

**HUBUNGAN ANTARA PENYESUAIAN DIRI DI SEKOLAH DENGAN  
KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA KELAS X MAN 1 KOTA MAGELANG**

*E-JOURNAL*



Oleh  
Ibnu Ramadan Wahyuhadi  
NIM 10104244011

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
JURUSAN PSIKOLOGI PENDIDIKAN DAN BIMBINGAN  
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
APRIL 2015**

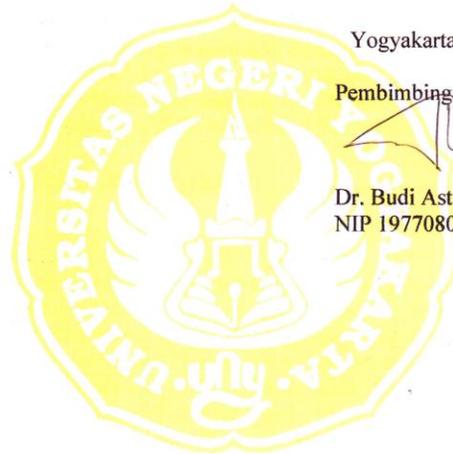
## PERSETUJUAN

Jurnal Skripsi yang berjudul “HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DI SEKOLAH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI PADA SISWA KELAS X MAN I KOTA MAGELANG” yang disusun oleh Ibnu Ramadan Wahyuhadi, NIM 10104244011 ini telah disetujui pembimbing untuk dipublikasikan.

Yogyakarta, 20 April 2015

Pembimbing

  
Dr. Budi Astuti M. Si.  
NIP 19770808 200604 2 002



## HUBUNGAN PENYESUAIAN DIRI DI SEKOLAH DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X MAN I KOTA MAGELANG

### *CORRELATION BETWEEN PERSONAL ADJUSTMENT AT THE SCHOOL AND SELF CONFIDENCE ON 10<sup>th</sup> GRADE STUDENTS OF MAN I MAGELANG CITY*

Oleh: Ibnu Ramadan Wahyuhadi, Bimbingan dan Konseling, Universitas Negeri Yogyakarta

[ibnuramadanwahyuha@gmail.com](mailto:ibnuramadanwahyuha@gmail.com)

#### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang. Penelitian ini merupakan penelitian dengan jenis korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang yang berjumlah 201 siswa. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *proportional random sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan skala penyesuaian diri di sekolah dan skala kepercayaan diri. Analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang dengan koefisien korelasi sebesar 0,568 dengan taraf signifikansi 0,000 ( $p < 0,05$ ). Semakin tinggi penyesuaian diri di sekolah, maka semakin tinggi kepercayaan dirinya, dan sebaliknya semakin rendah penyesuaian diri di sekolah maka semakin rendah kepercayaan dirinya. Sumbangan efektif penyesuaian diri di sekolah terhadap kepercayaan diri adalah sebesar 32,26%, sedangkan sumbangan sebesar 67,74% berasal dari faktor lain.

Kata kunci: penyesuaian diri di sekolah, kepercayaan diri

#### **Abstract**

*The purpose of the research was to identify the correlation between personal adjustment at the school and self confidence on 10<sup>th</sup> grade students of MAN 1 Magelang City. This research was a correlational research. The subjects of the research were 10<sup>th</sup> grade students of MAN 1 Magelang City, they are 201 students. Samples was taken by proportional random sampling technique. This research used two scale of data collection technique, they were personal adjustment at the school scale and self confidence scale. Data was analyzed by product moment correlation. The result of the research discovered that there was a positive correlation between personal adjustment at the school and self confidence on 10<sup>th</sup> grade students of MAN 1 Magelang City which had correlated coefficient about 0.568 and 0,000 signification ( $p < 0,05$ ). If personal adjustment at the school increase, self confidence will be increase too and if personal adjustment at the school decrease, self confidence will be decrease too. Based on this result, self-regulated learning gave influence to academic anxiety about 32,26% while the number of 67,74 gotten from the other factors.*

*Keywords: personal adjustment in the school, self confidence*

#### **PENDAHULUAN**

Kesiapan siswa dalam mengikuti proses pendidikan atau menerima pembelajaran menjadi dasar bagi guru untuk menyampaikan pelajaran. Kesiapan siswa tidak hanya dilihat dari aspek fisik atau kelengkapan sarana belajar seperti seragam, sepatu, buku dan alat tulis, tetapi harus pula dilihat dari aspek siswa sebagai manusia yang memiliki pikiran dan perasaan. Dalam hal ini, aspek psikologis siswa harus menjadi

perhatian utama untuk mengetahui sejauh mana kesiapan siswa mengikuti proses pendidikan.

Aspek psikologis siswa yang bersifat positif dapat dilihat dari motivasi belajar, minat belajar, kepercayaan diri, kesediaan untuk mengakui kesalahan, berpikiran terbuka, kejujuran, selalu ingin tahu, kesediaan untuk disiplin dan tertib, dan sebagainya. Aspek psikologis siswa yang bersifat negatif adalah sebaliknya yaitu malas, rendah diri, tidak mau mengakui kesalahan, tidak

jujur, tertutup, dan tidak mau belajar. Dari berbagai aspek psikologis tersebut, kepercayaan diri siswa sangat utama karena kepercayaan diri menjadikan siswa terhindar dari kondisi psikologis yang negatif.

Kepercayaan diri menurut Lautser (dalam Alsa Asmadi, 2006: 48) merupakan suatu sikap atau perasaan yakin atas kemampuan sendiri sehingga individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan hal-hal yang disukai dan bertanggungjawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, dapat menerima dan menghargai orang lain, memiliki dorongan berprestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri.

