

KEPERCAYAAN DIRI DI MASA PERKEMBANGAN SISWA REMAJA SMPIT AL-GHOZALI

Bhennita Sukmawati

Pendidikan Luar Biasa, Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan, UNIPAR

, bhennita.sw@gmail.com.

Abstrak

Masa remaja adalah salah satu tahapan perkembangan. Fase ini merupakan pergeseran dari tahap perkembangan sebelumnya, yaitu tahap anak-anak, ke tahap dewasa. Didalam perkembangannya remaja mengalami beberapa masalah kepercayaan diri, seperti gugup, pesimis, malu, takut salah, dan kurang bersosialisasi. Batasan pergaulan oleh orang tua dan olok-olok dari teman sebaya menyebabkan dekadensi kepercayaan diri ini. Sehingga untuk meningkatkan kepercayaan diri ini, orang tua dan teman sebaya harus saling bekerja sama dan mendukung diantara keduanya. Maksud dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana kepercayaan diri berkembang pada siswa SMPIT Al-Ghozali dimasa perkembangannya. Proses perkembangan kepercayaan diri para siswa ini, digambarkan dalam penelitian ini dengan metode kualitatif deskriptif. Dalam penelitian ini proses pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi, sedangkan proses analisis datanya menggunakan reduksi data. Peneliti menggunakan reduksi data untuk melakukan analisis terhadap hasil wawancara dan observasi guna menghasilkan pokok temuan, yang kedua data display; selanjutnya, mereka membuat gambaran yang jelas tentang data secara keseluruhan untuk membuat suatu kesimpulan, yang ketiga data conclusion drawing/verification, pada tahapan ini, seleksi data sudah dilakukan dan penarikan kesimpulan sudah dimulai, selanjutnya peneliti membuat suatu kesimpulan dari data yang telah mereka peroleh. Selanjutnya dengan menggunakan model analisis interaktif, maka peneliti dapat menarik suatu kesimpulan

Kata Kunci : kepercayaan diri, perkembangan, remaja

PENDAHULUAN

Anak sekolah yang berada diusia 12 – 18 tahun dikatakan usia yang menginjak remaja, hal ini disampaikan oleh Hurlock (1980) sedangkan menurut Papalia (2008) periode remaja itu berusia diantara umur 11 atau 12 sampai 19 atau awal 20 tahun. Masa ini merupakan tahapan dimana anak mengalami perubahan, yang awalnya anak – anak menuju fase dewasa awal. Hal ini selaras dengan Sarwono (2010), menyampaikan bahwa remaja merupakan bentuk tahapan perkembangan diantara masa sebelum dewasa dan anak-anak. Masa transisi ini merupakan peralihan dari siklus perkembangan sebelumnya menuju tahapan selanjutnya, dimana dalam

pengaplikasiannya apa yang telah terjadi pada fase sebelumnya akan meninggalkan kesan kejadian saat ini dan akan datang, sehingga ketika proses peralihan ini maka remaja harus meninggalkan sesuatu yang sifatnya kekanak-kanakan (Hurlock, 2008). Perubahan fisik dan psikis pada masa remaja inilah yang menjadi masa-masa yang sulit dalam proses perkembangannya.

Dalam konteks psikologi perkembangan didefinisikan sebagai proses yang terjadi secara terus-menerus atau *sustainable* dalam diri individu secara sistematis (Shaffer & Kipp, 2014). Perkembangan masa remaja ini menjadi sesuatu yang sangatlah penting karena mempengaruhi sikap dan perilaku serta

berdampak pada jangka panjang yaitu dampak psikologis. Ali dan Asrori (2005) menyampaikan bahwa Perkembangan yang terjadi pada remaja dimulai dari pertumbuhan fisik, perkembangan intelek, kreativitas, emosi, bakat khusus, hubungan sosial, kemandirian, bahasa, nilai, moral dan sikap (Ali & Asrori, 2005). Aspek perkembangan yang dialami remaja membuat dirinya beradaptasi dengan perubahan psikologis, karena perkembangan yang terjadi pada remaja mengarahkan pada proses kematangan yang akan terjadi pada setiap remaja (Sarwono, 2015).

