

HUBUNGAN PENGELOLAAN DIRI DENGAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA KELAS X SMAN 8
DENPASAR TAHUN PELAJARAN 2025/2026Silvinus Hambut^{1*}, Ni wayan Suastini², I Dewa Ayu Eka Purba Dharmantari³^{1, 2, 3}Program Studi Bimbingan Dan Konseling, Fakultas Ilmu Sosial, Universitas PGRI Mahadewa
Indonesiasilvinushambut331@gmail.com, Wayansuastini2020@gmail.com, purba@mahadewa.ac.id**Abstract**

To improve student learning relationships, it is expected to implement a new learning model. This study aims to determine: (1) the relationship between self-management and self-confidence of grade X students of SMAN 8 Denpasar in the 2025/2026 academic year. This study uses a quantitative approach with a correlational method. The sample of this study was 83 students selected from a population of 452 students using the Slovin formula. Data were collected through a Likert scale questionnaire that had met validity and reliability tests, then analyzed using Pearson Product Moment correlation with the help of SPSS. The results of the study showed a positive and significant relationship between self-management and student self-confidence with a correlation coefficient of $r = 0.994$ and a significance value of 0.000 ($p < 0.05$). This finding indicates that the better the student's self-management, the higher their level of self-confidence. The results of this study are expected to be a reference for Guidance and Counseling teachers in developing services that support the improvement of self-management and student self-confidence.

Keyword: Relationship Between Self-Management And Student Self-Confidence.

Abstrak

Untuk meningkatkan hubungan belajar siswa diharapkan untuk melaksanakan model belajar yang baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) hubungan pengelolaan diri dengan kepercayaan diri siswa kelas X SMAN 8 Denpasar Tahun Pelajaran 2025/2026. penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. sample penelitian ini berjumlah 83 siswa yang dipilih dari populasi 452 siswa menggunakan rumus slovin. Data dikumpulkan melalui angket skala Likert yang telah memenuhi uji validitas dan reliabilitas, kemudian dianalisis menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan SPSS. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara pengelolaan diri dan kepercayaan diri siswa dengan koefisien korelasi sebesar $r = 0,994$ dan nilai signifikansi $0,000$ ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa semakin baik pengelolaan diri siswa, semakin tinggi tingkat kepercayaan dirinya.

Article History

Received: Juli 2026

Reviewed: Juli 2026

Published: Juli 2026

Plagirism Checker No 77

Copyright : Author

Publish by : Liberosis



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

Hasil penelitian diharapkan menjadi acuan bagi guru Bimbingan dan Konseling dalam mengembangkan layanan yang mendukung peningkatan pengelolaan diri dan kepercayaan diri siswa.

Kata kunci: Hubungan Pengelolaan Diri Dengan Kepercayaan Diri Siswa.

1. Pendahuluan

Pendahuluan: Individu yang mampu mengelola diri dengan baik ditandai dengan kemampuannya dalam merencanakan dan mengendalikan perilaku serta emosi secara efektif, sehingga memiliki keyakinan yang lebih positif terhadap kemampuan dirinya. Sebaliknya, rendahnya pengelolaan diri dapat menyebabkan siswa kesulitan mengendalikan emosi, mudah merasa ragu, dan kurang percaya pada kemampuan yang dimilikinya. Kondisi ini berpotensi menghambat perkembangan kepercayaan diri, terutama pada masa remaja yang merupakan tahap penting dalam pembentukan identitas diri. Oleh karena itu, pengelolaan diri dipandang sebagai faktor internal yang memiliki keterkaitan dengan kepercayaan diri siswa.

selain pengelolaan diri Salah satu Hal Penting Pada masa ini Adalah Kepercayaan Diri (*self Confidence*) atau kepercayaan diri merupakan sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya. Kepercayaan diri yang baik diperlukan agar individu mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, berani mengambil keputusan, serta mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa pengelolaan diri memiliki keterkaitan yang erat dengan kepercayaan diri siswa. Oleh karena itu, diperlukan kajian ilmiah untuk mengetahui sejauh mana hubungan antara pengelolaan diri dengan kepercayaan diri siswa sebagai dasar.

