



Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Dan Perkembangannya Pada Remaja

Muhammad Riswan Rais

Guru MAN 1 Medan Sumatera Utara, Jl. Williem Iskandar No.7 B, Sidorejo, Kec. Medan Tembung, Kota Medan, Sumatera Utara 20222, email: riswanrais@man1medan.sch.id

Info Artikel

Histori:

Submit :24 Juni '22
Revisi :28 Juni '22
Diterima : 30 Juni '22

Kata Kunci:

Self Confidence,
Perkembangan
remaja.

Abstrak

Self Confidence atau kepercayaan diri merupakan sikap positif seorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya. Idealnya kepercayaan diri yang dimiliki individu haruslah berada pada kategori sangat tinggi. Hal ini dimaksudkan agar mampu mengembangkan aspek – aspek yang ada dalam dirinya, dibutuhkan kepercayaan diri yang tinggi pada individu tersebut. Dan masa remaja dibagi menjadi dua, yaitu masa remaja awal dimulai sekitar usia 11 sampai 12 tahun dan berakhir pada sekitar usia 16 sampai 17 tahun dan remaja akhir sekitar 16 hingga 17 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 tahun. Individu akan mencapai masa transisi pada masa remaja akhir dan lebih mendekati pada masa kedewasaan. Oleh sebab itu masa remaja merupakan masa yang penting dari rentang kehidupan seseorang, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia rentan bermasalah, dan masa dimana individu mencari identitas diri, atau usia yang sangat menentukan, dan masa ambang menuju kedewasaan.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu masa yang dilewati dalam setiap perkembangan individu. Santrock menyatakan bahwa pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan-perubahan dalam diri individu, seperti perubahan fisik, biologis, sosio-emosional, dan kognitif. Selanjutnya Santrock membedakan masa remaja menjadi periode awal dan periode akhir. Masa remaja awal (*early adolescence*) kurang lebih berlangsung di masa sekolah menengah pertama sampai sekolah menengah akhir dan perubahan pubertas terbesar terjadi pada masa ini. Masa remaja akhir (*late adolescence*) kurang lebih terjadi pada pertengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan. Di masa remaja akhir minat karir, pacaran, dan eksplorasi identitas sering kali lebih menonjol dibandingkan di masa remaja awal. Selain itu, Santrock

juga menjelaskan masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 hingga 22 tahun. Individu yang tergolong remaja akhir cenderung berada dalam keadaan labil dan emosional karena mengalami banyak perubahan-perubahan yang berlangsung cepat (Deni, 2016). Sedangkan menurut Hurlock masa perkembangan remaja adalah periode dalam perkembangan individu yang merupakan masa mencapai kematangan mental, emosional, sosial, fisik dan pola peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa (Fitri, Zola, & Ildil, 2018).

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja (Walgito, 2000). Spencer mengemukakan bahwa *self confidence* atau kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*). Sedangkan Surya menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak bagaimana seseorang bersikap dan bertindak laku. (Lutfia, 2013)

Berangkat dari penjelasan diatas maka dapat dipahami bahwa masa remaja merupakan masa peralihan untuk mencari jati diri peserta didik sehingga ia memiliki sikap yang mampu dalam menilai dirinya. dan masa remaja adalah masa dimana individu mempunyai karakteristik tersendiri yang tidak dapat di tentang. Dalam proses menemukan jati diri seorang remaja sangat mudah terpengaruh terhadap lingkungan sekitarnya yang dapat mengakibatkan rasa tidak percaya diri akan keyakinan yang dimilikinya.