Dalam proses kematangan, remaja menghadapi berbagai tantangan dan berusaha untuk melewatinya. Secara psikologis, jika remaja yang kurang yakin pada dirinya sendiri merasa bahwa sikap, perilaku, dan prestasinya tidak cukup untuk memenuhi peran perkembangan mereka, mereka akan mengalami rasa rendah diri, yang pada gilirannya akan mengarah pada tingkat kepercayaan diri yang rendah.

Definisi kepercayaan diri, menurut Bandura, adalah keyakinan individu untuk berperilaku dengan metode yang tepat untuk meraih hasil yang diharapkan. Pada kesempatan lainnya kepercayaan diri, menurut Lauster (dalam Mufidah, 2019), merupakan bentuk sikap/keyakinan atas kemampuan diri sendiri, tidak khawatir terhadap yang dilakukan, selalu merasa bebas untuk melakukan segala keinginan, konsekuen atas perbuatan yang dilakukan, serta dapat

mengidentifikasi kelebihan dan kekurangan dirinya. Hal ini seiring dengan pernyataan Kumara (dalam Ghufron, 2014) yang menyampaikan bahwa rasa percaya diri merupakan ciri kepribadian yang mencakup kepercayaan pada kemampuan diri sendiri.

Lautster (dalam Deni dan Ifdil, 2016) mengatakan bahwa individu yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi memiliki karakteristik sebagai berikut: 1. mandiri: seseorang memiliki kapasitas untuk mengarahkan serta mengendalikan pikiran dan tindakan dirinya serta tidak bergantung pada orang lain; 2. komitmen: seseorang mempunyai kapasitas untuk memegang janji dan menaatinya; dan 3. pemahaman diri: individu memahami dirinya secara objektif dengan melihat kelebihan dan kekurangan yang nampak pada dirinya; 4. penyesuaian diri: kemampuan untuk bersosialisasi dan bermasyarakat; 5. tegas dan berani berpendapat: sebagai individu yang memiliki keberanian dan ketegasan dalam berpendapat, termasuk juga kemampuan untuk mengungkapkan perasaan, keyakinan, dan berpikir secara terbuka, serta mempertahankan hak-hak individu.

Santrock (2003) menyebutkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, diantaranya adalah sebagai berikut: 1. Penampilan luar: beberapa peneliti menyatakan bahwa penampilan fisik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri anak muda (Adams et al., dalam

Santrock, 2003). Pada penelitian lainnya Harter menemukan bahwa penampilan luar seseorang secara konsisten berkorelasi signifikan dengan kepercayaan diri secara umum dan penerimaan sosial terhadap teman seusianya; 2. Konsep Diri : dalam penelitian lainnya menurut Harter (dalam Santrock, 2003) konsep diri juga terekspose adanya korelasi yang signifikan antara penampilan luar/fisik seseorang dengan harga diri secara umum, tidak hanya pada masa remaja saja namun berimplikasi sepanjang hidup, mulai dari masa awal anak-anak hingga usia pertengahan. Pada kesempatan lainnya, konsep diri yang dikorelasikan dengan ketertarikan fisik menjadi faktor terkuat untuk mengestimasi rasa percaya diri remaja secara keseluruhan, (Lord & Eccles dalam Santrock, 2003). 3. Hubungan dengan orang tua : pada penelitian yang lebih luas lagi, diperoleh korelasi antara orang tua dan anak dengan rasa percaya diri, dimana subyek diberikan instrument percaya diri yang fungsinya untuk mengukur tingkat signifikansinya kemudian instrument tersebut diaplikasikan kepada anak laki-laki, dan kemudian anak laki-laki tersebut beserta ibunya diinterview mengenai hubungan keluarga mereka (Coopersmith dalam Santrock, 2003, 338). Berdasarkan pengukuran tersebut, diperoleh beberapa atribut dari orang tua yang berkorelasi dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dari anak laki-laki, di antaranya : a. Keharmonisan keluarga ; b. Solusi atas