Siswa yang percaya diri memperlihatkan sikap positif terhadap diri sendiri ataupun orang lain yang dibutuhkan dalam mengikuti pendidikan di sekolah. Sebagai suatu kondisi psikologis, kepercayaan diri merupakan sesuatu yang bersifat bawaan, tetapi merupakan sesuatu yang terbentuk dari interaksi dan berkembang melalui proses belajar secara individual maupun sosial. Seseorang belajar mengenal diri sendiri melalui interaksi langsung dan komparasi sosial. Menurut Daradjat (1990: 25) kepercayaan diri adalah kepercayaan kepada diri sendiri yang ditentukan oleh pengalaman-pengalaman yang dilalui sejak kecil.

Siswa baru dituntut dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru di sekolah. Siswa baru di tingkat SMA dihadapkan pada teman baru baik yang di kelas X, kelas XI ataupun di kelas XII dan guru-guru serta karyawan di sekolah yang

baru dimasukinya. Sekolah baru di SMA tentu memiliki peraturan, tata tertib dan suasana pergaulan yang berbeda dengan suasana ketika siswa berada di SMP. Penyesuaian diri siswa yang baik terhadap lingkungan sekolahnya dapat menjadikan siswa lebih percaya diri ketika menghadapi hal baru di sekolahnya.

Bagi siswa lulusan SMP yang melanjutkan di Madrasah Aliyah (MA) yaitu sekolah setingkat SMA yang diselenggarakan Departemen Agama, bukan hanya lingkungan sosial yang baru, tetapi juga mata pelajaran yang juga baru seperti quran hadist, bahasa arab, fiqih dan sejarah Islam. Penyesuaian diri yang baik dengan teman-teman sesama siswa baru ataupun dengan kakak kelas dapat memudahkan siswa untuk bertanya atau mendapatkan bantuan dari siswa lain, terutama siswa yang sebelumnya telah bersekolah di MTs (Madrasah Tsanawiyah) ataupun di pondok pesantren. Siswa baru lulusan SMP yang umumnya kesulitan mempelajari bahasa arab dapat meminta bantuan kepada siswa yang sebelumnya bersekolah di MTs (Madrasah Tsanawiyah) ataupun di pondok pesantren.

Penyesuaian diri siswa di madrasah memiliki kaitan erat dengan kepercayaan diri siswa. Penyesuaian diri adalah usaha manusia untuk mencapai harmoni pada diri sendiri dan pada lingkungannya, sehingga rasa permusuhan, dengki, iri hati, prasangka, dan emosi negatif sebagai respon pribadi yang tidak sesuai dan kurang efisien dapat dikikis habis (Kartono, 2002:56). Siswa yang dapat menyesuaikan diri secara baik di sekolah pada akhirnya dapat lebih percaya diri ketika mengikuti pembelajaran di madrasah.

Penelitian yang menghubungkan antara variabel kepercayaan diri dengan variabel penyesuaian diri pernah dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya. Penelitian Safitri (2010) mengungkapkan bahwa tingkat kepercayaan diri dan penyesuaian sosial mahasiswa dalam kategori sedang dengan persentase 48% untuk kepercayaan diri dan 46% untuk penyesuaian sosial. Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan korelasi *product moment* didapatkan hasil  $r= 0,398$  dan  $p= 0,000$ . Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial, semakin tinggi kepercayaan diri mahasiswa maka semakin tinggi penyesuaian sosialnya. Eny Widiastuti, Festa Yumpi & Istiqomah (2012) meneliti tentang hubungan penyesuaian diri dan kepercayaan diri anak korban kekerasan seksual berusia 12-16 tahun asuhan P3A (Pusat Perlindungan Perempuan dan Anak) Kabupaten Jember. Penelitiannya mengungkapkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian diri korban kekerasan seksual usia 12-18 tahun di P3A.

Terkait dengan penelitian ini, ditemukan beberapa permasalahan diantaranya sebagian siswa kelas X MAN I Kota Magelang menunjukkan kepercayaan diri yang rendah, indikator kepercayaan diri yang rendah diketahui dari sikap siswa yang cenderung memandang sulit pelajaran agama Islam di madrasah aliyah; sebagian siswa merasa terpaksa melanjutkan sekolah di MAN I Kota Magelang; siswa kelas X yang berasal dari SMP umum memiliki bekal pengetahuan tentang agama relatif kurang

dibandingkan siswa-siswa lulusan Madrasah Tsanawiyah; siswa baru belum sepenuhnya saling mengenal sehingga penyesuaian diri dengan teman sebaya juga masih rendah; masih banyak siswa yang belum dapat menyesuaikan diri dengan baik terhadap lingkungan sekolahnya; belum diketahui hubungan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri siswa di MAN I Kota Magelang.

Tujuan dari penelitian ini difokuskan untuk mengetahui penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas X MAN I Kota Magelang, mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas X MAN I Kota Magelang dan untuk mengetahui hubungan penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri siswa kelas X MAN I Kota Magelang.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis korelasional. Menurut Saifuddin Azwar (2013: 8), penelitian korelasi bertujuan menyelidiki sejauh mana variasi pada satu variabel berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variabel lain, berdasarkan koefisien korelasi. Penelitian yang dilakukan mengkaji mengenai hubungan penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri.