Rasa tidak percaya diri sangat berpengaruh dalam kesuksesan kegiatan belajar, misalnya individu tidak berani mengemukakan pendapat, menjawab pertanyaan, dan lain sebagainya sehingga hasil belajarnya akan rendah. Remaja yang memiliki rasa percaya diri yang baik memiliki keyakinan dan selalu berusaha mengembangkan potensi diri secara maksimal, sebaliknya remaja yang memiliki kepercayaan diri yang kurang baik mereka tidak mampu mengembangkan bakat, minat, dan potensi yang ada didalam dirinya dan tidak mampu mengaktualisasikan diri dengan maksimal. (Komara, 2016)

Kepercayaan diri bagi seorang pelajar atau peserta didik menjadi sangat penting bagi kehidupannya yang juga akan mempengaruhi proses pergaulan dan proses belajarnya. Karena tidak semua peserta didik memiliki kepercayaan diri yang bagus, pasti ada peserta didik yang merasa dirinya tidak mempunyai

kepercayaan diri yang baik sehingga mereka merasa tidak percaya diri untuk mengajukan suatu pertanyaan apalagi untuk menyampaikan pendapat mengenai materi yang telah dipelajari dikelas, merasa minder, takut salah, dan takut tidak dihargai. Sebenarnya masalah-masalah itu yang selalu muncul pada peserta didik yang tidak mempunyai kepercayaan diri yang baik.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Deskriptif kualitatif di fokuskan untuk menjawab pertanyaan penelitian yang terkait dengan pertanyaan apa, siapa, dan bagaimana suatu peristiwa hingga pengalaman terjadi kemudian dikaji secara mendalam (Yuliani, 2018). Penelitian ini mendiskripsikan permasalahan berupa *self confidence* pada perkembangan remaja awal dan akhir.

PEMBAHASAN

KEPERCAYAAN DIRI (SELF CONFIDENCE)

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Individu akan termotivasi dan lebih mau menghargai dirinya jika individu tersebut memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya (Hakim, 2002). Sejalan dengan hal itu, Bandura mendefenisikan kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang bahwa dirinya mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan untuk memperoleh hasil seperti yang diharapkan (Purnamaningsih & Mada, 2003). Selanjutnya rasa percaya diri (*self confidence*) adalah keyakinan seseorang akan kemampuan yang dimiliki untuk menampilkan perilaku tertentu atau untuk mencapai target tertentu. Dengan kata lain, kepercayaan diri adalah bagaimana merasakan tentang diri sendiri, dan perilaku akan merefleksikan tanpa disadari. (Adywibowo, 2010). Sedangkan menurut Yulita Rintyastini dan Suzy Yulia Charlotte bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seorang individu agar merasa memiliki kompetensi, mampu, yakin dan

percaya bahwa dia bisa mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri ataupun terhadap lingkungan atau situasi dan kondisi yang dihadapinya (Mafirja & Fatimah, 2012). selanjutnya Lauster mengungkapkan ciri-ciri orang yang percaya diri yaitu: mandiri, tidak mementingkan diri sendiri, cukup toleran, ambisius, optimis, tidak pemalu, yakin dengan pendapat sendiri dan tidak berlebihan. Sementara itu Taylor mengatakan bahwa orang yang percaya diri memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri.(Purnamaningsih & Mada, 2003). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peranan penting bagi kehidupan manusia. Tidak dapat disangkal lagi bahwa untuk mencapai suatu pencapaian dalam hidup manusia membutuhkan kepercayaan diri. Banyak orang-orang yang hebat mampu menggapai kesuksesan dalam hidup karena mereka memiliki kepribadian yang disebut kepercayaan diri (*self Confidence*). Dan berdasarkan definisi yang telah disebutkan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimilikinya dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu ragu-ragu dan merasa minder dalam mengambil keputusan dan tidak terpengaruh oleh orang lain.

PERKEMBANGAN REMAJA

Hurlock membagi masa remaja menjadi dua, yaitu masa remaja awal dimulai sekitar usia 11 sampai 12 tahun dan berakhir pada sekitar usia 16 sampai 17 tahun dan remaja akhir sekitar 16 hingga 17 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 tahun. Masa remaja merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia bermasalah, masa dimana individu mencari identitas diri, usia menyeramkan (*dreaded*), masa *unrealism*, dan ambang menuju kedewasaan. Menurut Hall masa remaja merupakan masa “*sturm und drang*” (topan dan badai), masa penuh emosi dan adakalanya emosinya meledak-ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai. Emosi yang labil pada remaja ini adakalanya menyulitkan, baik bagi si remaja maupun bagi orangtua atau orang dewasa di sekitarnya. Namun emosi yang tidak stabil ini juga bermanfaat bagi remaja dalam upayanya menemukan identitas diri. Reaksi orang-orang di sekitarnya

akan menjadi pengalaman belajar bagi si remaja untuk menentukan tindakan apa yang kelak akan dilakukannya (Herlina, 2013).

