

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja disebut juga dengan masa perubahan, hal ini dikarenakan terjadinya perubahan secara cepat baik fisik, maupun psikologis. Salah satu perubahan yang sering terjadi selama usia remaja adalah emosional yang meningkat dan ini terjadi secara cepat. Peningkatan emosional ini adalah hasil dari perubahan fisik terutama hormon. Dari segi kondisi psikososial, peningkatan emosi ini adalah tanda bahwa remaja ada dalam kondisi baru yang berbeda dari masa sebelumnya. Fase ini mengakibatkan banyak tuntutan dan tekanan yang ditunjukkan kepada remaja misalnya seorang remaja yang memiliki kepercayaan diri tiba-tiba bisa berganti menjadi ragu-ragu bahkan kehilangan kepercayaan dirinya Papalia (Ningsih. dkk., 2022:2).

Katz & McClellan (Gainau 2021:71) menjelaskan bahwa permasalahan yang biasa dihadapi remaja ialah kesehatan mental yang buruk, putus sekolah, prestasi rendah, dan kurangnya rasa percaya diri serta masalah sekolah yang lainnya. Selanjutnya Santrock menjelaskan bahwa masa remaja adalah proses peralihan perkembangan individu yang melibatkan perubahan-perubahan dalam dirinya, seperti perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional. Perubahan-perubahan dan masa peralihan yang dialami oleh remaja akan berpengaruh pada rasa percaya diri remaja (Winata, 2018:135).

Menurut Youder & Procter (Pangestu. dkk., 2020:36) kepercayaan diri adalah suatu hal berharga yang harus ada pada diri individu. Hal ini dikarenakan dengan adanya kepercayaan diri maka seseorang mampu mengaktualisasikan berbagai potensi yang ada pada dirinya. Kepercayaan diri seseorang adalah sebuah ekspresi atau ungkapan yang didasari dengan rasa semangat dan mengesankan dalam diri individu untuk memperlihatkan adanya harga diri, penghargaan pada diri sendiri, serta bagaimana seseorang memahami dirinya sendiri.

Selanjutnya Putra. dkk., (2020:141) setiap individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda dan dalam mengekspresikannya pun tentu berbeda tergantung bagaimana caranya menunjukkan kemampuan diri untuk menyelesaikan segala sesuatu dan kemampuan diri untuk melakukan penyesuaian pada situasi yang dihadapi. Individu yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan terlihat lebih tenang, tidak memiliki rasa takut, dan mampu melibatkan diri setiap saat.

Saputra & Prasetiawan (Elvira 2022:230) menjelaskan beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri pada seseorang yaitu penampilan fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua dan hubungan dengan teman sebaya. Lautser (Ghufron & Rini 2022:35) mengemukakan bahwa kepercayaan diri yang ada pada seseorang dapat dilihat melalui sikap yakin pada kemampuan diri sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.

Remaja yang memiliki kepercayaan diri rendah akan merasa bersalah dikarenakan ketidakmampuan yang berasal dari

ketidaksempurnaan dan tidak adanya rasa percaya diri pada dirinya. Selain itu Yeshe (Gainau 2020:139) menjelaskan bahwa kepercayaan diri yang rendah dapat menyebabkan seseorang merasa ketakutan dikarenakan rasa bersalah yang tidak normal dan menyebabkannya menjadi tidak bertanggung jawab. Sestiani & Muhid (2022) menjelaskan peran dukungan sosial dapat memungkinkan individu untuk membangun kepercayaan diri dan memungkinkan individu untuk secara aktif mengembangkan ide-idenya sendiri dalam proses pencapaian tujuan .

Sejalan dengan pendapat di atas Baron dan Byrne (Purnomosidi. dkk., 2022) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan bentuk rasa nyaman berupa fisik dan psikologis yang dapat diperoleh dari teman-teman dan keluarga. Jika individu kurang mendapat dukungan aktif dari lingkungan sekitarnya, mereka akan merasa tidak dibutuhkan dan ditolak oleh lingkungan.

Cobb (Swarjana 2022:120) menjelaskan bahwa dukungan sosial didefinisikan sebagai informasi yang mengarahkan subjek untuk percaya bahwa ia dicintai dan dihargai. Dukungan sosial yang diterima individu dapat menumbuhkan kepercayaan diri pribadi karena perasaan cinta, perhatian, dan penghargaan terhadap orang lain, sehingga dirinya merasa berharga. Dukungan tersebut diperoleh karena pondasi percaya diri dapat memberikan kita kecerdasan, kreativitas, kemampuan untuk mengambil keputusan yang tepat, pengendalian, kedewasaan moral, kerendahan hati, toleransi, kepuasan dan ketenangan pikiran (Sestiani & Muhid, 2022).