### **Variabel Penelitian**

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 2 variabel antara lain; variabel bebas yaitu penyesuaian diri di sekolah dan variabel terikat yaitu kepercayaan diri. Jadi dalam hal ini penyesuaian diri di sekolah sebagai

4 *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 6 Tahun ke-4 2015*  
variabel bebas memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri sebagai variabel terikat.

## **Definisi Operasional**

### **1. Penyesuaian diri di sekolah**

Penyesuaian diri di sekolah adalah suatu proses dinamis yang bertujuan untuk mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai antara diri individu dengan lingkungan sekolah. Aspek-aspek penyesuaian diri meliputi persepsi yang tepat tentang teman sebaya, guru, dan kegiatan pembelajaran, kemampuan mengatasi stress menghadapi pelajaran baru, kemampuan menilai diri secara positif, kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku, memiliki hubungan interpersonal yang baik, dan kemampuan individu untuk menyadari kelemahan dan kelebihan yang dimiliki.

### **2. Kepercayaan diri**

Kepercayaan diri sebagai sikap positif yang mencerminkan adanya keyakinan diri terhadap kemampuan-kemampuan yang dimilikinya. Dengan demikian, kepercayaan diri bersumber dari dalam diri sendiri. Aspek-aspek kepercayaan diri yaitu diantaranya memiliki rasa keyakinan akan kemampuan diri, optimis, obyektif, bertanggung jawab serta memiliki pemikiran rasional, serta menerima kritikan.

## **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di MAN 1 Kota Magelang yang terletak di Jl. Raya Payaman No 1 Magelang. MAN 1 Kota Magelang

merupakan sekolah yang berbatasan langsung dengan jalan raya utama kota Magelang sehingga mudah dijangkau dari segala arah, baik dari arah Semarang, Magelang, Yogyakarta, ataupun Wonosobo.

Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 9 Desember 2014–13 Maret 2015. Penelitian dimulai dari observasi dan wawancara dengan guru BK MAN 1 Kota Magelang sebagai tempat uji coba instrumen dan dengan guru BK MAN 1 Kota Magelang yang dijadikan sebagai tempat penelitian. Instrumen penelitian dibagikan kepada siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang dan diisi pada tanggal 19 Januari–22 Januari 2015.

## **Subyek Penelitian**

Subjek penelitian dalam penelitian ini menggunakan populasi dan sampel. Populasi yang digunakan adalah siswa X MAN 1 Kota Magelang yang terdiri dari 11 kelas, masing-masing kelas berjumlah sekitar 37 siswa dengan total keseluruhan 407 siswa.

Menurut Saifuddin Azwar (2013: 79) Sampel adalah sebagian dari populasi yang diteliti. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 201 siswa yang ditentukan dengan menggunakan rumus Slovin. Teknik yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *proportional random sampling*. *Proportional random sampling* merupakan salah satu cara pengambilan sampel yang dilakukan pada suatu populasi yang terbagi atas beberapa strata atau subkelompok dan dari masing-masing subkelompok diambil sampel-sampel terpisah (Saifuddin Azwar, 2013:84).

## **Metode Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan instrumen pengumpulan data berupa skala. Skala yang

digunakan merupakan skala dengan 4 pilihan jawaban. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala penyesuaian diri di sekolah dan skala kepercayaan diri dengan pilihan jawaban Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS).

### **Instrumen Pengumpulan Data**

Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu skala penyesuaian diri di sekolah dan skala kepercayaan diri. Skala penyesuaian diri di sekolah digunakan untuk mengungkap penyesuaian diri siswa di sekolah. Tingkat penyesuaian diri di sekolah diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri di sekolah. Skala disusun berdasarkan aspek-aspek penyesuaian diri di sekolah, meliputi a) Penyesuaian diri terhadap guru, b) Penyesuaian diri terhadap mata pelajaran, penyesuaian diri terhadap teman sebaya, penyesuaian diri dengan lingkungan fisik dan sosial

Skala kepercayaan diri mengungkap tentang kepercayaan diri siswa. Tingkat kepercayaan diri diukur menggunakan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek kepercayaan diri yang disampaikan oleh Lauster (dalam M. Nur Gufron & Rini Risnawati, 2010: 36).

### **Uji Instrumen**

Untuk melihat kesahihan instrumen yang disusun oleh peneliti, maka dibutuhkan beberapa langkah sebagai berikut:

#### **1. Uji Validitas**

Validitas adalah ketepatan dan kecermatan skala dalam menjalankan fungsi

ukurannya, sejauh mana skala itu mampu mengukur atribut yang dirancang (Saifuddin Azwar, 2013:7). Uji validitas yang digunakan dalam penelitian ini adalah validitas konstruk dengan melakukan uji coba terhadap 38 responden, setelah diujicobakan instrumen akan dihitung validitasnya dengan menggunakan program *SPSS versi 16.0*. Validitas skala penyesuaian diri di sekolah berada pada menghasilkan item valid sebanyak 54, sedangkan validitas skala kepercayaan diri dan menghasilkan item valid sebanyak 43.

#### **2. Uji Reliabilitas**

Suatu instrumen dikatakan reliabel apabila dalam beberapa kali pengukuran pada obyek yang sama akan menghasilkan hasil yang relatif sama. Menurut Wells dan Wollack (dalam Saifuddin Azwar, 2013: 98) tes yang standar minimal memperlihatkan konsistensi internal setidaknya 0,80 atau 0,85. Reliabilitas skala diuji menggunakan *Alpha Cronbach* dengan koefisien 0,811 pada skala penyesuaian diri di sekolah dan 0,837 pada skala kepercayaan diri.

