

PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X MAN 1 SEMARANG

Adita Dwi Romandina

Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas PGRI Semarang

ABSTRACT

This research is motivated by a lack of self-confidence in class X MAN 1 Semarang where this is caused by unsupportive class conditions such as being afraid of opinions and not believing in one's own abilities and the process of adjusting to a bad environment in the form of being easily embarrassed, pessimistic, and lazy to get along with other people plus the lack of social support from the closest people make students low self-esteem. The goal to be achieved in this study was to determine the effect of peer social support on the level of student self-confidence. This type of research is quantitative research with correlational method. The research population was all students of class X MAN 1 Semarang. Samples were taken as many as 220 students using the Saturated Sampling technique. The data in this study were obtained through interviews, observations, psychological scales, and documentation. The results of the Mann Whitney test analysis obtained the Asym value. Sig. (2-tailed) that is equal to $0.000 < 0.05$ then there is an influence between peer social support on self-confidence. Meanwhile, the R Square value is 0.175, which means that peer social support affects self-confidence by 17.5%.

Keywords: *Self-confidence and Peer Social Support*

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya rasa percaya diri pada siswa kelas X MAN 1 Semarang dimana hal tersebut disebabkan oleh kondisi kelas yang kurang mendukung seperti takut berpendapat dan tidak percaya akan kemampuan diri sendiri serta proses penyesuaian diri dalam lingkungan yang kurang baik berupa mudah malu, pesimis, dan malas untuk bergaul dengan orang lain ditambah lagi kurangnya dukungan sosial dari orang-orang terdekat membuat siswa menjadi rendah diri. Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap tingkat kepercayaan diri siswa. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode Korelasional. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X MAN 1 Semarang. Sampel yang diambil sebanyak 220 siswa dengan menggunakan teknik Sampling Jenuh. Data dalam penelitian ini diperoleh melalui wawancara, observasi, skala psikologis, dan dokumentasi. Hasil analisis uji Mann Whitney yang diperoleh nilai Asym. Sig. (2-tailed) yakni sebesar $0,000 < 0,05$ maka ada pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri. Sedangkan untuk nilai R Square didapat sebesar 0.175 yang artinya dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 17,5%.

Kata kunci: *Kepercayaan Diri dan Dukungan Sosial Teman Sebaya*

PENDAHULUAN

Remaja yang memenuhi tugas-tugas perkembangannya akan mampu menjalani kehidupan bersosial di masyarakat. Salah satu kehidupan sosial yang mampu memberikan pengaruh besar bagi remaja adalah lingkungan sekolah. Remaja yang masih duduk dibangku SMA/SMK pada umumnya menghabiskan waktu belajarnya sekitar 7 sampai 8 jam setiap harinya. Ini berarti hampir sepertiga dari waktunya dilewatkan di sekolah sehingga pengaruh sekolah cukup besar terhadap perkembangan remaja.

Pendidikan di sekolah mampu memberikan kontribusi bagi remaja guna mengembangkan seluruh kemampuan dan potensinya. Perkembangan potensi ini tentunya juga harus diupayakan oleh remaja sehingga dapat mengoptimalkan kualitas akan dirinya (Ubaedy dalam Fatimah, 2015: 24). Komponen yang dibutuhkan oleh remaja untuk mengembangkan potensi salah satunya adalah kepercayaan diri. Lauster (dalam Miranda, Ibrahim, & Bangun, 2019: 138) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan adalah suatu sikap yakin atas kemampuan dan potensi diri sehingga dalam berperilaku tidak muncul rasa cemas, memiliki kebebasan dalam bertindak, bertanggung jawab atas perbuatan yang dilakukan, bersikap sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki niat dan dorongan untuk berprestasi, serta lebih mampu mengenal akan kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Kepercayaan diri menurut Wahyuni (2013: 222) bukanlah suatu sifat bawaan dari orang tua, melainkan kepercayaan diri terbentuk dari proses belajar dan proses sosialisasi dengan lingkungan sekolah termasuk bersosialisasi dengan teman sebaya. Remaja yang tumbuh dan berkembang di dalam lingkungan yang baik dan mendukung maka akan mampu meningkatkan rasa percaya diri.

