

HUBUNGAN ANTARA KEPERCAYAAN DIRI DENGAN KECEMASAN SOSIAL SISWA KELAS V SDN 31 SAIYUNG

Zikri Nugroho¹, Dina Anika Marhayani², Andika Kusuma Wijaya³

^{1,2,3}PGSD ISBI Singkawang

¹Zikrinugroho484@gmail.com, ²dinaanika89@gmail.com,

³andika@stkipsingkawang.ac.id

ABSTRACT

This research aims to: 1) describe the level of self-confidence of class V students at SDN 31 Saiyung; 2) to describe the level of social anxiety of fifth grade students at SDN 31 Saiyung; 3) to describe the relationship between self-confidence and social anxiety in class V at SDN 31 Saiyung. The research used is correlation or relationship research with a quantitative approach. The population in this study were all class V students at SDN 31 Saiyung with a total of 33 students. The sampling technique used was the total sampling technique. Data collection techniques use non-test techniques. The non-test technique is in the form of a questionnaire sheet on students' self-confidence and social anxiety. Data were analyzed using normality tests and hypothesis testing using the product moment correlation test; The research results show that: (1) students' self-confidence is in the very good category with an average score percentage of 85.24%; (2) students' social anxiety is in the very high category with an average percentage score of 94.85%; (3) there is a relationship between students' self-confidence and students' social anxiety in class V of SDN 31 Saiyung, with a correlation coefficient of 0.455 in the very strong category. Student self-confidence provides a determinant coefficient of 20.7% for student social anxiety. Thus, it can be concluded that the higher the student's self-confidence, the lower the social anxiety experienced by the student, and conversely, the lower the student's self-confidence, the higher the social anxiety the student faces.

Keywords: self-confidence, social anxiety

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk: 1) untuk mendeskripsikan tingkat kepercayaan diri siswa kelas V SDN 31 Saiyung; 2) untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan sosial siswa kelas V SDN 31 Saiyung; 3) untuk mendeskripsikan hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial kelas V SDN 31 Saiyung. Penelitian yang digunakan adalah penelitian korelasi atau hubungan dengan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V di SDN 31 Saiyung dengan jumlah 33 siswa. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik total sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik nontes. Teknik non tes yaitu berupa lembar angket kepercayaan diri dan kecemasan sosial siswa. Data dianalisis uji normalitas dan pengujian hipotesis digunakan uji korelasi *product*

moment; Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) kepercayaan diri siswa dengan kategori sangat baik dengan rata-rata persentase skor 85,24%; (2) kecemasan sosial siswa dengan kategori sangat tinggi dengan rata-rata persentase skor 94,85%; (3) terdapat hubungan antara kepercayaan diri siswa dan dan kecemasan sosial siswa pada kelas V SDN 31 Saiyung, dengan koefisien korelasi sebesar 0,455 kategori sangat kuat. Kepercayaan diri siswa memberikan koefisien determinan sebesar 20,7% terhadap kecemasan sosial siswa. Dengan demikian, dapat ditarik simpulan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri siswa, maka semakin rendah pula kecemasan sosial yang dialami siswa, dan sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri siswa, maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang dihadapi siswa.

Kata Kunci: kepercayaan diri, kecemasan sosial

A. Pendahuluan

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan atau kepercayaan pada diri sendiri yang merupakan sifat yang sangat penting dan harus ada dalam diri manusia. Percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya Thursan Hakim (2005:6). Dengan percaya diri, individu dapat menyingkirkan rasa rendah diri, yang dapat melemahkan harapan. Dengan percaya diri pula, individu dapat mencapai aktualisasi diri serta keberhasilan dalam mencapai

prestasi. Berdasarkan pendapat tersebut, maka kepercayaan diri menjadi sangat penting untuk dimiliki oleh manusia dalam segala usaha memenuhi kebutuhan hidupnya.

