

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah salah satu tahap penting dalam proses perkembangan manusia yang ditandai dengan adanya perubahan yang bersifat menyeluruh, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial. Periode ini disebut juga sebagai masa transisi, karena individu mengalami peralihan dari fase kanak-kanak menuju fase dewasa, di mana terjadi penyesuaian terhadap perubahan fisik, kematangan emosi, serta pembentukan identitas diri. Secara umum, masa remaja berada pada rentang usia 10 hingga 18 tahun. Berdasarkan penggolongan usia, masa remaja dibagi menjadi tiga tahap, yaitu remaja awal (12–15 tahun), remaja tengah (15–18 tahun), dan remaja akhir yang ditandai dengan meningkatnya kematangan fisik maupun psikologis individu (19–22 tahun) (Bawono, 2023).

Menurut (WHO, 2024) secara global, sekitar 1,3 miliar remaja, atau 16% dari populasi dunia, berada dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) mendefinisikan remaja sebagai individu berusia 10-24 tahun yang belum menikah (Bancin et al., 2022). Di Indonesia, sekitar 17% dari populasi 46 juta jiwa adalah remaja. Data dari Badan Pusat Statistik Jawa Tengah (2023) menunjukkan bahwa provinsi ini memiliki sekitar 5,54 juta remaja berusia 10-19 tahun (kkijateng.or.id, 2024). Sedangkan di Kabupaten Klaten, jumlah remaja dalam rentang usia yang sama mencapai sekitar 195,66 ribu jiwa (databoks, 2024). Menurut data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) Republik Indonesia tahun 2018, sebanyak 56% remaja di Indonesia mengalami tingkat kepercayaan diri yang rendah (Nurzahwa et al., 2024).

Masa remaja ditandai oleh perubahan fisik, emosional, dan sosial yang signifikan. Ini adalah periode transisi dari masa kanak-kanak menuju dewasa, yang mencakup fase awal pubertas hingga mencapai kematangan (Latifah *et al.*, 2024). masa remaja tidak hanya merupakan perubahan yang drastis, tetapi juga merupakan peralihan yang berkesinambungan dari satu tahap perkembangan ke tahap berikutnya. Pengalaman yang dialami sebelumnya akan memengaruhi kondisi saat ini dan masa depan. Ketika anak-anak memasuki masa remaja, mereka harus melepaskan aspek-aspek masa kanak-

kanak dan belajar mengadopsi pola perilaku serta sikap baru. Perkembangan sosial dan kepribadian remaja akan memengaruhi cara mereka merespons pengetahuan dan pengalaman yang mereka hadapi (Azizah et al., 2023).

Masa remaja merupakan fase krusial dalam perkembangan individu, di mana remaja mulai aktif berinteraksi dan belajar bersosialisasi dengan teman sebaya. Pada tahap ini, remaja sering kali merasakan dorongan untuk diakui, dihargai, dan diterima oleh komunitas sosial mereka. Perubahan yang terjadi selama masa remaja, yang sering kali penuh tantangan, memerlukan rasa percaya diri yang cukup agar remaja dapat beradaptasi dengan berbagai tuntutan dan kondisi di sekitarnya (Atho'ilah *et al.*, 2023).

Seiring dengan kebutuhan dan proses tumbuh kembang, remaja memiliki tujuan untuk mencapai tugas-tugas perkembangan, terutama pada masa remaja awal. Pada fase ini, remaja mengalami pubertas dengan ciri-ciri yang mencolok. Masa ini sering kali ditandai dengan peralihan yang penuh gejolak dan keraguan, yang menunjukkan bahwa mereka sedang menuju dewasa. Seorang remaja dianggap matang jika mampu memahami pengetahuan tentang reproduksi, yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Oleh karena itu, untuk dapat menghadapi perubahan-perubahan yang terjadi remaja membutuhkan kepercayaan diri sebagai bekal utama, contoh kepercayaan diri yang dibutuhkan pada remaja untuk menghadapi perubahan-perubahan tersebut adalah Remaja berani menyapa dan bergabung dengan kelompok teman baru, remaja mampu menyampaikan pendapat tanpa rasa takut berlebihan, remaja dapat bekerja sama dalam kegiatan kelompok, remaja mampu menerima umpan balik dari guru dan teman sebaya, remaja tidak menarik diri dari lingkungan sosial meskipun menghadapi perubahan peran atau tuntutan akademik (Rohman & Satrio, 2021).