Menurut Sarafino & Smith (2014) dukungan sosial merupakan rasa nyaman, perhatian, penghargaan, atau pertolongan yang didapat dari orang lain atau kelompok sosial. Sedangkan Halim (2019) menjelaskan bahwa dukungan dapat berasal dari pasangan, keluarga, teman, rekan kerja, maupun organisasi. Salah satu bentuk dukungan sosial yang dapat berpengaruh pada kehidupan remaja adalah teman sebaya. Dengan teman sebaya maka seseorang akan mendapatkan perhatian yang baik dari lingkungan masyarakatnya berupa dukungan sosial dari teman-teman sebaya.

Suntrock (Dewi 2019:19) menjelaskan salah satu fungsi utama dari teman sebaya ialah dapat memberikan informasi dan perbandingan mengenai dunia di luar lingkungan keluarga. seseorang akan menerima masukan mengenai kemampuan yang dimilikinya dari teman sebayanya dan akan mengevaluasi tentang apa yang ia lakukan berdasarkan penilaian dari teman sebayanya.. Sejalan dengan hal tersebut, Nugraha (Susanto 2018:193) menjelaskan bahwa peran kelompok teman sebaya akan berpengaruh pada pengambilan keputusan seorang remaja mengenai prilakunya. Teman sebaya menjadi sumber utama bagi remaja dalam hal persepsi dan sikap berkaitan dengan gaya hidup.

Phil Batchelr (Winata 2017) menjelaskan apabila terdapat tekanan dari teman sebaya yang berupa perkataan negatif dapat berdampak pada kepercayaan diri seseorang. Keberadaan teman sebaya dalam remaja menjadi keharusan. Adanya dukungan perhatian, kasih sayang, nasehat,

dan rasa peduli akan membuat seseorang akan merasa diterima oleh teman sebayanya.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan keberadaan teman-teman sebaya yang menjadi sumber untuk dapat memberi rasa nyaman berupa fisik maupun mental yang berasal dari interaksi remaja dengan teman-teman sebayanya sehingga remaja bisa merasa dan mendapatkan cinta dari teman sebaya (Halim, 2019). Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial teman sebaya adalah seseorang berupa teman sebaya yang saling berinteraksi dan menjadi sumber rasa nyaman sehingga dapat merasakan cinta dari teman sebaya.

Berdasarkan pra-penelitian yang dilakukan peneliti dengan melakukan observasi pada tanggal 20 Februari 2023 memperlihatkan bahwa masih adanya kepercayaan diri yang rendah. Hal ini dapat dilihat ketika proses pembelajaran berlangsung siswa kurang terlibat aktif dalam pembelajaran, ketika diminta untuk mengemukakan pendapat siswa memilih diam dan menghindar, selain itu ketika ditanya siswa juga ragu dan tidak yakin untuk menjawab pertanyaan selain itu ketika jawabannya salah siswa tidak mau mencoba lagi, hal ini menyebabkan siswa menjadi kurang percaya diri. Selain itu dalam penyelesaian tugas, masih banyak siswa yang meminta bantuan teman nya karena tidak yakin dengan jawabannya sendiri.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan guru Bimbingan Konseling dan enam orang siswa, diperoleh informasi dari guru BK bahwa masih terdapat siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri. Siswa yang

kepercayaan dirinya rendah dikarenakan merasa berbeda dengan teman-teman yang lain baik itu prestasi maupun penampilannya. Siswa merasa percaya diri ketika apa yang dilakukannya mendapat semangat dan dukungan dari teman-temannya. Namun ada juga beberapa siswa yang mendapat dukungan dari teman-temannya tetapi tetap saja tidak memiliki kepercayaan diri dan cenderung menutup diri dikarenakan tidak ada kemauan dari dirinya sendiri.

Kemudian peneliti juga melakukan wawancara dengan enam orang siswa. Dalam wawancara dapat diketahui bahwa siswa SF mengatakan tidak percaya diri apabila di depan banyak orang dan tidak ada teman dekatnya, hal ini dikarenakan siswa merasa tidak mampu dan takut gagal yang akhirnya membuat siswa tidak berani untuk melakukan sesuatu sendirian. Teman-temannya memberikan keyakinan bahwa ia bisa dan mampu untuk melakukan sesuatu hal contohnya apabila diminta guru untuk menjawab pertanyaan dan mengerjakan soal-soal di kelas.

Selanjutnya siswa berinisial FN kurang percaya diri karena merasa lingkungannya tidak mendukung dimana ketika ia melakukan kesalahan maka akan ditertawakan oleh teman-temannya. Selanjutnya siswa inisial RH mengatakan tidak percaya diri disaat ia merasa tidak memiliki kemampuan dan pemahaman yang sama dengan teman-temannya sehingga ia takut salah dan tidak berani untuk mengemukakan pendapat dan maju di depan kelas.

