

Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri bagi Peserta Didik di SMA Negeri 100 Jakarta

Rizki Adiyansah^{1*}, Budiaman², Nandi Kurniawan³

¹⁻³Pendidikan Ilmu Pengetahuan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum,

Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

Email: rizkiadiyansah_1407621062@mhs.unj.ac.id, budiaman@unj.ac.id, nandikurniawan@unj.ac.id

Korespondensi penulis : rizkiadiyansah_1407621062@mhs.unj.ac.id

Abstract. This research have a purpose to prove the influence of social support on self confidence of students at SMAN 100 Jakarta. This research was motivated by the large number of students who feel inferior or lack self-confidence so that it can interfere with and hinder the improvement of their achievements, skills, or interests both academically and non-academically. Quantitative with a sampling technique, namely simple random sampling, is the foundation of this study. Students of SMA Negeri 100 Jakarta class 10 became the population in the study conducted. With an R Square value of 0.512, it proves that there is an influence of social support on self-confidence which is presented at 51.2%, while 48.8% is the contribution of variables other than social support such as self-concept which the researcher did not include in this study. The findings are reinforced by the t-test analysis value with an acquisition of $15.928 > 1.978$ which can be concluded that there is an influence of social support on the self-confidence of class X students at SMA Negeri 100 Jakarta.

Keywords: Self Confidence, Students, Social Support.

Abstrak. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk membuktikan pengaruh yang dimiliki oleh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada peserta didik kelas X di SMAN 100 Jakarta. Penelitian ini berawal dari permasalahan peserta didik yang selalu merasa rendah diri atau kurang percaya diri sehingga dapat mengganggu serta menghambat peningkatan prestasi, keterampilan, atau minat mereka secara akademik maupun non akademik. Kuantitatif dengan melakukan teknik pengambilan sampel yaitu *simple random sampling* menjadi pondasi dalam penelitian ini. Peserta didik SMA Negeri 100 Jakarta kelas 10 menjadi populasi pada penelitian yang dilakukan. Dengan memperoleh nilai R Square sebesar 0,512 membuktikan adanya pengaruh dari dukungan sosial terhadap sebuah kepercayaan diri yang dipersentasekan sebesar 51,2%, sementara itu sebesar 48,8% adalah kontribusi dari variabel selain dukungan sosial seperti konsep diri yang peneliti tidak masukkan dalam penelitian ini. Hasil temuan tersebut diperkuat dengan adanya nilai analisis uji-t dengan perolehan $15,928 > 1,978$ yang dapat diambil kesimpulan terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik kelas X di SMA Negeri 100 Jakarta.

Kata Kunci : Kepercayaan Diri, Peserta Didik, Dukungan Sosial.

1. PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting pada kehidupan setiap manusia, dapat diartikan setiap manusia berhak untuk mendapatkan Pendidikan dan dapat untuk berkembang pada kehidupannya Alpian et al. (2019). Pada kehidupan manusia, Pendidikan tidak akan pernah usai selama individu tersebut ingin terus berkembang sepanjang hidupnya. Pendidikan mendorong peningkatan kepercayaan diri pada setiap individu, kepercayaan diri tidak dapat terlihat secara cepat jika individu tidak mau untuk meningkatkan sedikit demi sedikit kepercayaan diri yang mereka miliki.

Peserta didik yang kurang percaya diri jika kurang mendapatkan motivasi dan fasilitas Pendidikan maka dapat memberikan akibat pada penurunan kepercayaan diri yang dimiliki. Dalam banyak hal, individu sangat membutuhkan keberadaan orang sekitar untuk

memberikan sebuah perhatian, dukungan, bantuan, dan kerja sama dalam menghadapi tantangan kehidupan. Keberadaan orang sekitar tersebut memiliki tujuan untuk membentuk rasa percaya diri pada peserta didik Wahyuningsih & Purbaning (2023). Kepercayaan diri selalu berkaitan dengan kepribadian dari seseorang yang tidak bisa terbentuk dengan sendirinya. Kepercayaan diri bagi seorang peserta didik merupakan hal yang sangat penting karena dapat memberikan pengaruh dalam proses pergaulan, proses belajar, dan proses berkembang dalam kehidupannya di lingkungan masyarakat dan lingkungan Pendidikan.