### **Analisis Data**

Berdasarkan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini teknik analisis data yang akan diajukan yaitu *product moment* dari Pearson. *Product moment* digunakan untuk menentukan hubungan antara dua variabel penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri. Perhitungan penelitian ini menggunakan *SPSS For Windows Seri 16.0*.

## **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil Penelitian**

Pengujian hipotesis penelitian ini menggunakan teknik analisis *product moment*. Berdasarkan hasil korelasi, dapat diketahui hubungan antara penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri koefisien korelasinya sebesar 0.568 ( $p= 0,000$ ). Dengan demikian, hipotesis yang berbunyi “Ada hubungan yang positif antara penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang” diterima.

Berdasarkan data empirik sebagai hasil pengujian di lapangan atau pada kelompok populasi yang bersangkutan, terbukti bahwa ada hubungan positif antara penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri pada siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Penyesuaian Diri di Sekolah

No	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	> 162	12	5,97%	Tinggi
2	108– 162	185	92,03%	Sedang
3	< 108	4	2%	Rendah

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategorisasi Kepercayaan Diri

No.	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	> 129	106	53%	Tinggi
2	86 – 129	84	42%	Sedang
3	< 86	11	5%	Rendah

Berdasarkan hasil analisis dapat dilihat bahwa angka koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri. Koefisien korelasi antara penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri

adalah sebesar 0,568. Nilai  $r_{xy}$  positif menunjukkan arah kedua variabel yang positif, yaitu semakin tinggi penyesuaian diri di sekolah maka semakin tinggi kepercayaan diri siswa. Hasil penelitian ini sesuai dengan hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang. Sumbangan variabel penyesuaian diri di sekolah terhadap kepercayaan diri adalah sebesar 32,26%, dengan demikian masih ada 67,74% faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa adalah penyesuaian diri di sekolah.

## Pembahasan

Setiap siswa memiliki kemampuan yang berbeda-beda dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungan sosial di sekolah. Siswa yang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri di sekolah dengan baik dapat melakukan komunikasi dengan baik dengan guru, karyawan, teman sebaya bahkan kakak kelas. Selain itu, siswa juga mampu menyesuaikan dan melaksanakan tugas dan tanggung jawab yang harus dijalaninya dalam lingkungan tersebut. Siswa yang mampu melakukan komunikasi dengan baik dengan lingkungan sosial, serta mampu melaksanakan tugas dengan penuh tanggung jawab cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan melakukan hal yang diyakini benar tanpa rasa ragu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan riset yang telah dilakukan oleh Argo Yulan Indrajat (2013: 23), yang menjelaskan bahwa siswa yang tidak percaya diri pada dasarnya akan selalu merasa ragu dengan segala sesuatu yang ada pada dirinya, kemudian tidak akan melihat bahwa sebenarnya dirinya masih memiliki kelebihan-kelebihan yang dapat dikembangkan untuk kebaikan dirinya. Dengan demikian, siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi dapat dengan mudah menyesuaikan diri terhadap lingkungan fisik dan sosial di sekolah, sehingga dapat dikatakan melakukan penyesuaian diri dengan baik.

Selanjutnya, Lindenfield (Ediati Kamil, 1997: 15) menerangkan bahwa untuk dapat mengembangkan rasa percaya diri terhadap segala macam hal, individu jelas perlu mengalami dan bereksperimen dengan beranekaragam hubungan, dari yang dekat dan akrab di rumah sampai yang lebih asing. Melalui hubungan individu juga membangun rasa sadar diri dan pengenalan diri, yang merupakan unsur penting dari rasa kepercayaan diri. Individu membutuhkan orang yang menjadi tempat berlatih bagi mereka, agar mereka lebih percaya diri dan terampil. Orang yang memberikan kepada mereka umpan balik yang jujur dan membangun, baik mereka berhasil, maupun gagal. Dukungan juga merupakan faktor utama dalam membantu anak memiliki kembali rasa percaya diri yang menurun disebabkan oleh trauma, luka dan kekecewaan. Dalam hal ini siswa akan lebih dapat terbuka dengan kelompok sebaya untuk membicarakan masalah pribadinya. Dari kedua paparan di atas, dapat terlihat bahwa

penyesuaian diri di sekolah memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri siswa.

Individu yang mampu menyesuaikan diri di sekolah, dapat lebih mudah berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa. Begitu pula, seseorang yang sudah memiliki kepercayaan diri yang tinggi dapat lebih mudah melakukan penyesuaian diri di lingkungan sekolah. Dengan demikian, penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri siswa memiliki hubungan yang saling mempengaruhi, sehingga keduanya perlu ditingkatkan agar siswa dapat menjalin hubungan yang harmonis dengan lingkungan sekitar.

Setidaknya terdapat lima aspek kepercayaan diri yang melekat pada karakter percaya diri, yaitu keyakinan, optimis, obyektif, bertanggung jawab, dan rasional (Lauster dalam Ghufroon, 2010: 123). Penyesuaian diri yang baik dengan guru dapat memudahkan siswa dalam mengatasi kesulitan belajar karena siswa merasa dekat untuk bertanya. Penyesuaian diri dengan teman sebaya di sekolah juga memberikan dukungan pada siswa sehingga menjadi percaya diri dalam menghadapi persoalan di sekolah. Penyesuaian diri dengan pelajaran juga dapat memberikan kepercayaan diri pada siswa untuk mengikuti pelajaran dengan lebih baik. Kemampuan menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam berbagai situasi termasuk situasi di sekolah menunjukkan adanya kepercayaan diri pada siswa (Hakim, 2005: 5).

Hasil penelitian selanjutnya ditinjau dari variabel penyesuaian diri di sekolah. Dapat diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang memiliki penyesuaian

diri di sekolah berada pada kategori sedang dengan skor rata-rata 2,68. Kategori sedang pada variabel penyesuaian diri di sekolah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengatasi hambatan-hambatan dalam penyesuaian diri di sekolah sehingga siswa mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah.

Pada variabel penyesuaian diri di sekolah, aspek yang memperoleh nilai rata-rata tertinggi dari ketujuh aspek penyesuaian diri di sekolah adalah memiliki hubungan interpersonal yang baik dengan skor 2,94 dan berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa indikator yang terdapat di dalamnya seperti hubungan yang baik dengan guru/ karyawan, teman sebaya, dan dengan kakak kelas memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri di sekolah siswa.

Hal ini sejalan dengan pendapat Chaplin (2000: 11) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu hubungan yang harmonis dengan lingkungan fisik dan sosial. Manusia dituntut untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, kejiwaan dan lingkungan alam sekitarnya. Guru, karyawan, teman sebaya dan kakak kelas merupakan wujud lingkungan sosial yang ada di sekitar siswa kelas X.

Hasil penelitian ini mendukung pendapat Enung Fatimah (2008: 198) yang menyatakan bahwa penyesuaian diri adalah suatu proses alamiah dan dinamis yang bertujuan mengubah perilaku individu agar terjadi hubungan yang lebih sesuai dengan kondisi lingkungannya. Di antara lingkungan yang dihadapi siswa di sekolah adalah kondisi akademik, yaitu kegiatan yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan yang

harus dipelajari selama individu menempuh pendidikan. Kegiatan akademik menuntut siswa untuk berhubungan dengan guru, siswa lain, dan materi pelajaran yang diajarkan bahwa lingkungan sekolah memiliki pengaruh terhadap perkembangan jiwa remaja. Sekolah memiliki peranan yang tidak jauh berbeda dengan keluarga yaitu sebagai tempat perlindungan apabila anak didik memiliki masalah. Dalam konteks penelitian ini, sekolah berkaitan erat dengan kegiatan akademik siswa karena kegiatan akademik berada di sekolah dalam bentuk kegiatan belajar baik bersama guru dan siswa lain ataupun dipelajari sendiri di lingkungan sekolah.

Aspek yang memiliki skor rata-rata terendah dalam skala penyesuaian diri di sekolah adalah kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku dengan skor 2,40 dan berada pada kategori sedang. Hal ini berarti bahwa dari ketujuh aspek yang mempengaruhi penyesuaian diri di sekolah, kemampuan untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku berdasarkan jawaban yang dipilih oleh siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini masih memiliki pengaruh terhadap penyesuaian diri di sekolah namun tidak setinggi aspek penyesuaian diri di sekolah yang lainnya.

Enung Fatimah (2008:195) menyebutkan bahwa salah satu kriteria penyesuaian diri adalah mampu mengekspresikan emosi dalam diri sendiri. Emosi yang ditampilkan individu realistik dan secara umum berada di bawah kontrol individu. Ketika seseorang marah, dia mampu mengekspresikan dengan cara yang tidak merugikan orang lain, baik secara psikologis maupun fisik. Individu yang memiliki

kematangan emosional mampu untuk membina dan memelihara hubungan interpersonal dengan baik.

Sehubungan dengan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku, subyek dalam penelitian ini termasuk dalam kategori remaja. Hal ini didukung oleh pendapat Hurlock (1980: 207- 209) bahwa salah satu karakteristik remaja adalah masa remaja sebagai masa yang tidak realistis. Pada masa ini remaja lebih memandang dirinya dan diri orang lain sebagaimana apa yang diinginkannya, sehingga mengakibatkan emosi remaja meninggi dan mudah marah apabila keinginannya tidak tercapai. Dari pernyataan tersebut, dapat terlihat bahwa pada usia remaja, individu masih sulit mengendalikan emosi yang mempengaruhi tingkah laku yang ditunjukkannya. Pengendalian emosi yang belum stabil dan disertai dengan kurang sesuainya tingkah laku yang ditunjukkan mengakibatkan siswa merasa kesulitan dalam melakukan penyesuaian diri di sekolah.

Aspek kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku merupakan aspek terendah dalam penelitian ini sehingga perlu ditingkatkan. Peningkatan kemampuan individu untuk mengendalikan emosi dan tingkah laku bergantung pada tingkat kematangan emosi individu. Riset yang telah dilakukan oleh Budi Astuti (2009) menunjukkan bahwa model bimbingan dan konseling perkembangan terbukti efektif untuk meningkatkan kematangan emosi remaja. Dalam penelitian sebelumnya ditemukan bahwa bimbingan di kelas berbasis *wellness* dapat meningkatkan *wellbeing* remaja, mengurangi

dampak stress, memberikan ekspektasi akademis, dan meningkatkan kematangan emosi serta kematangan sosial (Villalba & Myers dalam Budi Astuti, 2009: 7). Dari hasil riset tersebut dapat disimpulkan bahwa pengendalian emosi dan tingkah laku remaja dapat dilakukan dengan penerapan model bimbingan dan konseling perkembangan serta bimbingan di kelas berbasis *wellness*.