Simanjuntak & Indrawati (2010: 6) mengungkapkan bahwa hal-hal baru akan mulai diekslore oleh remaja seperti menjalin hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya baik laki-laki maupun perempuan. Keberadaan dari teman sebaya merupakan suatu keharusan yang ada di dalam kehidupan remaja yang akan selalu memberikan dukungan, perhatian dan kasih sayang, nasehat, serta kepedulian yang membuat remaja akan merasa diterima oleh lingkungan sosialnya (Sarafino dalam Hidayah & Sondang, 2019: 47). Perasaan yang tumbuh pada penerimaan ini akan mencerminkan sikap tidak mudah menyerah, kreatif, inisiatif, realistis, optimis terhadap masa depan, berani menjadi diri sendiri, bertanggung jawab sesuai dengan perbuatan, memiliki cara pandang yang positif terhadap diri sendiri dan orang lain, serta mampu menyadari kelebihan dan kekurangan diri sendiri (Fauzi, 2018: 18).

Masalah yang sering muncul, remaja dihadapkan dengan proses penyesuaian diri dimana persoalan yang terjadi yaitu adanya penerimaan dan penolakan dari lingkungan sekitar. Setiap remaja cenderung mengharapkan dirinya dapat terus berkembang dan menjadi lebih baik lagi namun pada kenyataannya beberapa remaja masih memiliki rasa percaya diri yang rendah. Karakteristik remaja yang memiliki rasa percaya diri rendah diantaranya menyimpan rasa takut terhadap penolakan dari orang lain, takut akan kegagalan, sulit menerima kekurangan diri sendiri, dan menganggap bahwa dirinya tidak mampu (Hakim dalam Wiyono, 2018: 83). Hal tersebut tentunya akan menimbulkan rasa pesimisme yang dengan mudah menguasai diri remaja sehingga akan mengakibatkan dirinya menjadi rendah diri (Rohayati, 2011: 369).

Penelitian yang dilakukan oleh Winata, Yusri, & Syahniar pada tahun 2015 di SMP Negeri 18 Padang, terdapat beberapa siswa tidak berani mengemukakan pendapat dan merasa malu ketika berbicara di depan kelas karena tidak yakin dengan dirinya sendiri. Selain itu, beberapa siswa tidak mendapatkan pujian atau sanjungan dari teman-teman sebayanya sehingga membuat siswa tersebut merasa canggung. Selanjutnya wawancara dilakukan dengan lima siswa yang dua diantaranya tidak berani berpendapat karena takut melakukan kesalahan dan ditertawakan oleh teman-temannya. Tiga siswa lainnya merasa lebih rendah diri dan tidak sepadan dengan teman-temannya, serta merasa kurang dihargai

dan sering ditertawakan oleh teman-temannya saat berbicara atau mengemukakan pendapat.

Remaja yang memiliki rasa percaya diri rendah membutuhkan suatu dukungan sosial dari lingkungan terdekat agar dapat mengontrol dirinya sehingga mampu menjadi pribadi yang kuat. Selain dukungan sosial yang diperoleh dari orang-orang terdekat seperti keluarga, salah satu faktor yang mampu mempengaruhi kepercayaan diri remaja juga berasal dari dukungan sosial teman sebaya karena teman sebaya merupakan sumber bantuan dan dukungan yang paling dicari oleh remaja setelah orang tua (Turner dalam Simanjuntak & Indrawati, 2010: 6). Teman sebaya adalah seseorang yang mutlak ada di kehidupan remaja yang memiliki kesamaan dalam hal usia, hobi, minat, pemikiran yang sama, serta sebagai sosok yang mampu memahami perasaan apa yang sedang dialami oleh remaja, memiliki perasaan yang senasib, saling *sharing* terhadap suatu hal, dan juga memberi dukungan atau masukan mengenai permasalahan yang berkaitan dengan bidang akademik maupun non akademik.