Mengingat karakteristik siswa dan lingkungan pendidikan di setiap sekolah memiliki kekhasan, penelitian mengenai hubungan pengelolaan diri dengan kepercayaan diri siswa penting dilakukan untuk memperoleh gambaran yang objektif dan terukur. Berdasarkan uraian teoritis, hasil wawancara lapangan, serta temuan penelitian terdahulu, diduga terdapat hubungan antara pengelolaan diri dengan kepercayaan diri siswa.

Pernyataan diatas menunjukan bahwa adanya hubungan nyusunan layanan Bimbingan dan Konseling yang tepat.

2. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian: Adapun Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Untuk menganalisis hubungan antara pengelolaan diri dengan tingkat kepercayaan diri siswa kelas X di SMA Negeri 8 Denpasar, atau menguji apakah terdapat korelasi signifikan antara kemampuan mengelola diri dengan rasa percaya diri siswa.

3. Metode Penelitian

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara dua variabel, yaitu pengelolaan diri sebagai variabel bebas (X) dan kepercayaan diri siswa sebagai variabel terikat (Y). Pendekatan kuantitatif dipilih karena data penelitian berupa angka-angka yang dianalisis menggunakan teknik statistik untuk mengetahui tingkat hubungan antarvariabel.

Populasi Penelitian

Menurut Handayani (2020), "populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti". Populasi dalam penelitian ini adalah Siswa Kelas X SMAN 8 Denpasar tahun ajaran 2025/2026. Dapat kita ketahui bahwa jumlah populasi penelitian yang diambil oleh peneliti sebanyak 452 siswa.

Deskripsi Data Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 8 Denpasar yang berlokasi di Jalan Antasura No. 25, Peguyangan Kaja, Kecamatan Denpasar Utara. Penelitian dilaksanakan pada semester genap tahun ajaran 2025/2026, mulai dari proses perizinan pada bulan Maret 2026 hingga pengumpulan data yang diselesaikan pada April 2026. Populasi penelitian berjumlah 452 siswa kelas X, dengan sampel sebanyak 83 siswa yang berasal dari kelas X.1, X.2, dan X.3, dipilih menggunakan teknik random sampling.

Instrumen penelitian yang digunakan berupa dua kuesioner berskala Likert, yaitu kuesioner Pengelolaan Diri (Variabel X) dan kuesioner Kepercayaan Diri (Variabel Y). Sebelum digunakan dalam penelitian, kedua instrumen telah melalui uji validitas menggunakan korelasi Product Moment Pearson dan uji reliabilitas menggunakan Alpha Cronbach. Penyebaran kuesioner dilakukan secara langsung di kelas dengan pengawasan peneliti selama 35 menit per sesi.

4. Hasil Dan Pembahasan

Hasil dan Pembahasan: Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan adanya hubungan yang positif, signifikan, dan sangat kuat antara Pengelolaan Diri dengan Kepercayaan Diri siswa kelas X SMA Negeri 8 Denpasar tahun 2026, dengan nilai koefisien korelasi Pearson $r = 0,994$ ($\text{sig.} = 0,000 < 0,05$) dan kontribusi sebesar 98,80%. Temuan ini mengkonfirmasi H_a dan menolak H_o .

Hasil yang sangat kuat ini dapat dipahami melalui perspektif teori pengelolaan diri Zimmerman (2000), yang mendefinisikan pengelolaan diri sebagai kemampuan individu untuk mengatur, memantau, dan mengevaluasi pikiran, emosi, serta perilakunya secara mandiri dalam rangka mencapai tujuan. Zimmerman (2000) menjelaskan bahwa proses pengelolaan diri yang berhasil secara konsisten akan menghasilkan pengalaman keberhasilan (mastery experience) yang kemudian terakumulasi menjadi keyakinan positif terhadap kemampuan diri sendiri. Inilah mekanisme utama yang menghubungkan pengelolaan diri dengan kepercayaan diri secara sangat erat.