segala permasalahan anak; c. Ekspresi rasa kasih sayang; d. Orang tua hadir saat anak membutuhkan pertolongan; e. mematuhi kesepakatan diantara orang tua dan anak; f. menetapkan kesepakatan yang jelas, obyektif dan adil; g. berpartisipasi aktif bersama keluarga; h. memberikan ruang kreatifitas anak sesuai dengan batas-batas yang telah ditentukan. Dalam kesempatan yang lain Santrock (2003, hlm. 338) menyatakan bahwa ungkapan kasih sayang dan memberi ruang kebebasan kepada anak dengan batasan yang telah ditetapkan menjadi salah satu faktor penting untuk meningkatkan rasa percaya diri remaja. Namun pada penelitian yang lainnya ternyata factor tersebut diatas bukan menjadi penyebab timbulnya kepercayaan diri pada remaja melainkan berkorelasi dengan rasa percaya diri, 4. hubungan teman sebaya; remaja lebih memperhatikan penilaian dari teman sebayanya daripada penilaian dari orang yang lebih tua/muda, hal ini dibuktikan berdasarkan hasil penelitian Santrock (2003, hlm. 338) menunjukkan bahwa dukungan dari teman sebaya lebih berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri remaja daripada dukungan dari orang tua meskipun orang tua menjadi factor penting juga dalam proses perkembangan remaja ini. Santrock (2003) dalam penelitian lainnya menyatakan bahwa terdapat dua macam dukungan teman sebaya yang perlu diteliti, diantaranya : a. dukungan kawan sekelas; b. dukungan sahabat karib, hasil penelitian

menunjukkan bahwa dukungan kawan sekelas lebih berpengaruh untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang remaja daripada dukungan dari sahabat karib. Sahabat karib bukan menjadi faktor yang signifikan untuk meningkatkan kepercayaan diri seorang remaja, dikarenakan sahabat karib dianggap penilaiannya kurang obyektif lebih banyak mengarah ke subyektifitasnya. Maka dari itu penilaian dan apresiasi dari teman sekelas masih dianggap menjadi faktor penting untuk meningkatkan rasa kepercayaan diri remaja (Santrock, 2003).

Kepercayaan diri mempunyai hubungan dengan fase perkembangan remaja ini, dimana ketika remaja memiliki kepercayaan diri yang baik dan tinggi, hal tersebut mampu mengoptimalkan aspek-aspek perkembangan lainnya terutama dalam aktualisasi diri seorang remaja di lingkungannya. Hasil wawancara yang dilakukan kepada siswa SMPIT Al-Ghozali bahwa ketika menyampaikan pendapat takut salah, ada pikiran akan ditertawakan oleh teman sebaya dan mengambil amannya saja. Merasa gugup, bingung jika guru meminta kedepan kelas sehingga tidak berani maju kedepan kelas. Sedangkan hasil observasi terlihat siswa lebih banyak diam didalam kelas, tidak mengajukan pertanyaan, jika ditanyakan oleh guru hanya diam saja dengan memberikan senyuman. Hasil wawancara dengan guru wali kelas bahwa ketika pembelajaran, diskusi kelompok pasif,

tidak mengungkapkan pendapatnya karena malu.

Hasil wawancara dan observasi menunjukkan ada terdapat ciri – ciri perilaku kurang percaya diri pada siswa Al-Ghozali. Siswa ini seorang remaja yang tentunya mengalami banyak kesulitan sehingga membutuhkan penjabaran lebih dalam penyebab siswa mengalami kepercayaan diri yang rendah dimasa remajanya. Adapun tujuan penelitian ini adalah memahami bagaimana kepercayaan diri dimasa perkembangan remaja pada siswa Al-Ghozali

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, dimana data yang dikumpulkan, berupa kata-kata dan bukan angka angka (Moleong, 2018). Metode deskriptif ini bertujuan untuk mendeskripsikan suatu gejala sosial yang terjadi di masyarakat, dalam implementasinya metode ini berfungsi untuk memperoleh informasi yang lebih komprehensif, sehingga dengan banyaknya informasi yang didapatkan dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan sejenis. Selain itu dengan metode ini akan diperoleh kajian yang holistic dan mendalam terhadap fenomena yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari (Sarwono, 2006). Selanjutnya Arikunto (2002), berpendapat bahwa cara yang digunakan oleh peneliti untuk mendapatkan data melalui observasi dan interview. Observasi merupakan suatu kegiatan pengamatan yang

dilakukan oleh peneliti untuk mendapatkan data yang tepat, akurat dan reliabel. Sedangkan interview ialah suatu bentuk metode pengumpulan data yang bersumber dari pernyataan informan yang berisi paparan-paparan mendalam yang berkaitan dengan hal-hal penting agar data yang diperoleh terjamin validitasnya (Sugiyono, 2018). Teknik interview ini digunakan untuk mengungkapkan data secara komprehensif dan mendalam tentang permasalahan dalam hal kepercayaan diri di masa perkembangan siswa remaja SMPIT Al-Ghozali Jember.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa SMPIT Al-Ghozali kelas VIII sejumlah dua yang memiliki perilaku kepercayaan diri rendah. Penelitian ini dilaksanakan di sekolah SMPIT Al-Ghozali Jember.