Salah satu faktor utama yang memengaruhi kemampuan remaja dalam menghadapi berbagai perubahan pada masa perkembangannya adalah rasa percaya diri. Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri, yang membuat mereka tidak terpengaruh oleh orang lain. Ini mencerminkan sikap mandiri, di mana individu mampu melakukan sesuatu tanpa bergantung pada orang lain, memiliki pandangan optimis tentang diri mereka, serta mampu berempati dan menerima kekurangan baik pada diri sendiri maupun orang lain (Edi, 2022). Kepercayaan diri berfungsi sebagai fondasi yang memungkinkan remaja menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, mengasah potensi yang dimiliki, serta membangun relasi

yang positif dengan orang lain. Ketika rasa percaya diri kurang berkembang, remaja berpotensi mengalami kendala dalam berinteraksi, merasa ragu terhadap kemampuannya, bahkan terhambat dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan yang semestinya dijalani. Oleh sebab itu, menelaah hubungan antara fase perkembangan remaja dengan proses pembentukan kepercayaan diri merupakan langkah penting untuk mendorong lahirnya generasi muda yang sehat, mandiri, dan memiliki daya saing.

Kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri. Individu yang memiliki tingkat kepercayaan diri tinggi biasanya memiliki ekspektasi yang realistis dan mampu menilai diri secara positif. Kepercayaan diri berperan penting tidak hanya secara umum, tetapi juga menjadi pondasi bagi siswa untuk memenuhi berbagai kebutuhan serta tanggung jawab dalam masa perkembangan. Dengan kepercayaan diri yang kuat, siswa terdorong untuk mengasah potensi dan kemampuan mereka, sehingga dapat tumbuh menjadi pribadi yang sehat dan mandiri. Sebaliknya, ketika kepercayaan diri rendah, siswa bisa mengalami hambatan dalam bersosialisasi, mengekspresikan kemampuan, bahkan menghadapi kesulitan dalam belajar (Novita & Sumiarsih, 2021).

Lauster dalam (Edi, 2022) mengemukakan bahwa terdapat sejumlah karakteristik yang menggambarkan individu dengan tingkat kepercayaan diri yang baik. *Pertama*, adanya keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, yaitu rasa percaya seseorang bahwa dirinya mampu menghadapi beragam situasi yang muncul dalam kehidupannya. *Kedua*, kemampuan untuk bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, yang berarti individu dapat menentukan pilihan tanpa harus selalu melibatkan orang lain serta memiliki keyakinan terhadap keputusan yang dibuat. *Ketiga*, adanya sikap positif terhadap diri, yakni penilaian baik yang muncul dari dalam diri sehingga menumbuhkan pandangan optimis terhadap masa depan. *Keempat*, keberanian dalam mengutarakan pendapat, yaitu kemampuan menyampaikan pandangan atau gagasan secara terbuka tanpa merasa tertekan maupun takut.

Kepercayaan diri yang tinggi sangat penting bagi remaja dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan mereka, seperti membentuk citra diri, mencari jati diri, dan beradaptasi dengan lingkungan sosial, termasuk teman sebaya dan orang-orang di sekitar mereka. Kepercayaan diri adalah elemen penting dalam kepribadian yang berpengaruh besar dalam kehidupan sosial. Tanpa kepercayaan diri, individu akan