Seseorang dengan kepercayaan diri yang baik akan selalu melihat segala sesuatu yang mereka miliki sebagai sesuatu yang positif dan menggunakannya secara positif untuk mencapai tujuan, apa pun hasil akhirnya. Salah satu tanda rendahnya kepercayaan diri pada individu, termasuk remaja, adalah mudah cemas dalam menghadapi persoalan dengan tingkat kesulitan tertentu dan sulit menetralisasi timbulnya ketegangan di dalam suatu

situasi Thursan Hakim, (2005: 8-9). Leary (1999: 32) kepercayaan diri yang rendah akan berakibat pada meningkatnya kecemasan, bahkan lebih jauh akan mengakibatkan individu akan mengalami gangguan kecemasan sosial sehingga lebih banyak menghindari situasi sosial, atau bahkan tidak terlibat sama sekali dalam interaksi sosial dengan masyarakat. Jalaluddin Rakhmat (2011: 107) orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi untuk berhubungan interaksi dengan orang lain. Ini karena dia khawatir orang lain akan mengejek atau menyalahkannya. Ia juga lebih cenderung untuk tetap diam saat berbicara. Seseorang yang kurang percaya diri sering menggunakan kata terputah-putah saat berbicara. Oleh karena itu, kepercayaan diri adalah salah satu faktor yang menentukan seberapa baik seseorang menangani kecemasan. Jika seseorang

memiliki kepercayaan diri, kecemasan mereka akan berkurang atau bahkan hilang.

Ketidakpercayaan diri adalah salah satu penyebab siswa mengalami kesulitan belajar dan memahami pelajaran yang diajarkan oleh guru. Siswa yang kurang percaya diri cenderung kurang yakin dengan kemampuan yang dimilikinya, sehingga merasa rendah diri dan tidak mampu dalam menyelesaikan soal yang diberikan oleh guru, Nuraeni, Mulyati & Maya, (2018: 976). Beberapa dampak yang diketahui jika adanya penilaian negatif remaja terhadap dirinya sendiri antara lain sering menyebabkan menjadi minder, tertutup dan memiliki rasa malu, National Institute of Mental Health, (2013) hingga mengalami kecemasan sosial. Rasa gelisah akan diadili oleh orang yang berada disekitar serta ancaman akan menjadi malu ketika seorang individu akan melakukan pembicaraan di depan umum berhubungan dengan adanya kecemasan

sosial. Rasa tidak percaya untuk melakukan sebuah interaksi sosial, selalu berpikir akan melakukan hal yang memalukan pada dirinya di depan banyak orang, atau akan diadili orang lain dengan kritis dan keras merupakan hal yang sering dialami oleh orang yang memiliki kecemasan sosial dalam dirinya Gui, (2009).

Gangguan dalam belajar sering dialami oleh siswa yang cacat belajar dan berprestasi rendah. Achdiyat & Lestari, (2016) menyebutkan Satu diantara permasalahan yang dialami siswa adalah rasa rendah diri, siswa seringkali merasa dirinya tidak percaya diri dan tidak yakin atas kemampuan yang dimilikinya. Namun pada kenyataannya apabila dalam proses belajar siswa merasakan gagal maka kegagalan tersebut harusnya membuat mereka lebih percaya kepada kemampuan yang dimilikinya agar mereka bisa bangkit dan memiliki konsep diri yang baik dalam belajar. Ketika rasa tersebut sudah muncul dalam diri siswa maka

proses pembelajaran akan menjadi lebih maksimal dan dapat meningkatkan prestasi siswa.

Oleh sebab itu, siswa perlu mulai belajar untuk melatih kepercayaan dirinya masing-masing. Karena Kepercayaan diri merupakan dasar untuk setiap siswa dalam memenuhi berbagai kebutuhannya. Agar kepercayaan diri siswa melekat dengan baik, maka kepercayaan diri perlu dilatih sejak dini yang bermulai dari keluarga serta lingkungan sekitar. Orang dengan kepercayaan diri yang rendah cenderung merasa rendah diri atau tidak layak dalam hal kemampuan dan cara mereka berinteraksi dengan orang lain, yang dapat membuat mereka takut akan penilaian negatif dari orang lain. Karena ada kaitan erat antara kepercayaan diri dan kecemasan sosial, orang yang memiliki kepercayaan diri tinggi akan bersikap lebih positif dan lebih mampu mengatasi kecemasan sosial. Kepercayaan diri dapat