Dukungan sosial teman sebaya merupakan suatu bentuk bantuan secara langsung dan tidak langsung serta pola komunikasi timbal balik yang diberikan oleh teman sebaya yang mampu menimbulkan kenyamanan baik fisik maupun psikologis (Baron & Byrne dalam Hidayah & Sondang, 2019: 47). Remaja yang mendapat dukungan sosial dari teman sebaya akan merasa dirinya dihargai, diakui keberadaannya, diperdulikan, dan merasa dirinya diterima di lingkungan sehingga akan lebih percaya diri. Kepercayaan diri yang muncul pada diri remaja dapat menghilangkan perasaan takut akan kegagalan dalam menghadapi segala hambatan yang muncul di kehidupan sehingga dapat memberikan efek yang positif terhadap keinginan individu dalam memulai sesuatu agar tercapai sesuai dengan apa yang diharapkannya (Mailani, 2018: 55).

Permasalahan yang muncul di MAN 1 Semarang, kondisi siswa kelas X memiliki tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda. Masalah yang muncul sering kali terjadi pada saat pembelajaran di kelas maupun sosialisasi dengan lingkungan sekolah. Fenomena yang terjadi, siswa dihadapkan dengan kondisi kelas yang kurang mendukung seperti ketika guru menyuruh siswa tampil di depan kelas untuk berbicara atau mengemukakan pendapat, siswa menjadi malu dan gugup karena ketidakyakinan pada diri sendiri yang akan mengakibatkan dirinya menjadi tidak percaya diri sehingga melakukan suatu kesalahan. Kesalahan yang muncul justru menjadi bahan lelucon oleh teman-temannya yang akan berdampak pada sosialnya seperti menarik diri dari lingkungan. Hal ini juga diperparah dengan tidak adanya apresiasi dari teman-temannya seperti pujian atau tepuk tangan. Sementara itu pada fenomena lain, siswa dihadapkan dengan proses sosialisasi dalam pergaulan contohnya kondisi fisik siswa yang kurang sempurna membuat siswa tersebut sering diejek sehingga muncul rasa malu dan pesimis. Disisi lain, adanya penolakan dari *peer group* atau kelompok teman sebaya akan menjadi sumber masalah jika interaksi yang dilakukan antar individu tidak dilakukan dengan benar. Siswa yang ditolak dalam pergaulan akan merasa dirinya terasingkan dan lebih memilih untuk menyendiri. Hal ini tentunya menjadikan siswa enggan untuk bergaul dengan teman sejenis maupun lawan jenis.

Permasalahan ini juga didukung dengan pernyataan dari Guru BK MAN 1 Semarang yang mengungkapkan bahwa kepercayaan diri siswa yang rendah dapat dilihat dari kebiasaan siswa saat mengikuti pelajaran dikelas yaitu siswa takut untuk mengemukakan

pendapat, merasa gugup dan cemas ketika berbicara didepan kelas karena kurangnya persiapan dan juga takut akan melakukan kesalahan, takut untuk mengajukan pertanyaan ketika guru menjelaskan materi pelajaran, dan tidak percaya akan kemampuan diri sendiri. Selain itu, kebiasaan siswa dapat dilihat pada saat bersosialisasi di lingkungan sekolah yaitu siswa mudah malu, selalu menyendiri, dan malas bergaul dengan teman sejenis maupun lawan jenis.

Pengertian Kepercayaan Diri

Percaya diri merupakan hasil percampuran antara perasaan dan pikiran yang melahirkan sebuah rasa nyaman terhadap diri sendiri sehingga individu tersebut selalu merasa baik. Menurut Widjaja (2016: 51) kepercayaan diri adalah suatu keyakinan akan kelebihan dan kemampuan yang dimiliki oleh diri sendiri sehingga mampu berperilaku sesuai dengan apa yang diharapkan. Sedangkan menurut Ghufroon & Risnawati (dalam Hidayah & Sondang, 2019: 48) tanpa adanya kepercayaan diri maka akan menimbulkan berbagai masalah pada diri individu.

