



Info Artikel:

Diterima: 02/02/2017

Direvisi: 22/04/2015

Dipublikasikan: 30/07/2017

Dipublikasikan oleh :
Indonesian Institute for Counseling, Education and Therapy (IICET)

Akses Online :
<http://jurnal.iicet.org/index.php/jrti>

MENUMBUHKAN KEPERCAYAAN DIRI SISWA

Zulfriadi Tanjung¹, & Sinta Huri Amelia²

Abstrak

Peserta didik dalam arti sempit disebut sebagai pelajar. Dikatakan pelajar sebab mereka mengikuti pembelajaran dalam konteks pendidikan formal, yakni pendidikan di sekolah. Melalui pendidikan formal inilah pelajar diajarkan berbagai macam ilmu pengetahuan, seperti Ilmu Pengetahuan Alam, Sosial, Agama, Pendidikan Kewarganegaraan, dan masih banyak lagi. Diharapkan, selama mengikuti kegiatan pembelajaran, siswa mampu mengembangkan dirinya baik secara sosial, emosi, intelektual, bahasa, moral dan kepribadian ke arah positif yang diinginkan semua orang. Hal ini berbanding terbalik dengan realita saat ini masih adanya siswa yang memiliki kepribadian pemalu atau tidak berani menyampaikan pendapatnya didepan umum. karena takut pendapatnya tidak diterima atau dicemoohkan oleh orang lain.

Keyword: Kepercayaan Diri, Siswa



This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. ©2017 by author

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berfungsi untuk mendorong siswa dalam meraih kesuksesan yang terbentuk melalui proses belajar siswa dalam interaksinya dengan lingkungan (Andayani & Afiatin, 1996; Fitri, Zola, & Ifdil, 2018; Ifdil, Denich, & Ilyas, 2017) Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Agustiani (2006: 138) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki seseorang mengenai dirinya yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang dia peroleh dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri juga berarti kumpulan keyakinan dan persepsi diri mengenai diri sendiri yang terorganisasi. Konsep diri merupakan pemahaman individu terhadap diri sendiri meliputi diri fisik, diri pribadi, diri keluarga, diri sosial, dan diri moral etik, emosional aspiratif, dan prestasi yang mereka capai.

Siswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan secara formal. Siswa merupakan penerus estafet bangsa seharusnya memiliki kepercayaan diri, Agar berani menyampaikan aspirasi dan keinginannya. Menurut John M. Ortiz (2002: 114) "Percaya diri adalah percaya akan kemampuan sendiri dan mampu mengandalkan diri sendiri". Senada dengan hal itu Jalaluddin Rahkmat (2000: 109) "Percaya diri yaitu kepercayaan kepada kemampuan sendiri". Didukung oleh

Das Salirawati (2012: 218) berpendapat “Percaya diri adalah sikap yakin akan kemampuan ‘Idiri sendiri untuk memenuhi setiap keinginan dan harapannya”. Diperkuat dengan pendapat Anita Lie (2004: 4). “Percaya diri adalah modal dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kebutuhan sendiri. Seseorang yang percaya diri akan merasa dirinya berharga dan mempunyai kemampuan menjalani kehidupan, mempertimbangkan berbagai pilihan dan membuat keputusan sendiri”. Pendapat ini didukung oleh Alfred Adler (dalam Peter Lauster, 2005: 14) yang menyatakan bahwa percaya diri merupakan kebutuhan manusia yang paling penting selain rasa superioritas.

Jadi dapat ditarik butir-butir penting bahwa percaya diri adalah percaya dan yakin akan kemampuan serta dapat mengandalkan diri sendiri.

Percaya Diri

(Patmonodewo, 2000) Percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk melakukan sesuatu atau menunjukkan penampilan tertentu (Inge Pudjiastuti A, 2010: 40). Senada dengan hal itu Rasa percaya diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan di dalam hidupnya (Thursan Hakim, 2005: 6). Definisi ini didukung dengan pendapat Peter Lauter (1997: 4)

Kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Lauster menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri memiliki ciri-ciri tidak mementingkan diri sendiri (toleransi), tidak membutuhkan dorongan orang lain, optimis dan gembira.