ditingkatkan dengan meningkatkan keterampilan sosial dan pemahaman yang lebih baik tentang cara mengatasi kecemasan sosial. Dengan demikian, meningkatkan rasa percaya diri dapat membantu mengurangi kecemasan sosial. Hal ini dapat dicapai dengan meningkatkan keterampilan sosial, meningkatkan rasa percaya diri, dan lebih memahami kekuatan dan kelemahan pribadi. Dari beberapa penelitian ditemukan bahwa self confidence memiliki hubungan negatif dengan kecemasan sosial dan dapat berperan sebagai mediator meminimalisir tingkat kecemasan sosial berdasarkan penelitian Fitzgerald, (2012); Rudy, Davis & Matthews, (2012). Efek suatu terapi untuk menangani kasus kecemasan sosial juga menjadi lebih bermakna ketika dimediasi oleh efikasi diri, Goldin, Ziv & Gross, (2012). Penelitian-penelitian yang tujuannya ingin membandingkan atau melihat perbedaan performa dari orang

yang mengalami kecemasan sosial menemukan bahwa orang yang mengalami kecemasan sosial memiliki performa yang lebih rendah dalam situasi sosial karena kurangnya self confidence menurut penelitian Werner, Goldin, Ball Heimberg & Gross, (2011). Dari beberapa penelitian tersebut dapat ditarik benang bahwa self confidence memiliki hubungan dengan kecemasan sosial. Orang yang memiliki self confidence tidak akan mengalami kecemasan sosial yang tinggi karena memiliki keyakinan untuk mampu mengatasi situasi sosial.

Kecemasan sosial dapat didefinisikan sebagai respons sosial yang berlebihan dan tidak proporsional terhadap situasi atau situasi tertentu, yang menyebabkan perasaan cemas, gelisah, atau takut. Ini melibatkan reaksi sosial yang intens terhadap stimulus atau pemikiran yang dianggap mengancam kesejahteraan sosial. Di antara gejala yang sering dikaitkan dengan

dengan kecemasan sosial adalah perilaku menghindar, detak jantung cepat, dan pikiran negatif yang berlebihan. Dayakisni dan Hudainah (2009) kecemasan sosial adalah perasaan tidak nyaman akan kehadiran orang lain, yang selalu disertai perasaan malu yang ditandai dengan kejanggalan atau kekakuan, hambatan dan kecenderungan untuk menghindari situasi sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Vriends (2013) ditemukan presentasi yang cukup tinggi dari hasil self-report Social Anxiety Disorder, yaitu 15,8 % dari 311 orang Indonesia. Hidalgo, Barnett & Davidson, (2001) Kasus-kasus kecemasan sosial lebih banyak ditemukan pada jenis kelamin wanita (baik dewasa maupun anak-anak), orang-orang yang memiliki pendidikan dan kondisi sosial ekonomi yang lebih rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan sosial dapat menyebabkan tekanan dalam kehidupan sosial karena manusia adalah makhluk sosial

dan tidak dapat hidup sendiri. Tidak semua orang bisa berkomunikasi dengan orang lain. Hal ini terjadi baik di dalam maupun di luar kelas. Adanya kecemasan merupakan salah satu penghambat komunikasi. Kecemasan didefinisikan sebagai pengalaman subjektif yang disertai dengan ketegangan mental dan kekhawatiran, sebagai reaksi umum terhadap masalah atau ketidakmampuan untuk menghadapi rasa aman. Siswa sering tidak memperhatikan kecemasan mereka dan dalam banyak kasus tidak menganggapnya sebagai masalah serius. Namun, jika kecemasan terus berlanjut dan siswa tidak dapat mengatasinya, hal itu dapat menyebabkan kesulitan dalam berkomunikasi dengan orang lain, kesulitan dalam mengekspresikan diri dan penurunan prestasi akademik. Akibatnya, Individu yang mengalami kecemasan sosial akan berpikir evaluasi negatif yang dilakukan oleh seseorang terhadap dirinya baik nyata

