel dalam penelitian yaitu:

a. Variabel Laten

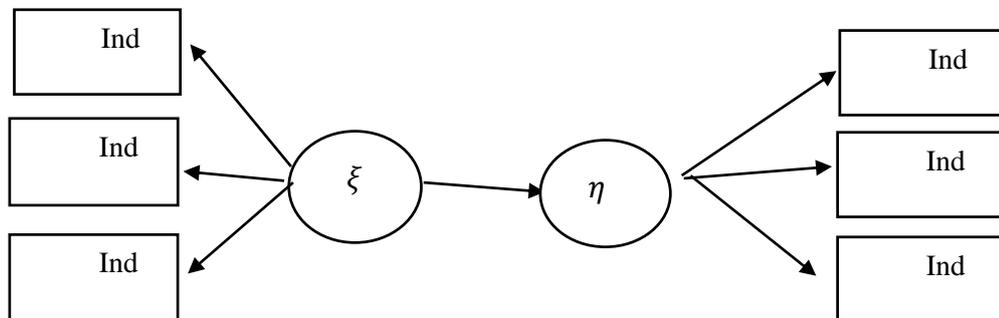
Hengky mengatakan, variabel laten adalah variabel yang tidak bisa diukur secara langsung (*unobserved*). Variabel ini hanya dapat diukur secara tidak langsung.³⁷ Sehingga variabel laten dapat juga dikatakan sebagai konsep abstrak, dalam hal ini dapat dicontohkan seperti sikap

³⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, 38.

³⁷ Latan, *Model Persamaan Struktural : Teori Dan Implementasi AMOS 21.0*, 303.

(*attitude*), perilaku seseorang, peranan dan motivasi. Variabel ini secara teoritis ingin diukur, tetapi karena tidak dapat diukur maka variabel laten ini hanya dapat diukur dan diamati secara tidak langsung dan tidak sempurna melalui efeknya pada variabel manifes (teramati). SEM mempunyai 2 jenis variabel laten yaitu eksogen dan endogen. Variabel laten eksogen adalah variabel independen yang memengaruhi variabel dependen. Sedangkan variabel endogen adalah variabel dependen yang dipengaruhi oleh variabel indepen (eksogen). Dalam notasi matematika simbol variabel laten eksogen adalah huruf Yunani ξ (“ksi”) dan variabel laten endogen ditandai dengan huruf Yunani η (“eta”). Dalam notasi simbol variabel laten eksogen dan endogen dapat dijelaskan pada gambar 2.1.

Gambar 2.1 Variabel Laten



b. Variabel Teramati (*Observed Variable*)

Variabel teramati (*observed variable*) atau variabel terukur (*Measured variables*, disingkat MV) adalah variabel yang dapat diamati atau dapat diukur secara empiris dan sering digunakan sebagai indikator. Variabel teramati merupakan efek pengukuran atau ukuran dari variabel laten. Variabel yang berkaitan atau merupakan efek dari

variabel laten eksogen (ξ) diberi notasi matematika dengan label X, sedangkan yang berkaitan dengan variabel laten endogen (η) diberi label Y.

Gambar 2.2 Simbol Variabel Teramati



E. Kerangka Berpikir

Menurut Satmoko penyesuaian diri dipahami sebagai interaksi seseorang yang kontinu dengan dirinya sendiri, orang lain, dan dunianya.³⁸ Seseorang dikatakan mempunyai penyesuaian diri yang berhasil apabila ia dapat mencapai kepuasan dalam memenuhi kebutuhan, mengatasi ketegangan, bebas dari berbagai simptom yang mengganggu. Sebaliknya, gangguan penyesuaian diri terjadi apabila seseorang tidak mampu mengatasi masalah yang dihadapi dan menimbulkan respon dan reaksi yang tidak efektif, situasi emosional tidak terkendali, dan keadaan tidak memuaskan. Tinggi rendahnya penyesuaian dapat diamati dari banyaknya hambatan penyesuaian diri.

Dalam proses penyesuaian diri anak, dapat dilihat dari bagaimana ia menerima hambatan yang dialami dalam kehidupannya. Sehingga, dapat dikatakan guna individu dapat melawan hambatan-hambatan yang diterima, ia membutuhkan rasa kepercayaan diri. Hakim mengatakan bahwa penyesuaian diri dipengaruhi oleh kepercayaan diri, apabila seseorang memiliki kepercayaan diri yang tinggi dalam arti positif maka ia tidak akan mengalami kesulitan dalam melakukan penyesuaian

³⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, 50.

diri ditengah-tengah lingkungan.³⁹ Santrock menambahkan bahwa kemampuan remaja menyesuaikan diri dengan tuntutan lingkungan sosial mereka sangat bergantung pada kepercayaan dirinya.⁴⁰ Anthony (dalam Gufron) kepercayaan diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.⁴¹ Dari pendapat para ahli dapat disimpulkan dalam penyesuaian diri membutuhkan rasa kepercayaan diri yang positif yang dapat mempengaruhi penyesuaian diri anak.