Hurlock mengemukakan bahwa masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, karena masa transisi atau peralihan menyebabkan remaja sering mengalami masalah, oleh karena itu disebut dengan *problem age*. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah suatu peralihan dari masa kanak-kanak (remaja awal) menuju masa dewasa. Masa ini ditandai dengan perubahan pada aspek-aspek fisik, psikis dan sosial, yang berlangsung dari usia 12 tahun sampai 21 tahun. (Ramadhani, Putrianti, Psikologi, & Tamansiswa, 2014).

Remaja akhir adalah tahap masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan pencapaian beberapa hal. Diantaranya adalah minat yang makin mantap terhadap fungsi-fungsi intelek, ego yang mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang-orang lain dan dalam pengalaman-pengalaman baru, terbentuk identitas seksual yang tidak akan berubah lagi, Menurut fenomena yang terjadi, remaja mengalami perubahan yang cepat secara emosional, intelektual, dan yang paling nyata secara fisik. Perubahan fisik remaja terlihat sekali, bahkan jadi lebih tinggi dan berat dibandingkan sebelumnya. Remaja berangsur-angsur tumbuh menjadi orang dewasa dan berubah secara emosional, yang sebagian emosi berkaitan dengan perubahan fisik yang sedang terjadi. Perkembangan fisik merupakan suatu hal yang dianggap penting bagi remaja. Penampilan diri yang tidak sesuai dengan yang diinginkan biasanya menjadi hambatan dalam memperluas ruang gerak pergaulan, sehingga hal tersebut menjadi sumber kesulitan. (Ramadhani et al., 2014)

Menurut fenomena yang terjadi di atas remaja yang tangguh yang memiliki kepercayaan diri tentu akan memiliki kemajuan cara berpikir yaitu dengan melakukan evaluasi dan perbaikan terhadap berbagai kondisi penurunan yang terjadi sebelumnya baik dalam hal fisik, maupun penampilannya.

KEPERCAYAN DIRI (SELF CONFIDENCE) PADA REMAJA

Menurut Spencer bahwa *self confidence* atau kepercayaan diri merupakan model umum yang dimiliki para unggulan (*superior performers*). Sedangkan Surya menyatakan bahwa percaya diri ini menjadi bagian penting dari perkembangan kepribadian seseorang, sebagai penentu atau penggerak

bagaimana seseorang bersikap dan bertingkah laku. Selanjutnya menurut Marsudi sebagaimana individu pada umumnya, remaja juga memiliki kebutuhan yang menuntut untuk dipenuhi. Dalam proses pertumbuhan dan perkembangannya menuju kedewasaan, tidak semuanya dapat dicapai dengan mudah. Kegagalan dalam mengatasi ketidakpuasan dapat mengakibatkan turunnya harga diri, dan akibat lebih lanjut dapat menjadikan remaja bersikap keras., agresif atau sebaliknya akan bersikap tidak percaya diri, pendiam, atau harga diri kurang (istilah remaja sekarang kurang PD) (Lutfia, 2013).