Temuan ini juga sejalan dengan teori efikasi diri Bandura (1997), yang menyatakan bahwa kepercayaan diri atau keyakinan terhadap kemampuan diri terbentuk terutama melalui pengalaman penguasaan (*mastery experience*). Siswa yang secara konsisten berhasil mengelola waktu belajarnya, mengendalikan emosinya saat menghadapi tekanan akademik, dan menyelesaikan tugas-tugasnya dengan tanggung jawab, akan membangun kepercayaan diri yang kuat karena mereka memiliki bukti nyata atas kompetensi diri mereka (Bandura, 1997).

Zhao et al. (2024) dalam tinjauan meta-analisisnya terhadap 42 studi menemukan bahwa pengelolaan diri memiliki korelasi positif yang kuat dengan efikasi diri dan kepercayaan diri akademik siswa, dengan rata-rata effect size sebesar $r = 0,61$. Meskipun nilai ini lebih rendah dari hasil penelitian ini, pola hubungan yang konsisten positif menunjukkan bahwa pengelolaan diri merupakan prediktor yang robust bagi kepercayaan diri di berbagai konteks budaya dan jenjang pendidikan.

Putri dan Hidayat (2021) memandang pengelolaan diri sebagai bagian dari regulasi diri yang berfungsi mengarahkan perilaku individu menuju tujuan yang diharapkan. Mereka menemukan bahwa siswa yang mampu mengelola dirinya dengan baik memiliki persepsi positif terhadap kemampuan diri sendiri, yang pada gilirannya meningkatkan kepercayaan diri dalam situasi akademik maupun sosial. Lauster (2012) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan seseorang terhadap kemampuannya sendiri sehingga mampu bertindak tanpa rasa cemas yang berlebihan, bertanggung jawab atas tindakannya, serta mampu berinteraksi dengan lingkungan secara positif. Definisi ini memperlihatkan irisan konseptual yang sangat besar antara pengelolaan diri dan kepercayaan diri, yang dapat menjelaskan mengapa korelasi antara keduanya dalam penelitian ini sangat tinggi.

Dari perspektif Bimbingan dan Konseling, temuan ini memiliki implikasi praktis yang penting. Guru BK perlu merancang program layanan yang secara khusus menargetkan pengembangan kemampuan pengelolaan diri siswa sebagai jalur strategis untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka. Layanan bimbingan kelompok berbasis teknik self-management, seperti penetapan tujuan (*goal setting*), pemantauan diri (*self-monitoring*), dan penguatan diri (*self-reinforcement*), terbukti efektif dalam membantu siswa mengembangkan pengelolaan diri yang pada akhirnya memperkuat kepercayaan diri mereka (Komalasari & Wahyuni, 2016). Prayitno (2014) menegaskan bahwa layanan BK yang efektif harus mampu memfasilitasi siswa dalam mengembangkan potensi diri secara optimal, dan pengembangan pengelolaan diri merupakan salah satu pilar utama dalam tujuan tersebut.

Secara keseluruhan, nilai kontribusi yang sangat tinggi (98,80%) menunjukkan bahwa pada populasi siswa kelas X SMA Negeri 8 Denpasar, pengelolaan diri merupakan prediktor yang sangat dominan dalam membentuk kepercayaan diri. Kondisi ini mengindikasikan bahwa program intervensi yang berfokus pada penguatan pengelolaan diri siswa akan memberikan dampak yang sangat signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri mereka secara komprehensif.

5. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan:

1. Tingkat pengelolaan diri siswa kelas X SMA Negeri 8 Denpasar berada pada kategori tinggi (43,37%) dengan nilai rata-rata 105,37. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa

telah mampu mengelola waktu belajar, mengendalikan emosi, menetapkan tujuan, dan bertanggung jawab terhadap kewajiban akademiknya.