Pada saat ini banyak dari peserta didik tidak percaya diri dikarenakan tidak mendapatkan dukungan sosial dari keluarga, teman, sahabat, ataupun pihak lainnya. Kurangnya rasa percaya diri tersebut yang mengakibatkan peserta didik tidak berani menunjukkan atau mengembangkan kemampuan yang ada pada dirinya untuk ke arah yang lebih baik dalam segala hal. Pengembangan kemampuan tersebut bergantung kepada usaha yang dilakukan dan dukungan yang diberikan oleh lingkungan dalam proses menuju tujuannya.

Dukungan sosial dapat dikatakan sebagai bentuk kenyamanan, sebuah penghargaan, dan bentuk kepedulian terhadap seseorang. Dukungan sosial biasanya bersumber dari keluarga, teman, komunitas, dan organisasi. Sebagian peserta didik mendapatkan dukungan sosial dari temannya sehingga peserta didik merasakan rasa nyaman secara fisik dan psikis. Jika peserta didik mendapatkan dukungan sosial dari teman, keluarga atau pihak lain maka peserta didik tersebut akan lebih mudah dalam menghadapi konflik yang dihadapinya, begitupun sebaliknya, jika peserta didik yang kurang mendapatkan dukungan sosial, hal tersebut berakibat peserta didik bersikap pesimis, bergantung pada orang lain, dan mudah putus asa. Menurut Sugiarto dalam Simorangkir et al. (2022) bahwa peserta didik yang kurang percaya diri akan menimbulkan perilaku yang tidak suka dengan hal baru dan selalu merasa dirinya tidak diperhatikan oleh lingkungan sekitar.



Peneliti telah melakukan pra penelitian untuk mengukur dukungan sosial kepada peserta didik di kelas X yang mendapatkan perolehan nilai persentase sebesar 45% untuk peserta didik yang selalu merasa dicintai dan dihargai oleh keluarga dan teman, 40% peserta didik sering merasa dicintai dan dihargai, dan 5% kadang-kadang merasa dicintai dan dihargai. berdasarkan hasil pra penelitian didapatkan bahwa siswa memiliki tingkat kepercayaan diri rendah dikarenakan kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar seperti guru, keluarga, dan teman mereka sehingga beberapa siswa pada saat pergi ke sekolah mencari perhatian ke teman ataupun guru yang bertugas.

Setiap peserta didik memiliki latar belakang kehidupan yang tidak sama. Hal itu bisa dilihat dari perilaku atau attitude yang mereka tunjukkan pada kegiatan pembelajaran. Tuntutan ekonomi yang sangat tinggi menyebabkan sebagian dari orang tua peserta didik sulit untuk memberikan waktu luang bersama anak di rumah walau hanya sekedar memperhatikan aktivitas yang dilakukan oleh sang anak. Hal tersebut berakibat sang anak lebih nyaman untuk meluangkan waktu untuk bergaul hingga terkadang terjerumus kepada hal yang negatif.

Sebagian wali peserta didik kurang terlibat dalam proses perkembangan sang anak, dimana pada saat sang anak Kembali pulang setelah sekolah sehabis, sebagian orang tua tidak bertanya tentang bagaimana proses belajar hari ini dan cenderung diam seribu Bahasa seakan tidak peduli akan perkembangan sang anak. orang tua seharusnya memberikan perhatian dan mengontrol perkembangan anak dikarenakan orang tua adalah fasilitator dan pembimbing pertama yang dimiliki oleh anak.

Baron dan Byrne menjelaskan dalam Widayastuti & Pratiwi (2013) bahwa dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk perhatian yang memberikan kenyamanan bagi orang lain secara fisik ataupun secara psikis. Dukungan sosial ini bisa didapatkan dari berbagai sumber dan dirasakan oleh setiap individu. Sarafino juga memberikan pendapat dalam penelitian Dewi et al. (2023) bahwa bentuk dari penerimaan seseorang atau sekelompok kepada individu yang memberikan pandangan bahwa dalam dirinya sangat diperhatikan, disayangi, dan ditolong oleh lingkungannya. Dukungan sosial memiliki beberapa jenis seperti yang dikemukakan oleh Cohen dan Syne dalam penelitian Karina & Sodik (2018), yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan informatif, dan dukungan instrumental. Wangmuba memberikan pendapat dalam Karina & Sodik (2018) terkait dengan sumber adanya dukungan sosial bagi seorang individu, seperti bersumber dari keluarga, bersumber dari teman atau sahabat, dan bersumber dari masyarakat. Tidak hanya sumber yang memberikan pengaruh terhadap adanya dukungan sosial, terdapat faktor yang

