



Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Remaja

Pina Pandu Winata

Universitas Negeri Padang

✉ : pina@pina.com

Yusri

Universitas Negeri Padang

✉ : yusri@konselor.org

Syahniar

Universitas Negeri Padang

✉ : syahniar@konselor.org

ABSTRAK

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri terhadap situasi yang sedang dihadapi. Individu yang memiliki rasa percaya diri akan yakin pada kemampuan atau kompetensi diri, berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri, memiliki internal locus of, mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri. Kenyataannya masih ada siswa yang kurang memiliki rasa kepercayaan diri seperti beberapa siswa tidak mampu mengemukakan pendapat di depan kelas, merasa canggung saat bicara di depan kelas dan tidak berani menjadi diri sendiri. Hal ini dipengaruhi oleh salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu dukungan sosial teman sebaya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan: 1) dukungan sosial teman sebaya 2) kepercayaan diri remaja 3) hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Populasi dalam penelitian adalah seluruh siswa SMP Negeri 18 Padang tahun ajaran 2015/2016 dengan sampel 86 orang. yang digunakan adalah angket dengan menggunakan skala Likert. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan analisis persentase dan untuk melihat hubungan di antara kedua variabel digunakan teknik Pearson Product Moment. Temuan penelitian menunjukkan bahwa: 1) dukungan sosial teman sebaya berada pada kategoritinggi, 2) kepercayaan diri remaja berada pada kategoritinggi, 3) dan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja.

Keywords: *dukungan sosial teman sebaya, kepercayaan diri remaja*

PENDAHULUAN

Masa remaja mempunyai arti yang khusus karena di dalam proses perkembangannya menempati fase yang tidak jelas. Menurut Elida Prayitno (2002: 6) masa remaja adalah masa dimana individu meninggalkan masa kanak-kanaknya dan memasuki masa dewasa. Sedangkan menurut Elizabeth B. Hurlock (1996: 206) menyebutkan bahwa awal masa remaja berlangsung kira-kira usia tiga belas sampai enam belas atau tujuh belas tahun.

Menurut Syamsu Yusuf (2008: 108) masa remaja merupakan masa stress dalam perjalanan hidup seseorang. Bagi remaja yang dikucilkan dari teman sebayanya mereka berarti stress, fustasi, dan kesedihan. Pada masa remaja, pergaulan dengan teman-teman jauh lebih banyak dari pada dengan keluarga. Papalia, dkk (2009: 95) menjelaskan bahwa remaja mempercayai bahwa teman sebaya adalah tempat untuk membentuk hubungan dekat yang berfungsi sebagai “latihan” baru bagi hubungan yang akan mereka bina di masa dewasa. Selanjutnya Santrock (2003: 20) masa remaja merupakan proses peralihan perkembangan individu yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan biologis, kognitif dan sosio-emosional. Perubahan-perubahan dan masa peralihan yang dialami oleh remaja akan berpengaruh pada rasa percaya diri remaja.

Menurut Enung Fatimah (2006: 149) kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap diri sendiri, lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Selanjutnya menurut Willis (dalam Ghufro dan Rini, 2010: 34) kepercayaan diri adalah keyakinan individu untuk mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Menurut Santrock (2003: 336) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja yaitu dukungan sosial teman sebaya.

Menurut Bart Smet (1994: 134) dukungan sosial sebagai satu diantara fungsi pertalian atau ikatan sosial. Selanjutnya menurut Rietschlin (dalam Syamsu Yusuf, 2008: 129) dukungan sosial adalah pemberian informasi dari orang lain yang mempunyai kepedulian atau kedekatan hubungan dengan individu, seperti orangtua, teman sebaya, dan orang-orang yang aktif dalam lembaga keagamaan.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh penulis selama melaksanakan Pratek Lapangan Bimbingan dan Konseling di Sekolah (PLBK-S) pada tanggal 23 Februari – 06 Juni 2015 di SMP N 18 Padang, terdapat beberapa siswa yang tidak mampu mengemukakan pendapatnya di dalam kelas, merasa canggung saat bicara di depan kelas, beberapa orang siswa tidak mendapatkan pujian dari temannya. Selanjutnya berdasarkan wawancara dengan wali kelas VIII. 2 pada tanggal 21 Mei 2015 di ruang guru terungkap bahwa adanya siswa yang tidak yakin dengan kemampuan yang mereka miliki, adanya siswa yang tidak berani dalam mengemukakan ide-idenya dan beberapa siswa tidak mempunyai rasa kepedulian antar sesama teman.