Selain itu, dalam penyesuaian diri anak khususnya dilingkungan sekolah, dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu hal yang dibutuhkan anak. Menurut Schneiders mengatakan, cara-cara penyesuaian diri terhadap kehidupan disekolah yaitu berupa perhatian dan penerimaan murid atau antar-murid beserta partisipasinya, manfaat hubungan dengan teman sekolah/teman sebaya.⁴² Salah satu faktor yang mempengaruhi penyesuaian diri di lingkungan sekolah yaitu dukungan sosial teman sebaya. Menurut Tarakanita dukungan sosial yang bersumber dari teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah dilakukan serta belajar mengambil peran yang baru dalam kehidupannya.⁴³

³⁹ Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*, 66.

⁴⁰ Santrock, *Life Span Development (Perkembangan Masa Hidup)*, 112.

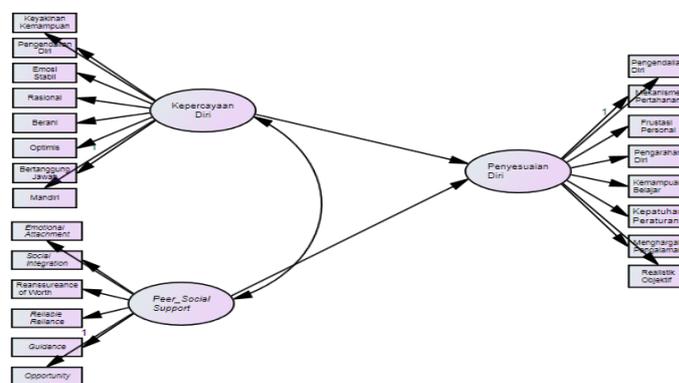
⁴¹ Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 34.

⁴² Gufron and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi*, 51

⁴³ Sarifah and Edwina, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dan Disiplin Kuliah Dengan Minat Mengikuti Kuliah Pada Mahasiswa Program Studi Manajemen Produksi Pemberitaan Sekolah Tinggi Multimedia Yogyakarta," 121.

Sehingga menurut Schneiders dukungan sosial teman sebaya sangatlah penting pada masa remaja. Suatu hal yang sulit bagi remaja yaitu menjauh dari dan dijauhi oleh teman. Pengertian dan saran-saran dari teman akan membantu dirinya dalam menerima keadaan dirinya serta memahami hal-hal yang menjadikan dirinya berbeda dari orang lain dan keluarga orang lain. Semakin ia mengenal kelebihan dan kelemahan dirinya, ia akan menemukan cara penyesuaian diri yang tepat sesuai dengan potensi yang dimilikinya.⁴⁴

Gambar 2.3 Kerangka Berpikir



F. Hipotesis Penelitian

Sugiyono mengatakan, hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan.⁴⁵ Dikatakan sementara karena jawaban yang diberikan baru didasarkan pada teori yang relevan, belum didasarkan pada fakta-fakta empiris yang diperoleh melalui pengumpulan data. Jadi hipotesis juga dapat dinyatakan sebagai jawaban teoritis terhadap rumusan masalah penelitian, belum jawaban yang empirik.

⁴⁴ Pritaningrum and Hedriani, "Penyesuaian Diri Remaja Yang Tinggal Di Pondok Pesantren Modern Nurul Izzah Gresik Pada Tahun Pertama," 140.

⁴⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*, 64.

Dalam penelitian ini, hipotesis penelitian yang di lakukan yaitu “pengaruh kepercayaandiri dan dukungan sosial teman sebaya terhadap penyesuaian diri santri”

H₁ : Terdapat pengaruh positif kepercayaan diri terhadap penyesuaian diri santri kelas VII SMP Daarul Ukhuwwah Malang

H₂ : Terdapat pengaruh positif *peer social support* terhadap penyesuaian diri santri kelas VII SMP Daarul Ukhuwwah Malang

H₃ : Terdapat pengaruh positif kepercayaan diri dan *peer social support* terhadap penyesuaian diri santri kelas VII SMP Daarul Ukhuwwah Malang.