memberikan pengaruh terhadap dukungan sosial, yaitu perubahan sosial, empati, dan nilai sosial dan norma Ayu & Muhid (2022). Sarafino mengemukakan dampak yang diberikan dari dukungan sosial yang dijelaskan dalam dua teori yaitu *the buffering hypothesis* dan *the direct effect hypothesis*.

Definisi tersebut sejalan dengan teori pertukaran sosial yang dikemukakan oleh George C. Homans dalam Mighfar (2015) bahwa perilaku seseorang dipengaruhi oleh lingkungan sosialnya dalam kehidupan baik lingkungan sekolah, keluarga, dan masyarakat.

Dukungan sosial tersebut sangat memberikan pengaruh pada kepercayaan diri seorang individu. Komara memberikan pendapat dalam Novita (2021) bahwa kepercayaan diri dapat dikatakan sebagai karakter individu yang dimiliki terdapat keyakinan atas dirinya sendiri dan mampu untuk mengembangkan menjadi pribadi yang bisa menghadapi tantangan dengan baik. Lautser juga memberikan pendapat dalam Sari & Khoirunnisa (2021) bahwa kepercayaan diri adalah perasaan yakin kepada kemampuan diri yang memberikan batin lebih tenang dan tidak cemas pada tindakan yang selalu dilakukannya. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri tinggi memiliki ciri-ciri sebagai berikut: 1) Keyakinan dan kemampuan diri serta sikap positif tentang diri sendiri sehingga seseorang paham dengan apa yang dilakukannya, 2) optimis, 3) objektif, 4) bertanggung jawab, 5) Rasional, 6) Berani dalam menghadapi penolakan dari individu dan kelompok, 7) pengendalian emosi yang baik Habsy (2024). Adapun faktor yang memberikan pengaruh terhadap kepercayaan diri dibagi menjadi 2 yaitu faktor eksternal dan internal yang terdiri dari konsep diri dan lingkungan keluarga, masyarakat, keadaan fisik, interaksi sosial, dan jenis kelamin Komara (2016).

Namun demikian, belum banyak penelitian yang secara spesifik mengkaji keterkaitan antara dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik, terutama dalam konteks lokal seperti Kota Jakarta Timur yang memiliki karakteristik sosial yang beragam. Kondisi tersebut mendorong pentingnya penelitian yang menggali sejauh mana aspek dukungan sosial tersebut mempengaruhi kepercayaan diri peserta didik. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam merancang strategi pembelajaran yang lebih tepat sekaligus memberikan penguatan kepercayaan diri peserta didik.

2. METODE PENELITIAN

Metode kuantitatif dengan desain penelitian metode survei dipilih pada penelitian ini dengan tujuan untuk menguji pengaruh yang diberikan dari dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik kelas X di SMA Negeri 100 Jakarta pada tahun ajaran 2024/2025. Desain penelitian menggunakan metode survei dengan menyebarkan kuesioner angket ke seluruh kelas X. Siswa kelas X menjadi populasi yang digunakan dalam penelitian ini dengan jumlah total 216 peserta didik yang diambil sampel acak sebesar 140 peserta didik dengan masing-masing terdiri 36 siswa setiap kelas. Data dikumpulkan melalui instrumen penelitian berupa kuesioner angket dengan bantuan *google form* untuk mengukur pendapat masing-masing peserta didik. Teknik analisis data menggunakan uji prasyarat analisis dan uji hipotesis berupa uji regresi linear sederhana untuk mengukur seberapa pengaruh dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahapan yang harus dilalui oleh peneliti sebelum melaksanakan penelitian dengan perlunya memahami tempat yang akan dijadikan penelitian dan melakukan persiapan yang berkenaan dengan jalannya penelitian. SMA Negeri 100 Jakarta merupakan sekolah negeri yang berlokasi di wilayah kota administrasi Jakarta Timur. Sekolah ini memiliki total 648 peserta didik yang dibagi dalam 3 jenjang belajar, yaitu kelas X, kelas XI, dan Kelas XII. Sebagai sekolah negeri di wilayah Jakarta Timur, Sekolah ini memiliki fasilitas seperti sekolah pada umumnya seperti adanya ruang guru, ruang kepala sekolah, ruang wakil, ruang wakil kepala sekolah, ruang TU, ruang kelas, ruang laboratorium, masjid, ruang ibadah. Ruang BK, ruang osis dan pramuka, UKS, kamar mandi, kantin, koperasi, perpustakaan, dan ruang kelas. Fasilitas yang dimiliki sekolah akan digunakan untuk kegiatan pembelajaran peserta didik. SMA Negeri 100 memiliki 38 guru dan 13 tenaga Pendidikan yang membantu pekerjaan di tata usaha.