maupun prasangka dan untuk menghindari diri dari kecemasan ini, sehingga individu akan memunculkan rasa aman dalam Swasti & Wisjnu (2013). Dalam penelitian ini penulis mengharapkan dalam kegiatan pembelajaran dalam kelas siswa diharapkan aktif dalam pembelajaran contohnya seperti berani mengutarakan pendapat, berani bertanya, berani tampil didepan kelas, dan tidak malu. Adapun kondisi nyata yang telah penulis lakukan dikelas berbanding terbalik dengan kondisi yang diharapkan yang dimana didalam kelas ada beberapa siswa yang masih kurang percaya diri contohnya seperti siswa masih kurang aktif di dalam kegiatan pembelajaran, siswa masih takut untuk mengutarakan pendapatnya, malu untuk bertanya, malu tampil didepan kelas, gugup dalam menjawab pertanyaan guru.

Berdasarkan hasil Prariset yang telah dilakukan pada kelas V di SDN 31

Saiyung yang berjumlah 33 siswa yang dimana terdapat 16 siswa laki-laki dan 17 siswa perempuan, peneliti menemukan atau melihat adanya beberapa siswa yang memiliki kepercayaan diri dan kecemasan sosial siswa yang rendah. Hal tersebut dilihat dari proses belajar siswa yang diamati atau diobservasi oleh penulis. Peneliti melihat adanya kepercayaan diri yang rendah pada siswa perempuan contohnya seperti siswa tersebut selalu diam didalam kelas, gugup dalam menjawab pertanyaan guru, malu tampil di depan kelas, tidak berani untuk bertanya, malu mengutarakan pendapatnya. Kepercayaan diri yang rendah pada siswa tersebut menyebabkan timbulnya kecemasan sosial dalam diri siswa tersebut yang dilihat dari contohnya seperti lebih menghindari untuk berinteraksi atau bersosialisasi dengan temannya. Semakin rendah kepercayaan diri seseorang maka semakin tinggi pula kecemasan sosial yang timbul dalam diri siswa.

Kepercayaan diri mempunyai pengaruh terhadap kecemasan sosial. Hal tersebut dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Mutahari (2016) pada 123 siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Kalasan tahun ajaran 2015-2016, menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada siswa kelas VII di SMP Negeri 2 Kalasan. Individu yang tidak percaya diri akan mengalami demotivasi diri serta ketahanan hidup yang rendah karena dirinya selalu diliputi perasaan cemas dan persepsi negatif terhadap orang lain, dengan kata lain orang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari situasi untuk berhubungan interaksi dengan orang lain. Hal tersebut karena dirinya takut kalau orang lain akan mengejek atau menyalahkannya. Sehingga semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi kecemasan sosial pada remaja.

Dari hasil ini, dapat disimpulkan bahwa remaja diharapkan mampu meningkatkan kepercayaan diri dengan berbagai macam cara dan latihan agar tidak mengalami kecemasan sosial dalam kehidupannya. Penelitian ini penting dilakukan karena masalah atau variabel terhadap kepercayaan diri dan kecemasan sosial siswa masih jarang diteliti oleh peneliti terdahulu khususnya di jenjang sekolah dasar sehingga penulis menganggap penelitian ini penting untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa di sekolah dasar. Adapun yang membedakan penelitian ini dengan penelitian terdahulu yaitu terdapat pada objek penelitian yang dimana menemukan masalah-masalah yang berbeda dan pada objek yang diteliti penulis ini belum dilakukan penelitian oleh penelitian terdahulu.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian korelasional atau hubungan

dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian ini menggunakan desain penelitian asosiatif kasual (sebab akibat) yaitu menunjukkan hubungan antar variabel bebas yaitu kepercayaan diri dengan variabel terikat terikat yaitu kecemasan sosial. Dalam penelitian ini, yang menjadi populasi penelitian adalah seluruh siswa kelas 5 di SDN 31 Saiyung yang berjumlah 33 siswa. Teknik pengumpulan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik total *sampling*, teknik penentuan sampel bila anggota populasi digunakan sebagai sampel. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik non tes. Nontes yaitu berupa lembar angket diberikan untuk mengetahui kepercayaan diri dan kecemasan sosial siswa. Untuk melakukan analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan program SPSS V24.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil penelitian sebagai berikut.