Lebih lanjut berdasarkan wawancara penulis pada tanggal 24 April 2015 di ruang Bimbingan dan Konseling (BK) dengan lima orang siswa, dapat diketahui dua orang siswa diantaranya tidak berani menyampaikan pendapat karena takut salah dan di tertawakan oleh teman-temannya, dari tiga siswa lainnya karena mereka merasa tidak sepadan atau merasa lebih rendah diri dibanding teman-temannya, merasa kurang dihargai oleh teman-temannya dan juga sering ditertawakan saat berbicara atau mengemukakan pendapatnya. Dari hal tersebut terungkap bahwa beberapa siswa kurang mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya. Siswa yang mendapatkan dukungan sosial yang rendah dari teman sebayanya merasa bahwa dirinya terasing, kurang mendapatkan perhatian dan kasih sayang dari teman-teman sebaya sehingga kurang memiliki kepercayaan diri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Dengan sampel 86 orang siswa, penarikan sampel menggunakan rumus Taro Yamane (dalam Riduwan, 2010: 65). Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel pada

penelitian ini adalah *stratified random sampling*. Teknik analisis yang digunakan untuk melihat gambaran dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri remaja yaitu teknik statistik deskriptif yaitu rumus persentase. Setelah diolah menggunakan rumus persentase, langkah selanjutnya menetapkan kategori penskoran. Kategori penskoran ditetapkan dengan cara menentukan interval. Untuk melihat hubungan di antara kedua variabel digunakan *Pearson Product Moment Correlation* dengan bantuan program komputer dengan menggunakan program *SPSS for Windows Release 20.0*.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian, secara keseluruhan dukungan sosial teman sebaya dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel. 1 Dukungan Sosial Teman Sebaya Secara Keseluruhan (n=86)

No.	Sub Variabel	Skor		Kat
		Mean	%	
1.	<i>Intrumental support</i>	3,55	70,99	T
2.	<i>Emotional Support</i>	3,49	69,7	T
	Keseluruhan	3,51	70,1	T

Berdasarkan Tabel 1 dukungan sosial teman sebaya dapat di lihat secara keseluruhan skor rata-rata dukungan sosial teman sebaya sebesar 3,51 dan berada pada kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan secara keseluruhan dukungan sosial teman sebaya berada pada kategori tinggi dengan persentase 70,1%.

Tabel. 2 Kepercayaan Diri Remaja Secara Keseluruhan (n=86)

No.	Sub Variabel	Skor		Kat.
		Mean	%	
1.	Percaya akan kemampuan atau kompetensi diri	3,63	72,5	T
2.	Tidak Menunjukkan Sikap Konformitas	3,55	71,0	T
3	Berani Menjadi Diri Sendiri	3,50	70,2	T
4	Miliki internal <i>locus of control</i>	3,51	70,2	T
5	Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri	3,74	74,9	T
	Keseluruhan	3,58	71,6	T

Berdasarkan Tabel 2 tentang kepercayaan diri remaja dapat di lihat secara keseluruhan skor rata-rata kepercayaan diri remaja sebesar 3,58 dengan persentase 71,6. Maka dapat disimpulkan secara keseluruhan kepercayaan diri remaja berada pada kategori tinggi dengan persentase 71,6%.

Tabel. 3 Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Kepercayaan Diri Remaja (n=86)

ASPEK	N	r_{tabel}	r_{hitung}	Ket
-------	---	-------------	--------------	-----

				Sig	
Dukungan Sosial Teman Sebaya Kepercayaan Diri Remaja	86	0,270	0,491	0,00	Berhubungan signifikan antara X dan Y

Berdasarkan tabel di atas terlihat bahwa besarnya nilai koefisien korelasi antara variabel Dukungan Sosial Teman Sebaya (X) dengan Kepercayaan Diri Remaja (Y), adalah 0,491. Maka didapatkan (r_{hitung})= 0,491 pada taraf signifikansi 0,00 dan (r_{tabel}) = 0,270. Jika $r_{hitung} > r_{tabel}$ maka dapat ditafsirkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja.

PEMBAHASAN

Pembahasan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja di SMP N 18 Padang.

1. Dukungan Sosial Teman Sebaya

Hasil penelitian mengungkapkan dukungan sosial teman sebaya di SMP N 18 Padang berada pada kategori tinggi dengan persentase 70,1%. Hal ini berarti sebagian besar siswa mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya sehingga siswa tersebut merasa nyaman secara fisik dan psikis. Jika siswa mendapatkan dukungan sosial dari teman sebayanya, maka individu tersebut akan lebih mudah menghadapi konflik-konflik yang sedang dihadapinya.

Sebaliknya siswa yang kurang mendapatkan dukungan dari teman-temannya, hal ini terjadi karena sebagian besar siswa belum mendapatkan dukungan sosial dari teman-temannya sehingga individu tersebut akan merasa terasingkan. Sesuai dengan hal tersebut menurut Saronson (dalam Irma, 2013: 62) menerangkan bahwa dukungan sosial dapat dianggap sebagai sesuatu keadaan yang bermanfaat bagi individu yang diperoleh dari orang-orang yang dapat dipercaya. Dari keadaan tersebut individu akan mengetahui bahwa orang lain memperhatikan, menghargai, dan mencintainya.

1. Kepercayaan Diri Remaja

Hasil temuan penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri remaja berada pada kategori tinggi dengan persentase 71,6%. Dengan demikian hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa kecenderungan kepercayaan diri remaja berada pada kategori tinggi. Artinya, sebagian besar siswa sudah memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki keyakinan akan kemampuan atau kompetensi diri sendiri, tidak bergantung kepada orang lain dan berani menjadi diri sendiri.