Berdasarkan uraian di atas, percaya diri adalah keyakinan pada diri sendiri baik itu tingkah laku, emosi, dan kerohanian yang bersumber dari hati nurani untuk mampu melakukan segala sesuatu sesuai dengan kemampuannya untuk memenuhi kebutuhan hidup agar hidup lebih bermakna.

Ciri-ciri Percaya Diri

Menurut Thursan Hakim (2005: 5) ciri-ciri orang yang percaya diri antara lain:

1. Selalu bersikap tenang di dalam mengerjakan segala sesuatu
2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
3. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi.
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi.
5. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan
6. Memiliki kecerdasan yang cukup
7. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya keterampilan berbahasa asing.
8. Memiliki kemampuan bersosialisasi.
9. Memiliki latar belakang pendidikan yang baik.
10. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan didalam menghadapi berbagai cobaan hidup.
11. Selalu bereaksi positif didalam menghadapi berbagai masalah, misalnya tetapp tegar, sabar, dan tabah menghadapi persoalan hidup.

Jenis-jenis Percaya Diri

Kepercayaan diri juga memiliki jenis-jenis, Angelis (2000: 58) menyatakan bahwa ada tiga jenis percaya diri yang perlu dikembangkan yaitu tingkah laku, emosi, dan kerohanian (spiritual).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa

Thursan Hakim (2005: 12) mengemukakan beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, yaitu:

1. Bentuk Fisik
Bentuk tubuh yang bagus dan propesional tentu akan membuat seseorang merasa lebih percaya diri karena terlihat baik oleh orang lain.
2. Bentuk wajah.
Daya tarik setiap orang tergantung pada banyak hal, salah satunya adalah wajah. Wajah yang rupawan atau good looking, membuat kepercayaan diri seseorang menjadi jauh lebih tinggi.
3. Status Ekonomi
Status ekonomi yang menengah atau lemah bisa mempengaruhi kepercayaan diri seseorang.
4. Pendidikan dan kemampuan
Pendapat Syaikh Akram Mishbah Ustman (2006: 23) "pendidikan yang baik akan memberikan kepercayaan diri pada seseorang"
5. Penyesuaian diri
Kemampuan seseorang yang kurang supel atau tidak fleksibel dalam bergaul berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang.
6. Kebiasaan gugup dan gagap
Kebiasaan gugup dan gagap yang dipupuk sejak kecil akan membuat seseorang menjadi tidak percaya diri.
7. Keluarga
Anak yang kurang merasa terbuang dan tersingkir dari keluarga, akan merasa kurang percaya diri.

Mengembangkan Kepercayaan Diri Siswa

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu (Jahja, 2011). Menurut Lindenfield (1997: 14-15) ada beberapa hal yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kepercayaan diri adalah sebagai berikut:

1. Cinta
Individu perlu dicintai tanpa syarat. Untuk perkembangan harga diri yang sehat dan langgeng, mereka harus merasa bahwa dirinya dihargai karena keadaan yang sesungguhnya, bukan yang seharusnya atau seperti yang diinginkan orang lain.
2. Rasa aman
Bila individu merasa aman, mereka akan mencoba mengembangkan kemampuannya dengan menjawab tantangan serta berani mengambil resiko yang menarik.
3. Model peran
Mengajar lewat contoh adalah cara yang paling efektif agar anak mengembangkan sikap dan keterampilan sosial untuk percaya diri. Dalam hal ini peran orang lain sangat dibutuhkan untuk dijadikan contoh bagi individu untuk dapat mengembangkan rasa percaya.
4. Aku berpengetahuan luas
Setiap orang pasti memiliki kelebihan atau keunggulan. Untuk perlu menemukan kelebihan atau keunggulan pada diri kita dan kemudian mengembangkan dengan sungguh-sungguh. Jika berhasil akan meningkatkan kepercayaan diri.