Menurut Fatimah (dalam Rahmawati, Abdurrahman, & Dian, 2020: 49) karakteristik individu yang memiliki kepercayaan diri yang positif yaitu a) memiliki kompetensi atau kemampuan sehingga tidak membutuhkan sanjungan atau pujian, pengakuan, penerimaan, dan tidak mengharapkan rasa hormat dari orang lain, b) tidak terdorong menunjukkan sikap konformis dengan tujuan agar bisa diterima oleh orang lain atau kelompok tertentu, c) memiliki keberanian untuk menerima penolakan dan menghadapi penilaian orang lain yang berarti mampu menjadi diri sendiri, d) memiliki pengendalian diri yang baik serta memiliki emosi yang stabil, e) memiliki sikap *internal locus of control* yaitu selalu memandang kegagalan atau keberhasilan dengan bergantung terhadap usaha yang telah dilakukan, selalu memiliki rasa semangat dan tidak ketergantungan terhadap orang lain, f) memandang diri sendiri, orang lain dan segala situasi dari sisi positif, g) mempunyai harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Adapun faktor yang mampu mempengaruhi kepercayaan diri menurut Mildawani (2014: 116) yaitu:

Faktor internal

Konsep Diri

Konsep diri adalah suatu gagasan tentang diri sendiri. Terbentuknya kepercayaan diri diawali dengan pengembangan konsep diri yang diperoleh dari interaksi dengan orang lain di dalam pergaulan suatu kelompok sehingga membentuk konsep diri pada individu. Jika seseorang memiliki konsep diri yang positif maka akan ia menghargai dirinya sendiri. Namun sebaliknya jika memiliki konsep diri yang negative maka akan selalu memiliki rasa rendah diri.

Harga diri

Harga diri adalah suatu penilaian terhadap berbagai hal pada dirinya. Individu yang memiliki harga diri yang tinggi akan menilai sesuatu secara rasional sesuai dengan fakta yang terjadi, cenderung melihat dirinya sebagai individu yang mudah menerima orang lain sebagaimana ia menerima dirinya sendiri, dan mudah menjalin hubungan dengan orang lain.

Kondisi Fisik

Penampilan fisik merupakan penyebab rendahnya rasa percaya diri individu. Ketika seseorang tidak percaya diri dengan kondisi fisiknya maka akan menarik diri dari lingkungan.

Pengalaman Hidup

Terbentuknya rasa percaya diri bersumber dari berbagai pengalaman yang muncul termasuk pengalaman pribadi yang dialami oleh individu didalam kehidupannya. Pengalaman hidup individu tidak selamanya positif namun diimbangi dengan pengalaman yang negative. Pengalaman hidup yang buruk dimasa lalu akan menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri. Namun jika individu dapat mengambil hikmah dan pelajaran dari kegagalan dimasa lalunya maka individu tersebut akan mampu mengubah hidupnya menjadi lebih baik.

Faktor Eksternal

Pendidikan

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan individu selalu bergantung pada orang lain sehingga individu tersebut akan selalu berada dibawah kekuasaan orang lain. Sebaliknya jika seseorang yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi pribadi yang mandiri dan mampu memenuhi berbagai tantangan hidupnya dengan penuh rasa percaya diri.

Pekerjaan

Pekerjaan akan dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian individu. Individu yang bekerja dengan penuh rasa percaya diri dan sesuai dengan bakat yang dimilikinya maka akan menghasilkan pekerjaan yang memuaskan. Kepuasan dan rasa bangga yang diperoleh akan mampu mengembangkan kemampuan diri.

Lingkungan

Peran lingkungan tentu sangat mempengaruhi kehidupan individu. Terbentuknya kepercayaan diri ini berawal dari lingkungan terdekat seperti lingkungan keluarga dan teman sebaya. Dalam tahap perkembangan, selain lingkungan keluarga terdapat juga lingkungan dari kelompok teman sebaya yang mampu mempengaruhi psikologis seseorang seperti perhatian dan rasa cinta, rasa nyaman yang diberikan oleh teman sebaya, dan adanya interaksi satu sama lain. Hal ini akan membuat individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Semakin individu mampu memenuhi nilai dan norma maka diterima dengan baik oleh lingkungan sekitar.

Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Menurut Cohen dan Wills (dalam Maslihah, 2011: 106) dukungan sosial teman sebaya merupakan suatu keadaan atau bentuk pertolongan yang diperoleh dari orang-orang terdekat dan terpercaya seperti teman sebaya yang mampu memberikan manfaat bagi individu baik secara fisik maupun psikologis. Sedangkan menurut Gottlieb (dalam Mailani, 2018: 55) mendefinisikan dukungan sosial teman sebaya sebagai bentuk dukungan nyata yang terdiri dari berbagai informasi atau nasehat verbal dan non verbal yang diberikan melalui hubungan keakraban sehingga memiliki manfaat emosional yang dapat berpengaruh terhadap perilaku individu.

Komponen dukungan sosial teman sebaya menurut Weiss (dalam Wahyuni, 2016: 7) merupakan "*The Social Provision Scale*" dimana komponen ini mampu berdiri sendiri namun disisi lain juga berhubungan satu sama lain. Adapun komponen tersebut adalah:

Instrumental Support

- a. *Reliable Alliance* (ketergantungan yang dapat diandalkan)
- b. *Guidance* (bimbingan)

Emotional Support

- a. *Reassurance of Worth* (pengakuan positif)
- b. *Emotional Attachment* (kedekatan emosional)
- c. *Social Integration* (integrasi sosial)
- d. *Opportunity to Provide Nurturance* (kesempatan untuk mengasuh)

Bentuk dukungan sosial teman sebaya terdiri menurut Sarafino (dalam Hidayah & Sondang, 2019: 47) yaitu

- a. Dukungan emosional (*emotional support*) yaitu suatu bentuk dukungan terhadap individu yang dapat memberikan rasa empati, kepedulian terhadap sesama, perhatian dan kasih sayang sehingga akan menumbuhkan rasa nyaman dan rasa dicintai.
- b. Dukungan penghargaan (*esteem support*), yaitu suatu dukungan yang diberikan dalam bentuk penghargaan atau penilaian yang positif terhadap individu, dorongan untuk selalu maju dan semangat, persetujuan terhadap ide atau pendapat, serta melakukan suatu perbandingan secara positif kepada orang lain.
- c. Dukungan instrumental (*instrumental support*) yaitu suatu dukungan atau bantuan langsung terhadap orang lain seperti menolong teman yang sedang kesusahan mengerjakan tugas sekolah.
- d. Dukungan informasi (*informational support*) yaitu suatu dukungan dalam bentuk memberikan nasehat, informasi, arahan, saran, dan umpan balik mengenai suatu hal yang sebaiknya dilakukan oleh orang lain yang membutuhkan.
- e. Dukungan jaringan sosial (*network support*) yaitu suatu dukungan yang diberikan dengan cara membuat seseorang menjadi bagian dari kelompok yang mempunyai persamaan dalam hal minat dan aktifitas sosial. Dukungan jaringan sosial disebut juga sebagai dukungan persahabatan (*companionship support*) yaitu ketersediaan individu untuk berinteraksi dengan orang lain dan menghabiskan waktu bersama dengan individu lain dalam aktivitas sosial.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode korelasional dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian korelasional menurut Arikunto (2010: 4) merupakan suatu penelitian yang dilakukan guna mengetahui tingkat suatu hubungan antara dua variable atau lebih dimana peneliti ini tidak melakukan perubahan, manipulasi atau tambahan terhadap data yang ada. Populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas X MAN 1 Semarang. Sampel yang diambil sebanyak 220 siswa dengan menggunakan teknik *Sampling Jenuh*.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah skala psikologis yang terdiri dari 29 butir item variabel dukungan sosial teman sebaya dan 19 butir item variabel kepercayaan diri. Teknik analisis data dalam penelitian ini adalah Uji Mann Whitney dan Uji Regresi Linear Sederhana.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Sebelum menentukan jenis uji yang digunakan, terlebih dahulu dilakukan uji prasyaratan berupa uji normalitas, uji homogenitas, dan uji linearitas.

Uji normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan Uji *Kolmogrov Smirnov* dimana hipotesis dalam uji ini yaitu:

Ho : Sampel data berasal dari distribusi normal

Ha : Sampel data tidak berasal dari distribusi normal

Kriteria dalam pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikan $< \alpha (0,05)$ maka H_0 ditolak, namun jika $> \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima.