Penelitian ini menggunakan teknik analisis data data *reduction*, data *display*, dan data *conclusion drawing/verification*. Pada tahapan reduksi data ini, peneliti mereduksi segala informasi yang telah diperoleh pada tahapan sebelumnya selanjutnya peneliti mengklasifikasikan untuk dikelompokkan menjadi berbagai kategori yang ditetapkan sebagai fokus penelitian dengan cara memilih data yang penting, menarik, kekinian dan berguna. Data *display*, peneliti membuat deskripsi singkat terhadap obyek penelitian secara jelas dan menyeluruh, serta disajikan dengan baik dan jelas agar data tersebut mudah dipahami. Data *conclusion drawing/verification*, pada tahapan ini peneliti melakukan seleksi data dan

menarik suatu kesimpulan untuk masing-masing data, kemudian peneliti melakukan analisis interaktif untuk menarik suatu kesimpulan berdasarkan data yang akurat dan valid tersebut (Subandi, 2011).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Remaja sebagai periode yang sangat penting karena tahapan ini merupakan periode transisi ke masa dewasa. Dalam prosesnya, tidak sedikit remaja yang dalam masa transisinya mampu melewati dengan lancar dan tersolusikan namun ada masa mengalami masalah dan kesulitan. Penyebab kesulitan ini salah satunya adalah kurangnya dukungan sosial dan keberfungsian sosial untuk mengoptimalkan perkembangan diri remaja (Riyanti dan Dafis, 2020). Kepercayaan diri ini terbentuk secara bertahap kemudian menjadi sebuah proses. Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 2(dua) siswa kelas VIII SMP Al-Ghozali Jember, menunjukkan subjek dengan inisial A merupakan anak yang jarang bersosialisasi dengan orang lain hal ini disebabkan orang tua yang jarang memberikan kesempatan untuk berbaur dalam masyarakat sehingga ketika berada dilingkungan dengan orang yang banyak subjek A merasa diri ragu, gugup untuk bersosialisasi. Dalam hal ini subjek A mengalami kesulitan dalam bersikap karena kurangnya latihan berinteraksi dengan orang lain sehingga sikap yang ditunjukkan gugup dan ragu. Hal ini sejalan dengan Sarwono (2013) yang mana masalah remaja disebabkan

adanya konflik peran sosial dimana harusnya mandiri namun harus mengikuti kemauan orang tua. Santrock (2023) menyampaikan faktor yang menyebabkan kepercayaan diri anak meningkat adalah hubungan dengan orang tua, dimana orang tua memberikan kebebasan dengan batas yang telah ditentukan serta peraturan yang jelas dan adil. Namun subjek A mengikuti peraturan orang tuanya yang ketat akibatnya subjek menjadi anak yang kurang berpengalaman dalam berinteraksi dengan orang lain sehingga merasa kurang percaya diri. Selain itu subjek A menjadi tidak percaya diri karena yang ada dalam pikirannya jika menjawab pertanyaan guru atau bertanya takut salah, hal ini dikarenakan subjek A cenderung pesimis dan menilai diri negative serta merasa takut gagal, sehingga dia sering menghindari sebuah resiko terhadap masalah yang dihadapi (Fatimah, 2010)

Subjek kedua berinisial subjek B dimana didalam sekolah merasa malu karena pernah diolok – olok ketika menyampaikan pendapatnya, sehingga subyek akhirnya tidak mencoba untuk mengutarakan pendapatnya kembali. Dalam perkembangannya, subjek memandang dirinya merupakan akibat dari adanya pikiran-pikiran negatif (distorsi kognitif) yang berdampak pada perilaku remaja. Burns menyampaikan bahwa reaksi emosional tidak menyenangkan yang dialami individu dapat digunakan sebagai tanda bahwa apa yang dipikirkan mengenai dirinya sendiri, mungkin tidak rasional, kemudian individu tersebut belajar