Tingkat Kepercayaan Diri Siswa

Berdasarkan perhitungan menggunakan program SPSS V24 yang telah dilakukan, untuk menghitung hasil angket kepercayaan diri siswa secara keseluruhan diperoleh skor rata-rata 85,24 %. Kemudian didapatkan hasil presentase skor dan kriteria presentase kepercayaan diri dapat dilihat pada Tabel berikut:

Tabel 1

Kriteria Presentase Kepercayaan Diri

Interval	Frekuensi	Kategori
81% - 100%	-	-
61% - 80%	8	Baik
41% - 60%	25	Kurang Baik
21% - 40%	-	-
0% - 20%	-	-

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa presentase dengan interval nilai dari 61% - 80% terdapat 8 siswa yang tergolong dalam kategori baik dan presentase dengan interval nilai dari 41% - 60% terdapat 25 siswa yang tergolong dalam kategori kurang baik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hakim (2005) seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah cenderung mudah cemas dalam menghadapi persoalan, sering gugup, cenderung bergantung kepada orang lain dan sering bereaksi negatif dalam menghadapi masalah.

Tingkat Kecemasan Sosial Siswa

Berdasarkan perhitungan menggunakan program SPSS V24 yang telah dilakukan, untuk menghitung hasil angket kecemasan sosial siswa secara keseluruhan diperoleh skor rata-rata 94,85 %. Kemudian didapatkan hasil perolehan presentase skor dan kriteria presentase kecemasan sosial yang dapat dilihat pada tabel berikut:

90% - 100%	-	-
80% - 89%	-	-
65% - 79%	20	Sedang
55% - 64%	13	Rendah
0% - 39%	-	-

Berdasarkan tabel 2 diatas, dapat dilihat bahwa presentase dengan interval nilai dari 65% - 79% terdapat 20 siswa yang tergolong dalam kategori sedang dan presentase dengan interval nilai dari 55% - 64% terdapat 13 siswa yang tergolong dalam kategori rendah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori La Greca dan Lopez (1998) kecemasan sosial yang tinggi adalah adanya perasaan takut akan dihina, diamati, dan dipermalukan oleh orang lain yang menetap pada satu atau lebih situasi sosial terkait dengan penampilan, yang membuat individu harus berhadapan dengan beberapa orang yang tidak dikenali, ketakutan bahwa dirinya akan mendapat perlakuan yang memalukan atau penghinaan. Dari pernyataan

Tabel 1

Kriteria Presentase Kecemasan Sosial

Interval	Frekuensi	Kategori
----------	-----------	----------

tersebut kecemasan sosial terjadi karena adanya prasangka buruk terhadap orang lain kepada diri sendiri yang dapat membuat dirinya ketakutan terhadap situasi sosial yang dihadapinya.

Hubungan Antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan Sosial Siswa

Uji Normalitas

Uji normalitas data dilakukan dengan menggunakan uji normalitas Kolmogrov-smirnov. Berdasarkan tabel output SPSS, jika nilai signifikansi Asymp.Sig (2-tailed) lebih besar dari 0,05. Maka sesuai dengan dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas Kolmogrov-smirnov, dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Jika nilai signifikansi Asymp.Sig (-tailed) lebih kecil dari 0,05. Sehingga dengan dasar pengambilan keputusan uji normalitas Kolmogrov-smirnov, dapat disimpulkan bahwa data tidak berdistribusi normal. Berdasarkan

perhitungan maka diperoleh data berdistribusi normal dari hasil angket kepercayaan diri dan kecemasan sosial pada tabel 3 berikut:

Tabel 2

Uji Normalitas Kolmogrov-smirnov

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kepercayaan Diri	Kecemasan Sosial
N		33	33
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	85,24	94,85
	Std. Deviation	3,792	8,635
Most Extreme Differences	Absolute	,173	,157
	Positive	,173	,157
	Negative	-,159	-,119
Test Statistic		,173	,157
Asymp. Sig. (2-tailed)		,013 ^c	,038 ^c
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			
c. Lilliefors Significance Correction.			