kesulitan untuk mengungkapkan potensi yang dimilikinya (Putra *et al.*, 2020). Rendahnya kepercayaan diri dapat berdampak negatif pada penyesuaian sosial remaja. Penyesuaian sosial adalah kemampuan individu untuk merespon dengan baik terhadap kenyataan sosial dan interaksi, sehingga mereka dapat memenuhi kebutuhan melalui perilaku yang memuaskan dan dapat diterima. Hal tersebut berpotensi menyebabkan masalah seperti isolasi sosial, depresi, dan penurunan prestasi yang dapat menghambat perkembangan sosial dan emosional remaja serta memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Penyesuaian sosial diartikan sebagai kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan orang lain, terutama dalam kelompok. Ini mencakup pemahaman terhadap berbagai situasi sosial dan penentuan perilaku yang sesuai dalam konteks tersebut (Edi, 2022). Penyesuaian sosial sangat penting pada masa remaja, karena dapat mengurangi konflik internal terkait peran dan krisis identitas yang sering dialami remaja. Hal ini menunjukkan bahwa tugas perkembangan remaja tidak hanya berlangsung di rumah, tetapi juga di luar rumah yang berkaitan dengan lingkungan sosial mereka. Oleh karena itu, remaja perlu mampu menyelesaikan tugas perkembangan sekaligus mengembangkan kemampuan penyesuaian sosial agar dapat beradaptasi dengan baik dalam berbagai situasi kehidupan (Dasalinda & Karneli, 2021). Untuk mengatasi permasalahan ini, diperlukan intervensi yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa, seperti program pelatihan keterampilan sosial dan konseling. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial, sehingga dapat memberikan rekomendasi bagi pengembangan program yang efektif di SMK N 1 Jogonalan.

Studi pendahuluan dilakukan peneliti pada 07 Agustus 2025 di SMK N 1 Jogonalan dengan melibatkan 10 siswa, terdiri dari 5 laki-laki dan 5 perempuan, wawancara dilakukan menggunakan 5 pertanyaan yang mencakup tentang Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Sosial, ditemukan bahwa 7 siswa merasa tidak percaya diri saat berinteraksi, sementara 3 siswa sudah memiliki kepercayaan diri. Wawancara dengan guru Bimbingan Konseling (BK) juga mengungkapkan bahwa beberapa siswa kelas X memiliki kepercayaan diri yang rendah dan kesulitan bersosialisasi di lingkungan sekolah. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengambil judul "Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial pada Remaja di SMK N 1 Jogonalan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, masa remaja merupakan tahap perkembangan yang ditandai oleh berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial yang menuntut kemampuan adaptasi yang optimal. Pada fase ini, kepercayaan diri memegang peran penting karena menjadi landasan bagi remaja dalam berinteraksi, mengemukakan pendapat, serta menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial, khususnya di lingkungan sekolah. Remaja yang memiliki kepercayaan diri yang baik umumnya mampu menjalin hubungan sosial yang positif dan memenuhi tugas-tugas perkembangannya secara efektif.

Namun, hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMK Negeri 1 Jogonalan menunjukkan adanya permasalahan yang berbeda dengan kondisi ideal tersebut. Ditemukan bahwa sebagian siswa masih memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, yang tercermin dari perilaku pasif dalam interaksi sosial, kesulitan menyampaikan pendapat, serta hambatan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sekolah. Kondisi ini berpotensi menghambat proses penyesuaian sosial remaja dan berdampak pada kualitas hubungan dengan teman sebaya maupun pencapaian prestasi belajar.

Di sisi lain, berbagai kajian teoritis dan hasil penelitian sebelumnya menyatakan bahwa kepercayaan diri memiliki hubungan yang erat dengan kemampuan penyesuaian sosial remaja. Meskipun demikian, belum terdapat penelitian empiris yang secara khusus mengkaji hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial pada remaja di SMK Negeri 1 Jogonalan. Ketiadaan data empiris yang kontekstual ini menimbulkan kesenjangan antara teori dan kondisi nyata di lapangan.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, diperlukan penelitian yang secara sistematis dan empiris menguji hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial pada remaja di SMK Negeri 1 Jogonalan. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja di SMK Negeri 1 Jogonalan.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui Hubungan antara kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja di SMK N 1 Jogonalan.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden meliputi usia, jenis kelamin.
- b. Mengidentifikasi Kepercayaan diri pada siswa kelas X di SMK N 1 Jogonalan.
- c. Mengidentifikasi Penyesuaian sosial pada siswa kelas X di SMK N 1 Jogonalan.
- d. Menganalisis Hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada siswa kelas X di SMK N 1 Jogonalan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Ilmiah

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan kontribusi pengetahuan, khususnya dalam perkembangan remaja, dengan meneliti keterkaitan antara kepercayaan diri dan penyesuaian sosial. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi untuk penelitian-penelitian selanjutnya yang mengangkat tema serupa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswa

Membantu siswa menyadari pentingnya membangun kepercayaan diri sebagai modal utama dalam beradaptasi dan berinteraksi sosial, baik di lingkungan sekolah maupun dalam kehidupan sehari-hari, menciptakan hubungan sosial yang lebih baik dan mengatasi berbagai tantangan sosial yang mereka hadapi.

b. Bagi Orang Tua

Memberikan wawasan kepada orang tua tentang peran penting kepercayaan diri dalam proses anak mencapai penyesuaian sosial yang optimal. Ini menjadi pedoman bagi orang tua dalam memberikan dukungan dan bimbingan yang sesuai untuk meningkatkan kepercayaan diri serta keterampilan sosial anak-anak mereka.

c. Bagi Guru

Membantu guru memahami kondisi kepercayaan diri dan tingkat penyesuaian sosial siswa, sehingga dapat memberikan perhatian, bimbingan, dan dukungan yang tepat dalam proses belajar dan pengembangan diri siswa. Ini juga menjadi dasar dalam merancang kegiatan pembelajaran serta program pengembangan diri yang bertujuan memperkuat kepercayaan diri dan keterampilan sosial siswa.

d. Bagi Sekolah

Memberikan informasi penting bagi sekolah mengenai kondisi psikologis siswa terkait kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian sosial, sehingga institusi dapat mengembangkan kebijakan, program atau intervensi yang efektif untuk mendukung perkembangan sosial emosional siswa secara menyeluruh. Ini menjadi dasar pengambilan keputusan strategis untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan mendukung peningkatan kemampuan adaptasi serta kepercayaan diri siswa.

e. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi tenaga kesehatan dalam memahami peran kepercayaan diri terhadap penyesuaian sosial remaja. Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam perencanaan intervensi promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan psikososial remaja.

f. Bagi Peneliti

Menjadi pengalaman berharga serta sumber data yang bermanfaat dalam mengasah keterampilan penelitian, khususnya di bidang psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan. Penelitian ini memberikan pondasi pengetahuan yang kuat untuk melakukan penelitian-penelitian selanjutnya dengan cakupan variabel dan metode yang lebih luas, guna memperdalam pemahaman tentang faktor-faktor yang berpengaruh terhadap penyesuaian sosial remaja.

g. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait kepercayaan diri dan penyesuaian sosial remaja, baik dengan menambah variabel maupun menggunakan metode penelitian yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Peneliti	Variabel Utama	Subjek/ Lokasi	Metode & Sampling	Perbedaan dengan Peneliti
(Putra <i>et al.</i> , 2020)	Hubungan antara Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial peserta didik kelas VII MTSN 7 kota Padang	Kepercayaan diri	Kelas VII MTSN 7 Kota Padang	kuantitatif korelasional	Penelitian ini lebih umum membahas pentingnya kepercayaan diri secara umum. Sedangkan penelitian saya lebih secara spesifik mengkaji hubungan kepercayaan diri dengan penyesuaian sosial pada remaja di lingkungan sekolah SMK N 1 Jogonalan.
(Rohman & Satrio, 2021)	Hubungan Kepercayaan Diri dengan Penyesuaian Sosial siswa SMA Kawung 2 Surabaya	Kepercayaan diri dan Penyesuaian Sosial	Siswa SMA Kawung 2 Surabaya	kuantitatif korelasional	Meskipun memiliki variabel utama yang sama, penelitian ini dilakukan di SMA Kawung 2 Surabaya. Sementara penelitian saya berlokasi di SMK N 1 Jogonalan. Perbedaan lokasi dan penelitian ini memiliki perbedaan sampel dan jumlah sampel.
(Dasalinda & Karneli, 2021)	Hubungan Fatherless dengan Penyesuaian Sosial Remaja implementasi pelaksanaan layanan bimbingan konseling di Sekolah	Penyesuaian Sosial	SMA Negeri 10 Jakarta Pusat	deskriptif kuantitatif dengan menggunakan pendekatan korelasional	Penelitian ini berfokus pada faktor "fatherless" sebagai prediktor penyesuaian sosial. Sedangkan penelitian saya berfokus pada "kepercayaan diri" sebagai prediktor penyesuaian sosial. Variabel independen yang diteliti berbeda.