Indikator yang memiliki skor tertinggi adalah hubungan baik dengan teman kelas X dengan skor 3,18 dan berada pada kategori tinggi. Kategori tinggi menunjukkan bahwa siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini lebih dapat menjalin hubungan yang baik dengan teman seangkatan yaitu sesama kelas X daripada menjalin hubungan dengan kakak tingkat dan guru/karyawan. Hal ini dimungkinkan karena adanya kesamaan tingkatan kelas sehingga tidak ada perasaan canggung untuk bergaul dan berinteraksi dengan sesama kelas X. Selain itu, usia yang tidak terlalu jauh antar sesama kelas X menyebabkan kecenderungan pola pikir yang sama sehingga lebih memudahkan siswa untuk melakukan penyesuaian diri di sekolah bersama dengan siswa kelas X yang lainnya. Dengan demikian, dapat terlihat bahwa indikator hubungan yang baik dengan teman kelas X yang terdapat dalam aspek memiliki hubungan interpersonal yang baik memberikan pengaruh terhadap penyesuaian diri siswa di sekolah.

Hasil penelitian ini mendukung pernyataan Sofyan Willis (2005:61-64) yang mengemukakan bahwa penyesuaian diri dengan teman sebaya sangat penting bagi perkembangan siswa terutama perkembangan sosial. Teman

sebayu adalah kelompok anak-anak yang hampir sama usianya, kelas dan motivasi bergaulnya. Dalam pergaulan teman sebaya seorang siswa harus dapat bersikap dan berperilaku sesuai dengan aturan kelompok teman sebaya, sebaliknya apabila tidak mengikuti aturan kelompok sebaya maka akan dijauhi oleh kelompok sebaya.

Indikator yang memiliki skor rata-rata terendah dalam variabel penyesuaian diri di sekolah adalah kemauan siswa untuk belajar dengan skor 2,08 dan berada pada kategori sedang. Kemauan siswa untuk belajar berkaitan erat dengan minat belajar siswa. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi minat belajar siswa. Faktor-faktor tersebut terdiri atas faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor-faktor tersebut antara lain motivasi, belajar, bahan pelajaran dan sikap guru yang menarik, keluarga, teman pergaulan, lingkungan, cita cita, bakat, hobi, media massa, dan fasilitas (Dinar Barokah, 2011: 14).

Kemauan atau minat siswa untuk belajar yang masih rendah perlu ditingkatkan. Salah satu cara yang dapat diterapkan adalah dengan pendekatan *Problem Based Learning* (Pembelajaran Berbasis Masalah). Pendekatan ini telah diterapkan dan secara efektif dapat meningkatkan minat belajar siswa SMK Negeri 3 Makassar (Hasrul Bakri, 2009: 10). Selain itu, minat belajar juga dapat ditingkatkan melalui metode *mind mapping* dengan menggunakan gambar dan berbagai warna sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam belajar.

Variabel kedua yang digunakan dalam penelitian ini adalah kepercayaan diri. Hasil

menunjukkan bahwa siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang memiliki kepercayaan diri tinggi dengan skor rata-rata sebesar 3,14. Kepercayaan diri yang tinggi menunjukkan bahwa siswa dapat meyakinkan atau percaya dirinya mampu menguasai situasi dan mampu melakukan tindakan sehingga dapat mencapai tujuan yang telah dicita-citakan.

Pada variabel kepercayaan diri aspek obyektif memiliki nilai rata-rata tertinggi dalam pengaruhnya terhadap kepercayaan diri berdasarkan rata-rata jawaban yang dipilih. Skor rata-rata pada aspek ini sebesar 3,20 dan berada pada kategori tinggi. Hal ini berarti bahwa sikap obyektif mempengaruhi kepercayaan diri siswa yang menjadi sampel dalam penelitian ini. Senada dengan pendapat Lauster (M. Nur Gufron & Rini Risnawati, 2010: 36), obyektif memiliki makna bahwa individu memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.

Cara berpikir remaja tampak cenderung lebih multidimensional. Hal ini mengandung arti bahwa remaja mampu melihat suatu permasalahan dari berbagai sudut pandang (obyektif). Hal ini membuat remaja memahami bahwa kepribadian seseorang terdiri dari banyak sisi atau membuat remaja memahami bahwa suatu situasi sosial akan memiliki interpretasi yang beragam tergantung sudut pandang yang digunakan (Steinberg dalam Sulisworo, dkk, 2011: 179). Sikap obyektif menunjukkan kemampuan siswa dalam menempatkan diri sebagai orang lain, termasuk dalam memberikan penilaian terhadap diri sendiri memiliki pengaruh

terhadap kepercayaan diri seseorang. Dengan adanya sikap obyektif, siswa tidak mudah terpengaruh dengan pendapat sekitar yang berusaha mempengaruhi, sehingga siswa tetap berpegang teguh pada keyakinannya terhadap kebenaran yang didapat secara obyektif. Dengan demikian sikap obyektif memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepercayaan diri siswa.

Aspek terendah dalam skala kepercayaan diri dengan nilai rata-rata 2,99 terdapat pada aspek bertanggung jawab dan berada pada kategori sedang. Hal ini berarti aspek bertanggung jawab masih memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri namun tidak setinggi aspek-aspek lainnya. Aspek tanggung jawab mencakup kemampuan untuk menjalankan kewajiban dengan baik dan menerima konsekuensi dalam segala hal. Hal ini menunjukkan bahwa subyek penelitian yang termasuk dalam kategori remaja belum mampu menunjukkan tanggung jawab dengan baik.

Gunarsa (Awalia Nurul Hikmah, 2014: 8) mengemukakan bahwa pada usia remaja, kedewasaan tubuh dan kematangan seksual sudah tercapai. Namun kedewasaan dalam hal rasa bertanggungjawab, dan melaksanakan tugas-tugas belum sepenuhnya diperoleh. Dari paparan di atas, dapat dilihat bahwa rasa bertanggung jawab pada remaja belum sepenuhnya terbentuk. Dengan demikian, aspek tanggung jawab dalam penelitian ini belum memberikan kontribusi yang besar terhadap variabel kepercayaan diri karena subyek dalam penelitian masih berada pada usia remaja.