Berdasarkan hasil uji normalitas pada Tabel 4.5 diatas diketahui nilai Asymp.Sig (2-tailed) kepercayaan diri sebesar 0,13, maka $0,13 > 0,05$, sesuai dengan ketentuan uji normalitas *Kolmogrov-smirnov* nilai Asymp.Sig (2-tailed) kepercayaan diri lebih besar dari 0,05. Jadi artinya bahwa nilai residual kepercayaan diri berdistribusi normal.

Adapun nilai Asymp.Sig (2-tailed) kecemasan sosial sebesar 0,38, maka $0,38 > 0,05$, sesuai dengan ketentuan uji normalitas *Kolmogrov-smirnov*, maka disimpulkan bahwa nilai residual

kecemasan sosial berdistribusi normal.

Uji Hipotesis

Setelah melakukan uji normalitas selanjutnya melakukan uji hipotesis, uji hipotesis yang digunakan yaitu korelasi pearson product moment untuk melihat apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri (X) dengan kecemasan sosial siswa (Y) kelas V SDN 31 Saiyung. Untuk melihat hasil perhitungan dari *pearson product moment* dapat dilihat pada tabel 4 berikut:

Tabel 4

Korelasi Pearson Product Moment

Correlations			
		Kepercayaan Diri	Kecemasan Sosial
Kepercayaan Diri	Pearson Correlation	1	,455**
	Sig. (2-tailed)		,008
	N	33	33
Kecemasan Sosial	Pearson Correlation	,455**	1
	Sig. (2-tailed)	,008	
	N	33	33

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Dari hasil data tabel korelasi *pearson product moment* diatas didapatkan hasil perhitungan yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa hasil dari korelasi antara kepercayaan diri (X) dengan kecemasan sosial (Y) sebesar 0,455 yang dilihat dari tabel diatas

berdasarkan *pearson correlation*. Hasil nilai korelasi tersebut masuk dalam kategori sangat kuat sehingga masih ada kaitan antar variabel yang diteliti.

Dalam pengujian ini yaitu untuk uji signifikan yang berfungsi mencari makna hubungan variabel X dan Y, maka hasil korelasi *pearson product moment* tersebut diuji dengan signifikansi. Pengujian tersebut dapat dilihat pada Tabel 5 berikut:

Tabel 5

Uji T hitung

Coefficients ^a						
Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	6,428	31,071		,207	,837
	Kepercayaan Diri	1,037	,364	,455	2,848	,008

a. Dependent Variable: Kecemasan Sosial

Berdasarkan tabel output di atas didapatkan hasil perhitungan t_{hitung} adalah sebesar 2,85.

Adapun untuk mencari t_{tabel} yaitu dengan rumus:

$$DF = N - K - 1$$

DF = Distribusi Frekuensi

N = Banyak Sampel (33)

K = Banyak Variabel (2)

$$DF = 33 - 2 - 1 = 30$$

Setelah mendapatkan hasil hitungan menggunakan rumus tersebut kemudian dapat kita lihat pada tabel distribusi frekuensi menggunakan taraf signifikansi 0,05% sehingga mendapatkan hasil t_{tabel} sebesar 1,70%.

Jadi $2,85 > 1,70$ yang artinya t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} , maka hasilnya ada hubungan yang signifikan antara kedua variabel yang diteliti.