Siswa berinisial ST memiliki kepercayaan diri hanya ketika pada situasi tertentu, ia akan menjadi percaya diri ketika ia benar-benar sangat

ingin memperoleh suatu hal. Namun terkadang ia merasa tidak percaya diri ketika di minta presentasi di kelas dikarenakan belum sepenuhnya memahami materi. Namun siswa RN memiliki kepercayaan diri yang cukup, hal ini dikarenakan ia mendapat dukungan yang baik dari teman-teman nya, teman-teman nya meyakinkan dirinya bahwa ia mampu dan bisa dalam melakukan suatu hal, tetapi ketika ia melihat seseorang yang memiliki kemampuan yang lebih dari dirinya terkadang membuatnya merasa kurang dan takut gagal.

Selanjutnya siswa FR memiliki kepercayaan diri yang kurang dikarenakan ia merasa penampilan fisiknya kurang dari teman-teman nya dikarenakan ia merupakan siswa yang mengikuti organisasi paskibra. Mengenai kemampuannya terkadang ia merasa kurang percaya diri ketika melihat bahwa kemampuannya di bawah orang lain, namun ia cukup bisa berusaha meyakinkan dirinya bahwa ia dapat melakukan sesuatu tersebut. Dari hal tersebut terungkap bahwa beberapa siswa kurang mendapat dukungan sosial dari teman-temannya. Siswa yang kurang mendapat dukungan sosial dari teman nya merasa bahwa dirinya tidak bisa lebih dari temannya sehingga membuatnya tidak memiliki kepercayaan diri.

Penelitian ini dirasa penting bagi guru BK sesuai dengan pendapat Gori. dkk., (2023) menjelaskan bahwa guru BK di sekolah dibutuhkan untuk membantu siswa dalam penyelesaian masalah-masalah yang dialami dengan mengarahkan siswa pada perilaku yang positif dalam hal ini kepercayaan diri. Sestiani & Muhid (2021:247) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah hal yang sangat penting bagi individu, kurangnya

kepercayaan diri dapat menimbulkan berbagai masalah dalam kehidupan sosial seseorang.

Nantinya dalam penelitian ini akan dapat diketahui seberapa besar tingkat dukungan sosial teman sebaya yang diperoleh siswa dan seberapa besar kepercayaan diri pada siswa, sehingga dapat dilihat apakah terdapat pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa. Dengan demikian nantinya BK disekolah dapat memberikan layanan yang sesuai berkenaan dengan permasalahan dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa.

Dari latar belakang masalah yang telah dijabarkan di atas, maka peneliti penting untuk mengkaji lebih jauh mengenai dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri dengan judul **“Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Kepercayaan Diri Siswa Di SMA Negeri 2 Kota Jambi”**

B. Batasan Masalah

Agar penelitian dapat dilakukan lebih terarah maka masalah dalam penelitian ini dibatasi pada:

1. Dukungan sosial teman sebaya yang dimaksud adalah penelitian ini adalah dukungan yang diperoleh berasal dari teman sebaya.
2. Kepercayaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.
3. Subjek pada penelitian ini yaitu siswa kelas XII SMA N 2 Kota Jambi.

C. Rumusan Masalah

1. Seberapa besar tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa kelas XII SMA Negeri 2 Kota Jambi?
2. Seberapa besar tingkat kepercayaan diri siswa kelas XII SMA Negeri 2 Kota Jambi?
3. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Kota jambi?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui tingkat dukungan sosial teman sebaya siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Kota Jambi.
2. Mengetahu tingkat kepercayaan diri siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Kota Jambi.
3. Mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa kelas XII di SMA Negeri 2 Kota Jambi.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi pengembangan keilmuan dari aspek teoritis maupun praktis.

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri siswa serta dapat menjadi pedoman bagi penelitian yang akan datang.

2. Manfaat praktis

a. Bagi siswa

Penelitian ini diharapkan dapat membantu siswa untuk dapat memperoleh dukungan sosial dari teman sebaya agar membantu meningkatkan kepercayaan diri nya.

b. Bagi guru Bimbingan dan Konseling

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dalam memberikan layanan yang akan diselenggarakan di masa mendatang.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu dan pengetahuan bagi peneliti sebagai calon pendidik dalam membantu siswa untuk mengentaskan permasalahan yang dialami.

F. Anggapan Dasar

Penelitian ini dilakukan atas dasar pemikiran peneliti, antara lain yaitu:

1. Dukungan sosial yang diberikan teman sebaya oleh setiap orang berbeda-beda.
2. Setiap orang memiliki kepercayaan diri yang berbeda-beda.

G. Hipotesis

Berdasarkan anggapan dasar diatas maka, hipotesis yang akan diuji dalam penelitian ini adalah terdapat pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa kelas XII SMA N 2 Kota Jambi.

H. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalah pahaman dalam variabel penelitian ini, maka dijabaran definisi operasional dari variabel yang ada adalah sebagai berikut:

1. Dukungan sosial teman sebaya yang dimaksud adalah berupa dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasi, dan dukungan penghargaan yang berasal dari teman sebaya
2. Kepercayaan diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah sikap atau perasaan yakin tentang kemampuan diri sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, dan rasional.

I. Kerangka Konseptual