Tanggung jawab pada remaja dapat ditingkatkan melalui berbagai cara. Salah satu

cara yang sudah diterapkan secara efektif adalah melalui layanan konseling individual berbasis *self-management*. Metode ini telah efektif digunakan untuk meningkatkan tanggung jawab belajar siswa kelas XI di SMK Negeri 1 Pematang Tahun pelajaran 2013/2014 (Dinia Ulfa, 2014: 108). Selain itu tanggung jawab juga dapat ditingkatkan melalui penerapan teknik *Behavior Contracts*, yaitu berupa perjanjian secara tertulis untuk bertingkah laku dengan cara tertentu dan untuk menerima konsekuensi bagi tingkah laku tersebut. Teknik ini terbukti efektif digunakan untuk meningkatkan tanggung jawab pribadi siswa SMA Negeri 2 Malang (Hidayatul Laili, 2010: 87).

Indikator memiliki harapan untuk berhasil merupakan indikator yang memiliki skor rata-rata tertinggi dalam variabel kepercayaan diri dengan skor 3,41 dan termasuk dalam kategori tinggi. Kategori tinggi untuk indikator ini menunjukkan bahwa siswa memiliki sikap optimis yang tinggi dalam meraih keberhasilan. Dipaparkan oleh Hakim (Bambang Rustanto: 2013), kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya. Hal ini bukan berarti bahwa individu tersebut mampu dan kompeten melakukan segala sesuatu seorang diri. Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakni mampu dan percaya bahwa dia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri

12 *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 6 Tahun ke-4 2015*  
sendiri. Dengan demikian dapat dilihat bahwa indikator memiliki harapan untuk berhasil memberikan kontribusi yang cukup besar terhadap variabel kepercayaan diri siswa.

Indikator terendah dalam variabel kepercayaan diri terdapat pada aspek optimis yaitu pada indikator memandang diri mampu menghadapi masalah belajar dengan skor rata-rata 2,91 dan berada pada kategori sedang. Dengan kata lain, siswa yang menjadi subyek dalam penelitian ini memandang diri kurang mampu menghadapi masalah belajar yang ada. Seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta membuat keputusan sendiri (Anita Lie, 2003: 2). Faktor perkembangan remaja secara psikologis dijadikan sebagai salah satu faktor yang diperhatikan karena hal tersebut dapat menjadi salah satu sumber yang menghambat belajar siswa. Sukardi (2000: 56) menyebutkan bahwa keberhasilan siswa dalam belajar dipengaruhi oleh banyak faktor, yaitu faktor sosial, non sosial, fisiologis, dan psikologis.

Memandang diri mampu menghadapi masalah belajar merupakan indikator terendah dalam variabel kepercayaan diri yang perlu ditingkatkan. Salah satu upaya untuk meningkatkannya adalah dengan penggunaan strategi *Self Regulated Learning* (SRL). Dengan diterapkannya SRL dalam kegiatan belajar, maka siswa akan lebih memiliki kesiapan dan

kemantapan dalam belajar sehingga permasalahan dalam belajar dapat dikurangi atau diatasi.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang. Walaupun ditemukan hubungan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang namun sumbangan penyesuaian diri di sekolah terhadap kepercayaan diri tidak begitu besar. Hal ini sesuai dengan hasil perhitungan bahwa sumbangan variabel penyesuaian diri di sekolah terhadap kepercayaan diri sebesar 32,26%. Dengan demikian masih ada 67,74% faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang.

Selain faktor penyesuaian diri di sekolah, kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor lain. Ghufro (2011: 128) menyatakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri individu berasal dari dalam (internal) dan luar (eksternal) diri seseorang. Faktor internal yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri diantaranya harga diri dan perasaan dibutuhkan, konsep diri, keberhasilan, kondisi fisik, pengalaman, dan khayalan, sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri diantaranya orang tua, sekolah, dan teman sebaya.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

1. Penyesuaian diri di sekolah pada siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang menunjukkan skor rata-rata 2,68 dan berada pada kategori sedang. Kategori sedang pada variabel penyesuaian diri di sekolah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu mengatasi hambatan-hambatan dalam penyesuaian diri di sekolah sehingga siswa mampu menyesuaikan diri dengan baik dengan lingkungan sekolah.
2. Kepercayaan diri siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang berada pada kategori tinggi dengan skor rata-rata sebesar 3,14. Kepercayaan diri yang tinggi menunjukkan bahwa siswa dapat meyakinkan atau percaya bahwa dirinya mampu menguasai situasi dan mampu melakukan tindakan sehingga dapat mencapai tujuan yang telah dicita-citakan.
3. Terdapat hubungan positif dan signifikan antara penyesuaian diri di sekolah dengan kepercayaan diri pada siswa kelas X MAN 1 Kota Magelang yang dapat dijabarkan dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,568 dengan taraf signifikansi  $p = 0.000$  ( $p < 0.05$ ). Artinya, semakin tinggi tingkat penyesuaian diri di sekolah maka semakin tinggi pula kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang, demikian juga sebaliknya semakin rendah tingkat penyesuaian diri di sekolah maka semakin rendah pula kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang. Sumbangan efektif penyesuaian diri di sekolah terhadap kepercayaan diri pada siswa MAN 1 Kota Magelang sebesar 32,26%, sedangkan sumbangan sebesar 67,74% berasal dari faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini.