Selanjutnya melakukan uji koefisien determinan berfungsi untuk mengukur seberapa besar pengaruh antar variabel yang diteliti. Untuk menentukan koefisien determinan yaitu dengan menggunakan program SPSS V24 yang disajikan pada tabel 6 berikut:

Tabel 6

Uji Koefisien Determinan

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,455 ^a	,207	,182	7,811

a. Predictors: (Constant), Kepercayaan Diri

Dari output diatas, didapatkan nilai R Square (koefisien determinasi) sebesar 0,207 yang artinya pengaruh variabel independen

(X) terhadap variabel dependen (Y) sebesar 20,7%.

Jadi, adanya keeratan pengaruh antar variabel penelitian sebesar 20,7%.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SDN 31 Saiyung, dapat disimpulkan yaitu sebagai berikut:

1. Adanya tingkat kepercayaan diri siswa dengan rata-rata nilai sebesar 85,24%.
2. Adanya tingkat kecemasan sosial siswa dengan rata-rata nilai sebesar 94,85%.
3. Adanya terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial siswa kelas V SDN 31 Saiyung dengan nilai korelasi sebesar 0,455.

Adapun saran bagi peneliti selanjutnya yaitu disarankan agar dilakukan penelitian lanjutan untuk mencari bagaimana agar kepercayaan diri dan kecemasan sosial siswa lebih baik dilingkungan sekolah maupun diluar lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Achdiyati, M., & Lestari, K. D. (2016). Prestasi belajar matematika ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan siswa di kelas. *Formatif: Jurnal Ilmiah Pendidikan MIPA*, 6(1).
- Dayaksikni T, Hudainah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Fitzgerald, N. (2012). *The relationship between self-efficacy, social anxiety, personality types and strong anxious reactionism in a non-clinical sample of undergraduate students*. Dublin Business School. Retrieved May 20, 2014, from DBS eSource.
- Goldin, P., Ziv, M., Gross, J.J. (2012). Cognitive reappraisal self-efficacy mediates the effects of individual cognitive-behavioral therapy for social anxiety disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 80 (6), 1034-1040.
- Gui, Gary. (2009). *Social Anxiety-How To Cure It*. Artikel diambil dari <http://id.articleesnatch.com/topic/social+anxiety>. Akses 30 April 2019.
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.
- Hidalgo, R. B., Barnett, S. D., & Davidson, J. R. (2001) Social anxiety disorder in review: two decades of progress. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 4(3), 279-298.
- Jalaluddin Rakhmat. (2011). *Psikologi Komunikasi* (Ed. Tjun Surjaman). Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- La Greca, A.M., Lopez, N. (1998). Social Anxiety Among Adolescents: Linkages With Peer Relations and Friendship. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26(2), hlm. 83-94.
- Mutahari. (2016). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Sosial Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 2 Kalasan Tahun Ajaran 2015-2016. *E- Journal Bimbingan dan Konseling Edisi 3 Tahun ke-5*.
- National Institute for Health and Care Excellence. 2013. *Social Anxiety Disorder: Recognition, assessment, and Treatment*. Great Britain: Stanley L. Hunt (printers) Ltd
- Nuraeni, N., Mulyati, E. S., & Maya, R. (2018). Analisis kemampuan pemahaman matematis dan tingkat kepercayaan diri pada siswa MTs. *JPMI (Jurnal Pembelajaran Matematika Inovatif)*, 1(5), 975.
- Swasti, I. Khurnia., & Martani, W. (2013). Menurunkan Kecemasan Sosial melalui

Pemaknaan Kisah Hidup.
Jurnal Psikologi, 40(1), 20.

Vriends, N., Pfaltz, M. C., Novianti, P.,
& Hadiyono, J. (2013). *Taijin
Kyofusho and Social Anxiety
and Their Clinical Relevance in
Indonesia and Switzerland*.

Werner, K.H., Goldin , P., Ball, T.M.,
Heimberg, R.G., & Gross, J.J.
(2011). Assessing emotion
regulation in social anxiety
disorder: the emotion
regulation interview. *Journal of
Psychopathological Behavior
Assessment*, 33, 346–354.