Peneliti menggunakan sampel dengan jumlah 140 peserta didik yang diambil dari kelas X SMA Negeri 100 Jakarta. Beragam latar belakang keluarga yang dimiliki oleh sampel penelitian ini. Peneliti memilih SMA Negeri 100 Jakarta menjadi tempat penelitian karena subjek penelitian di SMA Negeri 100 telah memenuhi syarat atau karakteristik yang peneliti maksud, belum pernah ada penelitian mengenai pengaruh dukungan sosial terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik di SMA Negeri 100 Jakarta, dan SMA Negeri 100 bersedia menjadi tempat penelitian.

Uji Normalitas

Hasil yang diperoleh dari uji normalitas dengan metode dari *Kolmogorov Smirnov* nilai signifikansi adalah $0,200 > 0,05$ yang dapat ditarik kesimpulan nilai residual adalah normal.

Uji Linearitas Data

Hasil uji linearitas diperoleh dengan nilai *sig.deviation from linearity* adalah $0,08 > 0,05$ yang dapat ditarik kesimpulan kedua variabel tersebut memiliki hubungan yang linear dan asumsi linearitas dari data terbukti terpenuhi.

Uji Analisis Regresi Sederhana

Hasil yang diperoleh dari analisis regresi pada *sig* sebesar $0,000 < 0,05$ yang memiliki arti adanya pengaruh antar variabel dukungan sosial dengan variabel kepercayaan diri.

Hasil perhitungan yang dilakukan pada model *summary* memperoleh nilai *R Square* sebesar 0,512 atau 51,2%. Maka dapat diartikan adanya pengaruh sebesar 51,2% dari dukungan sosial kepada kepercayaan diri. Nilai statistik uji regresi mendapatkan nilai sebesar 15,928 dengan nilai *t* tabel 1,977 hal itu menunjukkan nilai *t* hitung $>$ *t* tabel, maka dapat diambil sebuah kesimpulan variabel dukungan sosial mempunyai pengaruh terhadap variabel kepercayaan diri pada peserta didik kelas X di SMA Negeri 100 Jakarta.

Secara awam hasil pengukuran yang dilakukan telah membuktikan bahwa hipotesis penelitian menyatakan bahwa dukungan sosial memiliki pengaruh yang positif dan signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri peserta didik di SMA Negeri 100 pada kelas X. Hal tersebut diperkuat dengan adanya hasil koefisien determinasi sebesar 0,512, yang memiliki arti bahwa terdapat pengaruh positif yang diberikan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik.

Pada penelitian ini nilai dari pengujian statistik telah membuktikan bahwa terdapat pengaruh signifikan yang diberikan dari variabel dukungan sosial (X) terhadap variabel kepercayaan diri (Y) yang berkaitan dengan teori dan hasil penelitian yang relevan.

Hasil penelitian ini memberikan penguatan dari penelitian yang telah dilakukan oleh Siregar et al. (2019) yang memiliki hasil bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh dukungan sosial. Seseorang harus percaya terhadap dirinya sendiri bisa untuk melewati tantangan yang diberikan oleh Tuhan baik dengan fisik yang sempurna atau tidak. Temuan ini juga memperkuat penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni & Costadinov (2020)

tentang pengaruh yang diberikan dari dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri dalam berbicara di depan umum pada mahasiswa dengan nilai R^2 sebesar 0,667 yang menunjukkan adanya pengaruh yang diberikan dari dukungan sosial teman sebaya terhadap kepercayaan diri berbicara di depan umum.