membangun pikiran yang objektif dan rasional terhadap peristiwa yang dialami (Riyanti dan darwis, 2020). Bagi remaja pengaruh teman sangat kuat dampaknya karena kebersamaan mereka sangat lama berharap mendapatkan pengalaman positif dan berharap menemukan teman yang menyukainya namun ketika mendapatkan pengalaman yang tidak menyenangkan maka subjek menemukan hubungan negative yang mempengaruhi kepada kepercayaan diri subjek B karena merasa tidak mendapatkan dukungan dari teman sebangkunya. Hal ini didukung oleh santrock (2003) bahwa dukungan teman sekelas lebih penting karena sebagai penguat, pemberi dukungan yang dapat meningkatkan rasa percaya diri. Namun pada kenyataannya subjek tidak memiliki dukungan tapi mendapatkan olok dari teman temannya yang akhirnya subjek B tidak berkembang. Pada masa remaja ini ananda membutuhkan teman yang menyukainya dan memiliki sifat dengannya untuk menentukan sikap yang akan dipilih dalam lingkungannya (Sarwono,2013).

Seperti yang telah dijabarkan pada penjelasan di atas, kepercayaan diri dalam perkembangan anak remaja terbentuk secara bertahap membentuk sebuah proses. Dalam prosesnya, untuk meningkatkan kepercayaan diri dibutuhkan peran orang tua dan teman sebaya. Karena peran orang tua dan teman sebaya membantu proses untuk menghadapi kesulitan dimasa perkembangan remaja. Sullivan (dalam

Rahmat, 2000) menyatakan bahwa jika seseorang diterima, dihormati dan disenangi oleh orang lain dikarenakan kondisi dirinya maka ia cenderung menghormati dan menerima dirinya, sebaliknya jika ia merasa ditolak dan disalahkan oleh orang lain dikarenakan keadaan dirinya, maka ia akan cenderung tidak menyenangi dirinya sendiri. Keyakinan akan kemampuannya akan meningkatkan dan mengembangkan dirinya untuk lebih percaya diri.

PENUTUP

Simpulan

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak- anak menuju dewasa awal. Dalam masa peralihan ini anak remaja mengalami kesulitan disaat disekolah merasakan malu, takut salah menyampaikan, pesimis, merasa diri tidak mampu dan kurang bisa bersosialisasi hal ini merupakan tanda dari kurang percaya diri. Akibat kurangnya dukungan social dari orang tua dan teman. Sehingga dibutuhkan pendampingan dan bantuan dalam masa transisi ini bagi remaja.

Saran

Peneliti memberikan saran bahwa mempelajari dan memperhatikan perkembangan anak remaja merupakan hal penting, dengan mengedukasi diri tentang perkembangan anak, orang tua dan guru dapat mengetahui apa yang harus dilakukan jika terjadi krisis /permasalahan kepercayaan diri dalam perkembangan seorang remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali &Asrori. (2005). Psikologi remaja. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Deni dan Ifdil. (2016). Konsep percaya diri putri. Jurnal educatio. <https://jurnal.iicet.org/index.php/j-edu/article/view/72>.Vol (2) No (2) diunduh tgl 10 Juli 2023
- Fatimah, E. (2010). Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik). Bandung: Pustaka setia.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. Psikologi Perkembangan.Jakarta:Erlangga
- Lauster, P. (2012). Tes Kepribadian. Terjemahan D. H. Gulo. Jakarta: Bumi Aksara.
- Mufidah. (2019). Bab II Tinjauan Pustaka kepercayaan diri. <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/15076/05.2%20BAB%20converted.pdf?sequence=6&isAllowed=y> Diunduh 5 Juli 2023 jam 20.12
- Rahmat, Jalaludin . (2000). Psikologi Komunikasi. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Riyanti dan Darwis (2020). Meningkatkan kepercayaan diri remaja dengan metode Cognitive Restructuring. Jurnal pengabdian dan penelitian kepada masyarakat (JPPM). <https://jurnal.unpad.ac.id/jppm/article/download/31857/pdf>

Vol 1 No 1 diunduh tgl 10
Juli 2023

Sarwono, S. (2011). Psikologi Remaja.
Jakarta: PT.Raja Grafindo
Persada

Santrock, Jhon, W. (2003).
Adolescence: Perkembangan
Remaja. Terjemahan oleh
Shinto B. Adelar dan Sherly
Siragih. Jakarta: Erlangga