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

		Unstandardized Residual
N		220
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,000000
	Std. Deviation	4,36356982
Most Extreme Differences	Absolute	,086
	Positive	,066
	Negative	-,086
Kolmogorov-Smirnov Z		1,272
Asymp. Sig. (2-tailed)		,079

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan table 1 dapat disimpulkan bahwa hasil uji normalitas untuk masing-masing variable *unstandardized residual* nilai signifikan sebesar 0,079. Hal ini berarti nilai signifikan $(0,079) > \alpha (0,05)$ maka H_0 diterima dan dapat disimpulkan bahwa data-data dari variable merupakan sampel data yang berasal dari distribusi normal.

Uji Homogenitas

Uji homogenitas merupakan suatu metode yang digunakan untuk mengetahui apakah data yang berasal dari beberapa varian populasi adalah sama atau berbeda. Kriteria pengambilan keputusan dari uji homogenitas adalah jika nilai signifikan $< 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa varian dari dua atau lebih adalah berbeda atau tidak homogen.

Tabel 2. Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
35,125	1	438	,000

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai signifikan diperoleh sebesar 0,000. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa data-data skor dari kedua variable memiliki varian

yang tidak sama sehingga dapat dinyatakan bahwa data-data tersebut memiliki varian yang berbeda atau tidak homogen.

Uji Linearitas

Uji linearitas memiliki tujuan guna mengetahui apakah dua variable secara signifikan memiliki hubungan yang linier. Dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila nilai signifikansi pada *Linearity* < 0,05.

Tabel 3. Hasil Uji Linearitas

		F	Sig.	
kepercayaan diri * dukungan sosial teman sebaya	Between Groups	(Combined)	2.612	.000
		Linearity	49.578	.000
		Deviation from Linearity	1.408	.071
Within Groups				
Total				

Berdasarkan tabel 3 diperoleh bahwa nilai signifikansi *Linearity* sebesar 0,000. Oleh karena itu, nilai signifikansi (0,000) < (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa hubungan kedua variable adalah linear.

Uji Hipotesis Mann Whitney

Selanjutnya uji hipotesis yang digunakan adalah uji Mann Whitney. Menurut Sopyan, dkk (2019: 49) uji Mann Whitney digunakan apabila data tersebut tidak memenuhi satu atau lebih uji prasyarat (tidak berdistribusi normal ataupun tidak homogen). Kriteria pengambilan keputusan untuk uji hipotesis sebagai berikut:

- Jika nilai Asymp. Sig > 0,05 maka Ho ditolak atau tidak ada pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri.
- Jika nilai Asymp. Sig < 0,05 maka Ho diterima atau ada pengaruh antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri.

Tabel 4. Hasil Uji Mann Whitney

	Hasil XY
Mann-Whitney U	309.000
Wilcoxon W	24619.000
Z	-17.925
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

Grouping Variable: kode

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa berdasarkan uji *Mann Whitney* diperoleh nilai Asym. Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh variable dukungan sosial teman sebaya terhadap variable kepercayaan diri.

Uji Regresi Linear Sederhana

Menurut Suyono (2018: 5) uji regresi linear sederhana merupakan suatu uji yang menyatakan adanya hubungan linear antara dua variabel dimana salah satu variabel mempengaruhi variabel lainnya.