2. Tingkat kepercayaan diri siswa kelas X SMA Negeri 8 Denpasar berada pada kategori tinggi (43,37%) dengan nilai rata-rata 105,71, yang mengindikasikan bahwa sebagian besar siswa memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, keberanian dalam mengemukakan pendapat, dan sikap positif dalam berinteraksi di lingkungan sekolah.
3. Terdapat hubungan yang positif, signifikan, dan sangat kuat antara Pengelolaan Diri dengan Kepercayaan Diri siswa kelas X SMA Negeri 8 Denpasar tahun 2026, dibuktikan dengan nilai $r = 0,994$, $\text{sig.} = 0,000$ ($< 0,05$), dan kontribusi sebesar 98,80%. Artinya, semakin baik kemampuan pengelolaan diri siswa, maka semakin

Saran :

1. Bagi Siswa

Siswa diharapkan untuk terus meningkatkan kemampuan pengelolaan diri dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam hal manajemen waktu belajar, pengendalian emosi, dan penetapan tujuan akademik yang jelas. Dengan pengelolaan diri yang semakin baik, kepercayaan diri siswa akan tumbuh secara alami sebagai hasil dari konsistensi dan pengalaman keberhasilan yang terakumulasi. Siswa juga dianjurkan untuk aktif memanfaatkan layanan bimbingan yang disediakan guru BK untuk memperoleh strategi pengelolaan diri yang lebih efektif.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru BK diharapkan dapat merancang program layanan yang secara khusus berfokus pada pengembangan kemampuan pengelolaan diri siswa sebagai strategi utama meningkatkan kepercayaan diri. Program yang direkomendasikan antara lain layanan bimbingan kelompok berbasis teknik self-management (goal setting, self-monitoring, self-reinforcement), layanan klasikal tentang manajemen waktu dan pengendalian emosi, serta konseling individual bagi siswa yang berada pada kategori rendah dalam pengelolaan diri dan kepercayaan diri. Guru BK juga perlu melakukan asesmen berkala untuk mengidentifikasi perkembangan kedua aspek tersebut pada siswa.

3. Bagi Sekolah

Pihak sekolah diharapkan dapat mendukung pelaksanaan program pengembangan pengelolaan diri dan kepercayaan diri melalui ketersediaan fasilitas, waktu jam BK yang memadai, serta program sekolah yang mendorong siswa untuk mengembangkan kemandirian dan tanggung jawab, seperti program kepemimpinan siswa, kegiatan ekstrakurikuler terstruktur, dan program penguatan karakter yang terintegrasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji variabel lain yang turut berkontribusi terhadap kepercayaan diri siswa, seperti konsep diri, dukungan sosial teman sebaya, efikasi diri, pola asuh orang tua, dan kecerdasan emosional. Selain itu, penggunaan desain eksperimental dengan kelompok kontrol atau desain longitudinal akan memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai hubungan kausal antara pengelolaan diri dan

kepercayaan diri. Peneliti selanjutnya juga diharapkan menggunakan sampel yang lebih besar dan beragam dari beberapa sekolah agar hasil dapat digeneralisasi lebih luas.

Daftar Referensi

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik* (Edisi revisi). Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2023). *Prosedur penelitian: Suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astriyani. (2010). *Pengelolaan diri dalam pengembangan kepribadian*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Bactiar. (2020). *Psikologi kepribadian*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman and Company. <https://doi.org/10.1891/0889-8391.13.2.158>
- Bandura, A. (2019). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W. H. Freeman.
- Boekaerts, P. R. Pintrich, & M. Zeidner (Eds.), *Handbook of self-regulation* (pp. 13-39). Academic Press. <https://doi.org/10.1016/B978-012109890-2/50031-7>
- Dantes, N. (2012). *Metode penelitian*. Undiksha Press.
- Djemari, M. (2013). *Pengukuran, penilaian, dan evaluasi pendidikan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Erikson, E. H. (2020). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fatimah, E. (2010). *Psikologi perkembangan: Perkembangan peserta didik*. Pustaka Setia.
- Fauziah, N., Rahmawati, A., & Putri, D. A. (2022). Perkembangan emosi remaja awal dalam konteks pendidikan. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 11(2), 85-95.
- Ghozali, I. (2021). *Aplikasi analisis multivariate dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.
- Gie, T. L. (2020). *Cara belajar yang efisien*. Yogyakarta: Liberty.
- Hakim, T. (2002). *Mengatasi rasa tidak percaya diri*. Purwa Swara.
- Hakim, T. (dalam Wasilatussalam et al.). (2023). Konsep kepercayaan diri dalam