## Saran

Dari hasil penelitian, pembahasan dan kesimpulan yang telah diuraikan sebelumnya, maka peneliti mengajukan saran-saran antara lain:

### 1. Bagi Siswa

Kepercayaan diri yang tinggi merupakan hasil capaian yang harus dipertahankan, sedangkan penyesuaian diri di sekolah yang masih berada pada kategori sedang perlu ditingkatkan. Siswa diharapkan menyadari pentingnya menyesuaikan diri di sekolah, misalnya dengan saling menghormati antar warga sekolah, mengerjakan tugas sebagaimana mestinya, dan menataati setiap peraturan yang diberlakukan di sekolah.

### 2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru Bimbingan dan Konseling diharapkan mampu mengoptimalkan peran dengan cara memaksimalkan layanan informasi di bidang pribadi dengan cara memberikan materi yang berhubungan dengan penyesuaian diri di sekolah, misalnya dengan *brainstorming* dalam kelompok untuk mendiskusikan cara efektif menyesuaikan diri di sekolah, dan melakukan diskusi kelompok dalam kelas mengenai meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, guru Bimbingan dan Konseling diharapkan mampu menerapkan model bimbingan dan konseling perkembangan dan bimbingan di kelas berbasis *wellness* untuk meningkatkan kematangan emosi siswa yang masih rendah serta melakukan pendekatan *problem based learning* dan menerapkan *mind mapping* untuk meningkatkan minat belajar siswa yang merupakan aspek dan indikator yang masih rendah dalam variabel penyesuaian diri di sekolah. Terkait dengan variabel kepercayaan

14 *Jurnal Bimbingan dan Konseling Edisi 6 Tahun ke-4 2015*  
diri, guru diharapkan mampu menerapkan layanan konseling individual berbasis *self-management* untuk meningkatkan tanggung jawab siswa serta menerapkan strategi *self regulated learning* untuk membantu siswa menghadapi masalah belajar.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti variabel yang berkaitan dengan kepercayaan diri dapat memperhatikan aspek lain yang mempengaruhi kepercayaan diri selain penyesuaian diri di sekolah diantaranya adalah konsep diri, keberhasilan, kondisi fisik, dan pengalaman serta mengembangkan teknik yang dapat digunakan untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa.

### 4. Bagi Sekolah

Dalam upaya memecahkan persoalan penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri siswa, maka sekolah sebagai penyelenggara pendidikan hendaknya memberikan fasilitas terhadap penyesuaian diri di sekolah dan kepercayaan diri siswa serta menghimbau seluruh warga sekolah untuk membantu siswa dalam menyesuaikan diri di sekolah, misalnya dengan memasang papan penunjuk dan tata tertib sekolah sehingga siswa dapat menyesuaikan diri tanpa melanggar peraturan yang berlaku di sekolah.

## DAFTAR PUSTAKA

Alsa Asmadi. (2006). Hubungan antara Dukungan Sosial Orang Tua dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik. *Jurnal Psikologi*. No.1. 47-48.

Argo Yulan Indrajat. (2013). Peningkatan Kepercayaan Diri melalui Metode *Journal Writing* pada Siswa Kelas XI SMK N 1 Depok. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Pendidikan UNY.

Bambang Rustanto. (2013). *Kepercayaan Diri: Mata Kuliah Peksos dengan Remaja*. Diakses dari <http://bambang-rustanto.blogspot.com/2013/08/konsep-kepercayaan-diri.html> pada 9 Maret 2013 pukul 11.07.

Budi Astuti. (2010). Model Bimbingan dan Konseling Perkembangan untuk Meningkatkan Kematangan Emosi Remaja. *Makalah*. Disajikan dalam Raker HSBKI dan Seminar Nasional Peran Bimbingan dan Konseling dalam membangun Karakter Bangsa, 21-23 November 2010 di Hotel Grand Cempaka, Jakarta.

Chaplin, C. P. (2000). *Kamus Lengkap Psikologi*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Dwi Safitri. (2010). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial Mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. *Skripsi*. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

Eny Widiastuti, Festa Yumpi & Istiqomah. (2012). Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Diri pada Anak Korban Kekerasan Seksual Usia 12-18 Tahun di Pusat Perlindungan Perempuan dan Anak Kabupaten Jember. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Jember.

Hasrul Bahri. (2009). Peningkatan Minat Belajar Praktek Menggulung Trafo melalui Pendekatan Pembelajaran Berbasis Masalah (*Problem Based Learning*) Pada Siswa SMK Negeri 3 Makassar. *Jurnal Medtek*. Volume 1, Nomor 1, April 2009.

Hidayatul Laili. (2010). Penerapan Teknik *Behavior Contracts* untuk Meningkatkan Tanggung Jawab Pribadi Siswa Kelas XI-IPS 3 dalam Mengikuti Layanan Bimbingan dan Konseling di SMA Negeri 2 Malang. *Skripsi*. Universitas Malang.

- Hurlock. E. B. (2000). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Kartini Kartono. (2002). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- M. N. Ghufron & S. Risnawita. (2011). *Teori-Teori Psikologi*. Jakarta: Gramedia.
- Saifuddin Azwar. (2007). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2008). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- \_\_\_\_\_. (2013). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sofyan Willis. (2005). *Remaja dan Masalahnya*. Bandung: Alfabetha.
- Thursan Hakim. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Zakiah Daradjat. (1990). *Kesehatan Mental*. Jakarta: Haji Masagung.