Tabel 5. Hasil Uji Regresi Sederhana

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.418a	.175	.171	4.374

a. Predictors: (Constant), dukungan sosial teman sebaya

Berdasarkan tabel 5 dapat disimpulkan bahwa nilai R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,175 yang artinya pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri sebesar 17,5%, sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dengan adanya dukungan sosial teman sebaya dapat memberikan dampak yang baik berupa keakraban, kenyamanan, keperdulian, penghargaan, dan bantuan nyata yang mampu menumbuhkan sikap positif pada diri individu (Sarafino dalam Maslihah, 2011: 106). Terdapat lima bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya yaitu pertama dukungan emosional yang mengacu pada pemberian rasa empati, keperdulian, perhatian serta kasih sayang terhadap sesama mengenai suatu kegiatan belajar dan sosialisasi di sekolah sehingga siswa akan merasa dicintai dan diperhatikan. Hal tersebut muncul karena siswa merasa memiliki banyak kesamaan dengan teman sebaya yang mampu memahami satu sama lain. Kedua, dukungan penghargaan berupa penilaian positif, penghargaan, dorongan untuk maju, dan persetujuan terhadap ide sehingga jika siswa mengalami kegagalan maka dukungan penghargaan akan mampu meningkatkan keyakinan yang ada pada diri siswa sehingga akan lebih percaya diri terutama dalam prestasi belajar. Ketiga, dukungan instrumental berupa bantuan atau pertolongan secara langsung dalam pemecahan setiap persoalan atau masalah sehubungan dengan tugas-tugas sekolah. Keempat, dukungan informasi berupa nasehat, informasi, arahan, saran, dan umpan balik mengenai suatu hal yang dibutuhkan oleh siswa seperti saling bertukarnya informasi tentang dunia luar. Kelima, dukungan jaringan sosial atau dukungan persahabatan dimana dukungan ini mengacu pada ketersediaan teman sebaya untuk selalu berinteraksi dengan siswa dalam aktivitas sosial yang mampu berdampak positif dalam meningkatkan sosialisasi di sekolahnya.

Berdasarkan hasil penelitian di Korea yang dilakukan oleh Park & Kim (2006) menjelaskan bahwa dukungan emosional merupakan dukungan yang banyak diterima oleh individu. Disisi lain hasil penelitian dari Ikhsan (2013) menyebutkan bahwa dukungan emosional merupakan bentuk dukungan paling tinggi yang diterima oleh remaja. Dukungan emosional ini melibatkan adanya rasa empati dimana mampu membuat teman sebaya dapat memahami kondisi siswa dengan benar-benar memikirkan dan merasakan bagaimana ketika berada pada situasi tersebut. Rasa empati ini merupakan hal penting yang mampu membantu dalam membangun dan mempertahankan hubungan yang sehat dengan orang lain. Rasa empati ini mampu membuat siswa saling bertukar perasaan sehingga mampu terhindar dari kecemasan yang mampu memberikan efek kenyamanan dan lebih menerima dirinya apa adanya. Selanjutnya adanya rasa peduli, perhatian, dan kasih sayang yang diberikan oleh teman sebaya mampu membuat siswa memiliki hubungan yang erat, hangat, dan saling percaya satu sama lain sehingga siswa tersebut akan merasa dihargai dan dicintai oleh orang-orang disekitarnya. Menurut Hartup (dalam Desmita, 2016: 230) menjelaskan bahwa dukungan dari teman sebaya memberikan fungsi psikologis dan sosial salah satunya adanya dorongan emosional dan sosial yang mampu memberikan dorongan pada siswa untuk mengambil peran dan tanggung jawab baru yang dapat menyebabkan berkurangnya ketergantungan siswa pada orang lain.

Dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya mampu membuat siswa menjadi lebih menghargai dirinya sendiri, optimis, realistis, memiliki keyakinan, kecemasan menjadi berkurang, dan selalu berharap untuk berkembang. Siswa yang bersikap positif akan memampukan dirinya untuk dapat mengembangkan penilaian yang positif terhadap dirinya sendiri maupun di lingkungan dalam menghadapi situasi yang terjadi disekitarnya dimana hal tersebut akan membentuk rasa percaya diri. Kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan terhadap kemampuan pada dirinya dengan menerima kelebihan dan kekurangan sehingga rasa yakin tersebut membuatnya merasa mampu untuk dapat mencapai berbagai tujuan dihidupnya. Siswa yang memiliki rasa percaya diri akan menilai dirinya sebagai pribadi yang berhasil, mudah membangun hubungan dengan orang lain, dan selalu berusaha untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkannya.

Sumbangan efektif dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa yang diperoleh melalui uji regresi linear sederhana menunjukkan bahwa nilai R Square (koefisien determinasi) sebesar 0.175 yang artinya dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi kepercayaan diri sebesar 17,5%. Sisanya, terdapat faktor lainnya yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswa seperti faktor internal dan faktor eksternal (Yudhianto dan Ikhroma, 2020: 7).