Kepercayaan diri sendiri merupakan modal utama seseorang, khususnya remaja untuk mencapai kesuksesan. Lauster menjelaskan kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain. Untuk mengukur tingkat kepercayaan diri beberapa ahli mengemukakan aspek-aspek sebagai berikut: 1) keyakinan dan kemampuan diri, 2) optimis, 3) obyektif, 4) bertanggung jawab, 5) rasional dan realistis. Menurut Daradjat aspek-aspek kepercayaan diri yaitu, 1) rasa aman 2) ambisi normal, 3) mandiri, 4) toleransi. Menurut Hurlock menjelaskan faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu 1) pola asuh, 2) kematangan usia, 3) jenis kelamin, 4) penampilan fisik. Sedangkan menurut Ghufron dan Risnawita faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri yaitu 1) harga diri, 2) pengalaman, 3) pendidikan, 4) konsep diri. Menurut Lauster ciri-ciri remaja yang percaya diri yaitu 1) percaya pada kemampuan sendiri, 2) bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, 3) memiliki rasa positif terhadap diri sendiri, 4) berani mengungkapkan pendapat (Nurika & Asyanti, 2016).

Remaja yang memiliki sifat percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan teman-temannya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya remaja yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi remaja yang lain. Perbedaan tingkat percaya diri yang dimiliki individu tentu akan mempengaruhi perolehan prestasi belajar. Individu yang memiliki percaya diri yang tinggi akan memperoleh

pretasi yang baik karena selalu beranggapan positif dan percaya terhadap kemampuan diri sendiri. Begitupun sebaliknya, individu yang memiliki percaya diri yang rendah akan memiliki prestasi belajar yang kurang memuaskan karena selalu beranggapan negatif dan tidak percaya akan kemampuan dan potensi yang dimilikinya (Syam, 2017).

PENUTUP

Kepercayaan diri merupakan modal utama seseorang, khususnya bagi remaja untuk mencapai kesuksesannya. Dan masa remaja terbagi menjadi dua, yaitu masa remaja awal dimulai sekitar usia 11 sampai 12 tahun dan berakhir pada sekitar usia 16 sampai 17 tahun dan remaja akhir sekitar 16 hingga 17 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 tahun. Masa remaja merupakan suatu periode penting dari rentang kehidupan, suatu periode transisional, masa perubahan, masa usia bermasalah, masa dimana individu mencari identitas diri, usia menyeramkan, masa unrealism, dan ambang menuju kedewasaan. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa masa remaja adalah suatu peralihan dari masa kanak-kanak (remaja awal) menuju masa dewasa dan pada tahap peralihan ini yaitu masa penuh emosi, labil dan adakalanya emosinya meledak-ledak, yang muncul karena adanya pertentangan nilai-nilai. Sehingga menyebabkan individu pada periode remaja ini bisa kehilangan kepercayaan dirinya.

DAFTAR RUJUKAN

- Adywibowo, I. P. (2010). Memperkuat Kepercayaan Diri Anak melalui Percakapan Referensial. *Jurnal Pendidikan Penabur*, 37.
- Deni, A. U. & I. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri, 2, 43–52.
- Fitri, E., Zola, N., & Ildil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi, 4, 1–5.
- Hakim, T. (2002). Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri. Jakarta: Puspa Swara.
- Herlina. (2013). Mengatasi Masalah Anak dan Remaja Melalui Buku. Bandung: Pustaka Cendikia Utama.
- Komara, I. B. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa Title, 5.
- Lutfia, S. (2013). Hubungan Konsep Diri Dan Kecerdasan Interpersonal Dengan Kepercayaan Diri Siswa Smp Negeri 2 Jatiyoso Kabupaten Karanganyar Tahun

2012.

Mafirja, S., & Fatimah, I. (2012). Efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa di man darussalam aceh besar, 111–122.

Nurika, B., & Asyanti, S. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Remaja Yang Mengunggah Foto Selfie Di Instagram (Ditinjau Dari Jenis Kelamin Dan Usia).

Purnamaningsih, E. H., & Mada, U. G. (2003). Kepercayaan Diri Dan Kecemasan, (2), 67–71.

Ramadhani, T. N., Putrianti, F. G., Psikologi, F., & Tamansiswa, U. S. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir, 4(2), 22–32.

Syam, A. (2017). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi Imm Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare), 5, 87–102.

Walgito, B. (2000). Bimbingan dan Konseling (Studi dan Karir). Yogyakarta: Andi
Yuliani, W (2018). Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif Dalam Perspektif Bimbingan dan Konseling, 2(2), 83-91