Sedangkan beberapa siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri akan cenderung bersikap pesimis, bergantung kepada orang lain dan mudah putus asa. Menurut Daradjat (dalam Aulia, 2014: 64) menyatakan seseorang yang kurang memiliki kepercayaan diri akan cenderung pesimis dalam menghadapi kesukaran, karena setiap kali ada permasalahan yang harus dihadapi sudah membayangkan kegagalannya terlebih dahulu.

2. Hubungan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Kepercayaan Diri Remaja

Selanjutnya penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja. Berdasarkan hasil tersebut diperoleh besarnya koefisien korelasi, yaitu 0.491 dengan signifikansi 0.000.

Berdasarkan hasil tersebut dapat ditafsirkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja berada pada kategori cukup kuat. Hal ini menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial teman sebayamaka kepercayaan diri remaja semakin positif, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka kepercayaan diri remaja semakin negatif. Seseorang

yang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya secara positif maka akan lebih percaya diri dalam melakukan sesuatu, karena penerimaan sosial atau penilaian teman sebaya yang positif akan mempengaruhi persepsi seseorang terhadap suatu obyek secara positif.

Seperti yang diungkapkan Santrock (2003: 336) menyatakan salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri remaja yaitu dukungan sosial teman sebaya. Selanjutnya menurut Phil Batchelor (1994: 16) tekanan dari teman-teman sebaya dan pesan-pesan yang negatif dari teman sebaya mempengaruhi kepercayaan diri remaja. Keberadaan teman sebaya dalam kehidupan remaja merupakan keharusan, dukungan perhatian, kasih sayang, nasehat dan kepedulian membuat remaja merasa diterima oleh lingkungan sosialnya seperti kelompok teman sebaya, hal ini akan menumbuhkan perasaan berharga pada diri remaja sehingga akan muncul sikap percaya diri yang dicerminkan sikap tidak mudah menyerah, bertanggung jawab, berani menjadi diri sendiri dan mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan dukungan sosial teman sebaya memiliki hubungan dengan kepercayaan diri remaja. Dalam menyikapi keadaan ini, guru bimbingan dan konseling di sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan dukungan sosial teman sebaya agar dapat meningkatkan kepercayaan diri pada remaja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut.

1. Dukungan sosial teman sebaya di SMP N 18 Padang berada pada kategori tinggi.
2. Kepercayaan diri remaja di SMP N 18 Padang berada pada kategori tinggi.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kepercayaan diri remaja di SMP N 18 Padang.

Saran

Berdasarkan hasil temuan penelitian maka peneliti mengemukakan beberapa saran, sebagai berikut.

1. Guru BK/Konselor
Berdasarkan hasil analisis data, Guru BK/Konselor diharapkan mampu membantu siswa mempertahankan dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri remaja dengan menyusun program pelayanan yang berkaitan dengan dukungan sosial dan kepercayaan diri dengan memberikan layanan informasi seperti pentingnya memberikan dukungan sosial kepada teman sebaya dan untuk kepercayaan diri seperti cara meningkatkan kepercayaan diri.
2. Siswa
Kepada siswa disarankan hendaknya selalu meningkatkan dukungan sosial dan kepercayaan diri remaja, selalu memahami perasaan temannya agar dapat memberikan dukungan sosial dengan temannya secara positif serta dapat merasakan manfaat dari semuanya untuk kehidupan pribadi dan sosial.
3. Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan rujukan untuk meneliti permasalahan tentang dukungan sosial teman sebaya dan kepercayaan diri remaja dan mengembangkan penelitian ini dengan ruang lingkup yang lebih luas dengan variabel yang berbeda.

RUJUKAN

- Elida Prayitno. 2002. *Psikologi Perkembangan Remaja*. Padang: Angkasa Raya.
- Hurlock, Elizabeth B. 1992. *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima)*. Jakarta: Erlangga
- Syamsu Yusuf. 2008. *Mental Hygiene*. Bandung: Maestro.
- Papalia, Diane E. dkk. 2009. *Human development (Alih Bahasa: Brian Marwensdy)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Santrock, Jhon W. 2003. *Adolecence (Perkembangan Remaja)*. Jakarta: Erlangga.
- Enung Fatimah. 2006. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Grafindo Persada.
- M. Nur Ghufroon & Rini Risnawita S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Yogyakarta: Ar Razz Media.
- Bart Smet. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Riduwan. 2010. *Belajar Mudah Penelitian Untuk Guru, Karyawan dan Peneliti Pemula*. Bandung: Alfabeta.
- Irma Rahmadita. 2013. Hubungan antara Konflik Peran Ganda dan Dukungan Sosial Pasangan dengan Motivasi Kerja Pada Karyawati Di Rumah Sakit Abdul Rivai-Berau. (*Jurnal*). Vol 1, No 1.
- Aulia Hapasar. 2014. Kepercayaan Diri Mahasiswi Papua Ditinjau dari Dukungan Teman Sebaya. (*Jurnal*). Vol 13, No 1.
- Phil Batchelor. 1994. *Cinta Adalah Perbuatan*. Yogyakarta: Kanisius (Anggota IKAPI).