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil Uji Mann Whitney diperoleh nilai Asym. Sig. (2-tailed) sebesar $0,000 < 0,05$ yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri. Sedangkan untuk nilai R Square (koefisien determinasi) sebesar 0.175 yang artinya pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri sebesar 17,5%, sisanya terdapat faktor internal dan faktor eksternal lainnya yang mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswa. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima atau ada pengaruh dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri siswa. Adanya dukungan sosial teman sebaya mampu memberikan kenyamanan, keakraban, kepedulian, penghargaan, serta bantuan nyata yang dapat menumbuhkan sikap positif pada diri siswa sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dimana siswa tersebut akan lebih menilai dirinya sebagai pribadi yang berhasil, mudah membangun hubungan dengan orang lain, dan selalu berusaha untuk mencapai tujuan yang sudah ditetapkannya.

Hasil dari penelitian yang diperoleh maka dapat disarankan sebagai berikut:

Bagi Siswa

Siswa yang kurang mendapatkan dukungan sosial dari teman sebaya akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri siswa, oleh sebab itu hendaknya siswa menjalin hubungan interpersonal yang akan membentuk ikatan sosial sehingga mampu melindungi siswa dari rendahnya kepercayaan diri.

Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan mampu menyusun program layanan Bimbingan dan Konseling yang efektif bagi siswa salah satunya dengan Layanan Bimbingan Kelompok melalui teknik *peer group* yang berkaitan dengan pentingnya memberikan dukungan sosial dengan saling berinteraksi satu sama lain sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri siswa

Bagi Peneliti Lain

Peneliti lain dapat menggunakan tinjauan teoritis dari ahli lain yang belum terdapat dalam penelitian ini. Bagi peneliti lain yang berminat untuk melakukan penelitian dengan topik yang sama maka diharapkan menggunakan faktor-faktor lainnya atau *treatment* berupa layanan bimbingan dan konseling yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

Adapun kelemahan penelitian ini adalah peneliti tidak luput dari keterbatasan penelitian dimana peneliti kesulitan mengungkapkan faktor-faktor lainnya yang dapat meningkatkan kepercayaan diri siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Desmita. 2016. *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT. Remaja Roskadarya
- Fatimah, Dewi. 2015. Pengembangan Model Bimbingan Kelompok Dengan Teknik Role Playing Untuk Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*. 4(1)
- Fauzi. 2018. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Dengan Permainan Tradisional Bahasan Dalam Layanan Bimbingan Kelompok Pada Siswa Kelas X MIPA 2 SMA Negeri 7 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Konseling*. 1(1)
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara
- Hidayah, N. & Sondang M. 2019. Peningkatan Prestasi Belajar Melalui Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Pada Remaja (Siswa SMP) Di RUSUNAWA Jatinegara Barat. *IKRAITH-HUMANIORA*. 3(1)
- Mailani, L. 2018. Prokrastinasi Ditinjau Dari Dari Kepercayaan Diri Dan Dukungan Sosial Pada Siswa SMK Pakabu. *Psikologi Prima*. 1(2)
- Maslihah, Sri. 2011. Studi Tentang Hubungan Dukungan Sosial, Penyesuaian Sosial Di Lingkungan Sekolah Dan Prestasi Akademik Siswa SMPIT Assyfa Boarding School Subang Jawa Barat. *Jurnal Psikologi Undip*. 10(2)
- Miranda, Ira, Ibrahim Al H. & Bangun Y. W. (2019). Efektifitas Teknik Role Playing Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri. 4(2)
- Rahmawati, W. K., Abdurrahman A. & Dian Nur A. 2020. Efektifitas Metode Sosiodrama Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 2 Jember. *Education Jurnal*. 4(1)
- Sartika, Pradipta. 2014. *Buku Pintar Tampil Percaya Diri*. Yogyakarta: Araska
- Simajuntak, Lesly E., & Endang Sri I. 2010. Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Harga Diri Pada Siswa Kelas XII SMA Kristen Terang Semarang.
- Widjaja, Hendra. 2016. *Berani Tampil Beda Dan Percaya Diri*. Yogyakarta: Araska
- Yudhianto, Kresna A. dan Ikhroma Rahmasari. (2020). Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Dukungan Sosial Pada Siswa Tunarungu. *Media Publikasi Penelitian*. 18(1)