Hasil yang diperoleh sejalan dengan teori pertukaran sosial yang dimana perilaku seseorang dipengaruhi oleh lingkungannya baik lingkungan keluarga, masyarakat, atau sekolah (Mighfar, 2015). Jika seseorang mendapatkan fasilitas dari lingkungan sosial secara positif untuk pengembangan individu maka individu tersebut akan mencapai perkembangan yang matang, akan tetapi sebaliknya jika seseorang mendapatkan fasilitas yang kurang positif maka akan memberikan efek perilaku yang menyimpang.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan 140 peserta didik kelas X SMA Negeri 100 Jakarta menjadi responden pada penelitian ini. Jika mengacu pada hasil analisis data yang sudah dilakukan oleh peneliti diatas, maka kesimpulannya terdapat kontribusi sebesar 51,2% dari variabel dukungan sosial terhadap kepercayaan diri peserta didik. Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah diutarakan, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut.

- a. Peneliti yang akan data jika ingin meneliti ataupun ingin melanjutkan jalan dari penelitian ini, penulis memberikan saran untuk meneliti faktor lain yang dapat membentuk kepercayaan diri peserta didik baik faktor luar ataupun dalam dari peserta didik
- b. Pembaca disarankan untuk mencari sumber dukungan sosial yang sesuai dengan diri sehingga dapat memaksimalkan peningkatan kepercayaan diri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Alpian, Y., Anggraeni, S. W., Wiharti, U., & Soleha, N. M. (2019). Pentingnya pendidikan bagi manusia. *Jurnal Buana Pengabdian*, 1(1), 66–72.
- Ayu, R., & Muhid, A. (2022). Pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas bullying: Literature review. *Tematik*, 2(1).
- Dewi, R., Safuwani, S., Zahara, C. I., Safarina, N. A., Rahmawati, R., & Nurafiqah, N. (2023). Gambaran dukungan sosial pada keluarga korban kekerasan seksual. *Jurnal Diversita*, 9(1), 104–112. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i1.8921>
- Habsy, I. U. (2024). Kecemasan, percaya diri, motivasi berprestasi siswa ekstrakurikuler bola voli. *Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 1(1).

- Karina, Z., & Sodik, M. A. (2018). Pengaruh dukungan sosial terhadap kesehatan. [*Informasi jurnal tidak lengkap*].
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa. *Jurnal Psikopedagogia*, 5(1), 33–42.
- Mighfar, S. (2015). Social exchange theory: Telaah konsep George C. Homans tentang teori pertukaran sosial. *Jurnal Lisan Al-Hal*, 9(2), 259–282.
- Novita, L. (2021). Pengaruh konsep diri terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, 4(2), 92–96.
- Sari, D. U., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara konsep diri terhadap kepercayaan diri mahasiswa Jurusan X yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(3), 204–214.
- Simorangkir, R. S., Parinduri, M. A., & Nurani, N. (2022). Hubungan dukungan orangtua dan konsep diri dengan kepercayaan diri siswa. *Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS)*, 5(1), 56–62.
- Siregar, H. W. O., Marpaung, W., & Mirza, R. (2019). Kepercayaan diri ditinjau dari dukungan sosial pada penyandang tuna netra. *Psycho Idea*, 17(2), 1693–1076. [Catatan: URL www.sindonews.com tidak relevan dengan jurnal.]
- Wahyuni, C., & Costadinov, E. Y. (2020). Hubungan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri berbicara di depan umum pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 2(1).
- Wahyuningsih, C., & Purbaning, P. H. (2023). Korelasi dukungan sosial orang tua pada kepercayaan diri remaja pada siswa kelas IX SMP Negeri 1 Kalasan. *Solution: Journal of Counselling and Personal Development*, 5(2), 92–102.
- Widyastuti, R. J., & Pratiwi, T. I. (2013). Pengaruh self-efficacy dan dukungan sosial keluarga terhadap kemantapan pengambilan keputusan karir siswa. *Journal BK UNESA*, 3(1), 231–238.