5. Hubungan

Untuk mengembangkan rasa percaya diri terhadap segala hal individu perlu jelas mengalami dan bereksperimen dengan beraneka hubungan diri yang dekat dan akrab di rumah ataupun teman sebaya

6. Kesehatan

Untuk bisa menggunakan sebaik-baiknya kekuatan dan bakat membutuhkan energi yang cukup . Mempunyai kesehatan jasmani dan rohani yang baik . Dalam masyarakat bisa dipastikan bahwa individu yang tampak sehat biasanya mendapatkan lebih banyak pujian, perhatian, dorongan moral dan bahkan kesempatan

7. Sumber daya

Sumber daya memberikan dorongan yang kuat karena dengan perkembangan kemampuan anak memungkinkan mereka memakai kekuatan tersebut untuk menutupi kelemahan yang mereka miliki

8. Dukungan

Individu membutuhkan dorongan dan pembinaan bagaimana menggunakan sumber daya yang mereka miliki. Dukungan juga merupakan faktor utama dalam membantu individu sembuh dari pukulan rasa percaya diri yang disebabkan karena oleh trauma, luka dan kekecewaan .

9. Upah dan hadiah

Upah dan hadiah juga merupakan proses mengembangkan rasa percaya diri agar menyenangkan dari usaha yang telah dilakukan .

SIMPULAN DAN SARAN

Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup dan berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu dengan baik. Dengan kepercayaan diri yang baik seseorang akan dapat mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya

Kepercayaan diri sangat penting dalam menjalani kehidupan maka dari itu individu perlu untuk meningkatkan kepercayaan dirinya agar bisa menjalani kehidupan yang sukses.

DAFTAR RUJUKAN

- Agustiani, H. 2006. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Refika Aditama.
- Andayani, B., & Afiatin, T. (1996). Konsep Diri, Harga Diri, dan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Psikologi*, 23(1996).
- Angelis, B.D . 2000. *Percaya diri sumber sukses dan kemandirian*. Jakarta: Gramedia.
- Anita Lie. 2004. *101 Cara Menumbuhkan Percaya Diri Anak (Usia Balita Sampai Remaja)*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Das Salirawati. 2012. Percaya Diri, Keingintahuan, dan Berjiwa Wirausaha: Tiga Karakter Penting Bagi Peserta Didik. *Jurnal Pendidikan Karakter*, (Nomor II tahun 2). Hlm 218-219.
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPi (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1), 1-5.
- Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*, 2(3), 107-113.
- Inge Pudjiastuti A. 2010. Memperkuat Kepercayaan Diri Anak melalui Percakapan Referensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*. No.15. Hlm. 37-49.
- Jahja, Y. (2011). *Psikologi perkembangan*. Kencana.
- Jalaluddin Rakhmat. 2000. *Psikologi Komunikasi*. reved. Bandung : Remaja Rosdakarya.
- John M. Ortiz. 2002. *Menumbuhkan anak-anak yang bahagia cerdas dan percaya diri degan musik*. Jakarta: Gramedia.
- Lidenfield, G. 1997. *Mendidik anak agar percaya diri*. Terjemahan oleh Ediati Kamil.1997.jepara:silas press.
- Patmonodewo, S. (2000). *Pendidikan anak prasekolah*. Rineka Cipta bekerjasama dengan Departemen Pendidikan & Kebudayaan.
- Peter Lauster. 1997. *Test Kepribadian (terjemahan Cecilia, G. Sumekto)*. Yogyakarta. Kanisius

Peter Lauster. 2005. *Tes Kepribadian*. (Alih bahasa: D.H. Gulo). Jakarta: Bumi Aksara.
Thursan Hakim. 2005. *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara.