

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Teori-teori Tentang Variabel Penelitian

1. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Menurut Angelis, (2000:10)

Kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan dalam jiwa manusia bahwa tantangan hidup apapun harus dihadapi dengan berbuat sesuatu. Kepercayaan diri itu lahir dari kesadaran bahwa jika memutuskan untuk melakukan sesuatu, sesuatu itu pula yang harus dilakukan. Kepercayaan diri itu akan datang dari kesadaran seorang individu bahwa individu tersebut memiliki tekad untuk melakukan apapun, sampai tujuan yang ia inginkan tercapai.

Hakim (2005:6), menjelaskan

Kepercayaan diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Jadi, dapat dikatakan bahwa seseorang yang percaya diri akan optimis di dalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistik, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan, sehingga apa yang direncanakan akan dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang telah ditetapkannya.

Dari pendapat yang ada di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang akan kemampuan diri yang dimilikinya, untuk mencapai tujuan yang diinginkan dalam hidupnya.

b. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Perkembangan
Kepercayaan Diri

Santrock (2003: 336-339) menyatakan

Kepercayaan diri merupakan pengalaman masa kanak-kanak hingga dewasa, terutama sebagai akibat dari hubungan dengan orang lain. Adapun faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, antara lain

1) Faktor Internal

a) Konsep diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri. Konsep diri merupakan evaluasi terhadap sesuatu yang sangat spesifik dari diri kita. Pada dasarnya apabila seseorang sudah memiliki konsep diri yang baik, maka orang tersebut juga akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

b) Kondisi fisik

Kondisi fisik merupakan keadaan yang tampak secara langsung dan melekat pada diri individu. Kepercayaan diri seseorang berawal dari pengenalan diri secara fisik, bagaimana ia menilai, menerima atau menolak gambaran dirinya. Individu yang merasa puas dengan kondisi fisiknya cenderung memiliki kepercayaan diri yang tinggi, sehingga dapat dikatakan bahwa kondisi fisik berkorelasi sangat kuat dengan kepercayaan diri.

c) Pengalaman

Pengalaman merupakan suatu hal yang pernah dialami oleh seorang individu dan dapat berpengaruh pada kehidupan selanjutnya. Contoh dari pengalaman itu sendiri yaitu pengalaman masa kecil, kejadian-kejadian masa kecil serta dukungan dari lingkungan rumah juga dapat mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri. Dalam menghadapi masalah-masalah yang terjadi pada masa lampau, seorang remaja akan terus mencoba mengevaluasi diri mereka sehingga terjadi persetujuan dalam diri mereka dan bisa meningkatkan rasa percaya diri.

d) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dalam kuasa orang lain yang lebih pintar darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih karena mereka tahu tugas-tugas apa yang penting untuk mencapai tujuannya. Konsep ini hampir sama dengan apa yang disebutkan Bandura mengenai kualitas diri yang merupakan keyakinan individu untuk dapat menguasai situasi tertentu dan menghasilkan sesuatu yang positif.

2) Faktor Eksternal

a) Orang tua

Penilaian dan harapan yang orang tua berikan akan menjadi penilaian individu dalam memandang dirinya. Jika individu tidak mampu memenuhi sebagian besar harapan dan jika keberhasilannya tidak diakui oleh orang lain maka akan memunculkan rasa tidak mampu dan rendah diri. Keharmonisan serta partisipasi anak dalam aktivitas keluarga juga mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

b) Sekolah

Sekolah merupakan tempat panutan anak selain dalam keluarga. Siswa yang banyak dihukum dan ditegur cenderung lebih sulit mengembangkan kepercayaan diri dibandingkan siswa yang banyak dipuji dan mendapatkan penghargaan karena prestasinya. Selain itu dukungan teman sekelas juga mempengaruhi kuat terhadap perkembangan percaya diri remaja.

c) Teman sebaya

Pengakuan teman-teman akan menentukan pembentukan gambaran diri seseorang. Apabila individu merasa diterima, disenangi dan dihormati oleh temannya, maka akan cenderung merasa percaya diri dan merasa terpacu untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya. Penerimaan dari lingkungan sosial tentu saja akan membangkitkan suatu konsep diri yang kuat untuk menghadapi lingkungan sosialnya. Di sisi lain, penolakan dari lingkungan sosial akan memberikan suatu konsep diri yang negatif dalam diri individu sehingga muncul perasaan cemas dan tidak percaya diri untuk melangkah.

c. Ciri-ciri Individu yang Percaya Diri

Lie (2003:3) menyebutkan ciri-ciri perilaku yang mencerminkan percaya diri yaitu

- 1) Yakin kepada diri sendiri yaitu seseorang yang percaya diri akan memahami kemampuan yang dimiliki dan mengetahui apa yang dilakukan.
- 2) Tidak tergantung pada orang lain yaitu orang yang percaya diri akan bersikap mandiri dan berusaha mengerjakan sesuatu hal dengan kemampuan dirinya sendiri.
- 3) Merasa diri berharga yaitu orang yang percaya diri memiliki self esteem yang positif sehingga dari harga diri yang positif dirinya akan selalu diharapkan oleh orang lain.
- 4) Tidak ragu-ragu yaitu orang yang percaya diri akan selalu melaksanakan pekerjaan tanpa ragu-ragu.

- 5) Tidak menyombongkan diri, dengan kemampuan yang dimiliki seseorang yang percaya diri tidak lantas menyombongkan diri kepada orang lain.
- 6) Memiliki keberanian untuk bertindak yaitu seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan selalu merasa berani dalam melakukan suatu tindakan.

Lauster (dalam Iswidharmanjaya & Agung, 2004:24) juga menyebutkan ciri-ciri individu yang mempunyai rasa percaya diri sebagai berikut:

- 1) Tidak mementingkan diri sendiri
- 2) Tidak membutuhkan dukungan orang lain secara berlebihan
- 3) Bersikap optimis dan gembira
- 4) Tidak merisaukan diri untuk memberi kesan yang menyenangkan di mata orang lain
- 5) Yakin akan kemampuan diri

d. Ciri-ciri Individu yang tidak Percaya Diri

Berikut ini merupakan ciri-ciri individu yang kurang kepercayaan diri menurut Iswidharmanjaya & Agung (2004:12) adalah:

- 1) Tidak bisa menunjukkan kemampuan diri
- 2) Kurang berprestasi dalam studi
- 3) Tidak berani mengungkapkan ide-ide
- 4) Membuang-buang waktu dalam mengambil keputusan
- 5) Apabila gagal cenderung menyalahkan orang lain

Angelis (2000:13), menyatakan

Orang yang kurang percaya diri cenderung tidak menarik, kurang menunjukkan kemampuan dan jarang menduduki jabatan pemimpin. Orang yang kurang percaya diri selalu saja merasa tidak puas dengan apa yang ada pada dirinya, memiliki prestasi kerja rendah dan cenderung malas dalam studi sehingga sering mengalami kegagalan.

e. Jenis-jenis Percaya Diri

Lindenfield (1997:4-11)

Membagi percaya diri menjadi dua jenis, yaitu batin dan lahir. Kedua jenis percaya diri tersebut memiliki masing masing ciri, yaitu sebagai berikut:

1) Percaya Diri Batin

Jenis percaya batin adalah percaya diri yang memberi kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Terdapat empat ciri utama yang khas pada orang yang mempunyai percaya diri batin yang sehat. Keempat ciri tersebut yaitu sebagai berikut:

a) Cinta-diri

Orang yang percaya diri mencintai diri mereka, dan cinta diri ini bukanlah sesuatu yang dirahasiakan. Jelaslah bagi orang luar bahwa mereka peduli tentang diri mereka karena perilaku dan gaya hidup mereka adalah untuk memelihara diri.

b) Pemahaman diri

Orang dengan percaya diri batin juga sangat sadar diri. Mereka tidak terus-menerus merenungi diri sendiri, tetapi secara teratur mereka memikirkan perasaan, pikiran dan perilaku mereka, dan mereka selalu ingin tahu bagaimana pendapat orang lain tentang diri mereka.

c) Tujuan yang jelas

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya pikiran yang jelas mengapa mereka melakukan tindakan tertentu dan mereka tahu hasil apa yang bisa diharapkan.

d) Berfikir positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan, salah satu sebabnya ialah karena mereka biasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharapakan serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

2) Percaya Diri Lahir

Jenis percaya diri lahir adalah percaya diri yang memungkinkan kita untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar bahwa kita yakin akan diri kita. Pada jenis percaya diri lahir terdapat empat ciri utama, yaitu:

a) Komunikasi

Dengan memiliki dasar yang baik dalam bidang keterampilan berkomunikasi, maka individu akan dapat mendengarkan orang lain dengan tepat, dapat berbincang-bincang dengan orang, bicara di depan umum.

b) Ketegasan

Dengan bersikap tegas maka rasa percaya diri akan bertambah karena mereka akan dapat menyatakan kebutuhan mereka secara langsung, membela hak mereka, memberi dan menerima kritik.

c) Penampilan diri

Keterampilan ini mengajarkan pada individu bahwa betapa pentingnya tampil sebagai orang yang percaya diri. Hal ini akan memungkinkan mereka untuk memilih gaya pakaian dan warna yang paling cocok, cepat mendapat pengakuan pertama karena penampilan pertama yang bagus, menyadari akan dampak gaya hidupnya (misalnya mobil dan rumah) terhadap pendapat orang lain mengenai diri mereka.

d) Pengendalian perasaan

Jika perasaan tidak dikelola dengan baik, maka bisa membentuk suatu kekuatan besar yang tidak terduga. Pada umumnya dalam kehidupan sehari-hari kita perlu mengendalikan perasaan kita. Jika individu dapat mengendalikan diri maka mereka akan lebih percaya diri karena tidak khawatir akan lepas kendali. Selain itu mereka akan berani menghadapi tantangan dan resiko karena mereka bisa mengatasi rasa takut, khawatir, dan frustrasi.

2. Bimbingan Pribadi

a. Pengertian Bimbingan Pribadi

Menurut Tohirin (2013:121), “bimbingan pribadi adalah jenis bimbingan yang membantu para siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi”.

Menurut Natawidjaja, (dalam Yusuf 2014:6)

Proses pemberian bantuan kepada individu yang dilakukan secara berkesinambungan, agar individu tersebut dapat memahami dirinya, sehingga dia sanggup mengarahkan dirinya dan dapat bertindak secara wajar, sesuai dengan tuntutan dan keadaan lingkungan sekolah, keluarga, masyarakat dan kehidupan pada umumnya.

Rahman (2002:39), mengemukakan

Program bimbingan pribadi adalah bantuan yang diberikan kepada siswa untuk menemukan dan mengembangkan pribadinya sehingga menjadi pribadi yang mantap dan mandiri serta mampu mengoptimalkan potensi yang dimiliki.

Dari pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi adalah bantuan yang diberikan kepada siswa untuk dapat membantu siswa dalam mengembangkan pribadinya, menghadapi dan

memecahkan masalah-masalah pribadi yang dilakukan secara berkesinambungan agar siswa tersebut dapat memahami dan mengarahkan dirinya serta bertindak secara wajar.

b. Tujuan Bimbingan Pribadi

Menurut Najib, (2005:8).” Bimbingan pribadi bertujuan untuk membantu siswa dalam menemukan dan mengembangkan pribadi yang beriman dan bertakwa terhadap Tuhan Yang Maha Esa, mantap, tangguh, mandiri, serta sehat jasmani”.

Tohirin (2013:123), menyatakan tujuan bimbingan pribadi adalah

- 1) Mencapai tujuan dan tugas perkembangan pribadi
- 2) Mewujudkan pribadi yang mampu bersosialisasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan secara baik
- 3) Agar individu mampu mengatur dirinya sendiri dibidang kerohanian, perawatan jasmani, dan waktu luang

c. Ruang Lingkup Bimbingan Pribadi

Prayitno (2012:63) menjelaskan bahwa ruang lingkup bimbingan pribadi mencakup:

- 1) Pemantapan sikap dan kebiasaan serta pengembangan wawasan dalam beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- 2) Pemantapan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya untuk kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif, baik dalam kehidupan sehari-hari maupun untuk peranannya di masa depan.
- 3) Pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya pada / melalui kegiatan-kegiatan yang kreatif dan produktif.

- 4) Pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha penanggulangannya
- 5) Pemantapan kemampuan mengambil keputusan
- 6) Pemantapan kemampuan mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambilnya.
- 7) Pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat baik secara rohaniyah maupun jasmaniah.

Rahman (2002:39) secara lebih rinci menjelaskan bahwa ruang lingkup materi bimbingan pribadi sebagai berikut.

- 1) Pemantapan sikap dan kepribadian yang agamis yang senantiasa mendekatkan diri kepada yang khaliq melalui peningkatan kualitas iman dan taqwa. Agama menjadi kendali utama dalam kehidupan manusia.
- 2) Pemahaman tentang kemampuan dan potensi diri serta pengembangannya secara optimal. Setiap manusia memiliki potensi yang luar biasa yang dikembangkan secara optimal dan hanya sedikit orang yang mau menyadari.
- 3) Pemahaman tentang bakat dan minat yang dimiliki serta penyalurannya. Setiap orang memiliki bakat dan minat, namun hal itu kurang mendapat perhatian sehingga penyaluran dan pengembangannya kurang optimal.
- 4) Pemahaman tentang kelebihan-kelebihan yang dimiliki serta bagaimana mengembangkannya. Setiap individu punya kelebihan, hal itu yang harus dijadikan sebagai fokus.

- 5) Pemahaman tentang kekurangan dan kelemahan yang dimiliki serta bagaimana mengatasinya. Memahami kekurangan diri mendorong seseorang untuk menyempurnakan diri.
- 6) Kemampuan mengambil keputusan serta mengarahkan diri sesuai dengan keputusan yang telah diambil. Keberanian mengambil keputusan secara cepat dan tepat perlu dilatih dan dikembangkan.
- 7) Perencanaan dan pelaksanaan hidup sehat, kreatif, dan produktif. Pola hidup dan pola pikir yang sehat akan menjadikan pribadi yang sehat dan berkualitas.

Najib (2005:8) menjelaskan bahwa ruang lingkup bimbingan pribadi menjadi pokok-pokok berikut:

- 1) Pemantapan sikap, kebiasaan dan wawasan dalam beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.
- 2) Memantapkan pemahaman tentang kekuatan diri dan pengembangannya.
- 3) Pemantapan pemahaman tentang bakat dan minat pribadi serta penyaluran dan pengembangannya
- 4) Pemantapan pemahaman tentang kelemahan diri dan usaha-usaha pengentasan
- 5) Pemantapan kemampuan menerima dan mengarahkan diri
- 6) Pemantapan kemampuan mengambil keputusan.
- 7) Pemantapan dalam perencanaan dan penyelenggaraan hidup sehat baik secara rohaniyah maupun jasmaniah.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian Angga Prawira (2014). Profil Rasa Percaya Diri Siswa Dan Implikasinya Terhadap Bimbingan Dan Konseling (Studi Deskriptif terhadap Siswa Kelas VIII SMP Negeri 29 Bandung Tahun Pelajaran 2014/ 2015). Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif, dengan metode penelitian menggunakan metode deskriptif. Alat pengumpul data yang digunakan adalah instrumen berupa angket kepercayaan diri. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas VIII SMP Negeri 29 Bandung tahun pelajaran 2014/2015 yang diambil secara *random sampling* atau secara acak. Analisis data menggunakan teknik Wilcoxon dengan bantuan aplikasi SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan (1) secara umum rasa percaya diri peserta didik kelas VIII SMP Negeri 29 Bandung tahun pelajaran 2014/2015 berada pada kategori sedang, dan (2) Implikasi Bimbingan dan Konseling yang disusun adalah program bimbingan dan konseling untuk membantu peserta didik meningkatkan rasa percaya diri.

Dari hasil penelitian terdahulu di atas terdapat kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti yaitu sama-sama meneliti tentang profil rasa percaya diri siswa, alat pengumpul data menggunakan angket kepercayaan diri, sedangkan perbedaan peneliti terdahulu implikasinya terhadap bimbingan dan konseling, peneliti implikasinya bagi pengembangan program bimbingan pribadi, dan

analisis data peneliti terdahulu menggunakan teknik Wilcoxon dengan bantuan SPSS, sedangkan peneliti menganalisis data menggunakan penetapan kriteria dan analisis kecenderungan pusat.

2. Penelitian terdahulu lainnya Winja Nuryanti Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Sikap Percaya Diri Siswa Kelas VII SMP Negeri 3 Kasihan Tahun Pelajaran 2015/2016. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh bimbingan kelompok terhadap sikap percaya diri siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kasihan Tahun Pelajaran 2015/2016. Metode pengumpul data dalam penelitian ini adalah angket. Teknik analisa data dengan menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bimbingan kelompok berpengaruh terhadap sikap percaya diri siswa kelas VII SMP Negeri 3 Kasihan tahun pelajaran 2015/2016 dengan mengetahui r_{hitung} 0,576 dengan $p = 0,000 < 0,05$ pada taraf signifikan 5%. Dengan demikian semakin efektif pelaksanaan bimbingan kelompok terhadap siswa maka semakin baik sikap percaya diri siswa. Implikasi dari penelitian ini adalah bahwa adanya pengaruh bimbingan kelompok terhadap peningkatan sikap rasa percaya diri siswa memberikan perhatian, bimbingan, pengawasan dan peran dari berbagai pihak di sekolah, maka sangat diperlukan pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling khususnya layanan bimbingan kelompok dalam upaya meningkatkan pemahaman tentang sikap rasa percaya diri siswa.

Persamaan dalam penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang rasa percaya diri siswa dan alat pengumpul data adalah angket kepercayaan diri sedangkan perbedaannya peneliti terdahulu menggunakan layanan bimbingan kelompok untuk meningkatkan sikap rasa percaya diri siswa dan peneliti menggunakan implikasi program pengembangan bimbingan pribadi untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa, serta peneliti terdahulu menganalisis data menggunakan korelasi *product moment* sedangkan peneliti menganalisis data menggunakan penetapan kriteria dan analisis kecenderungan pusat.

C. Kerangka Konseptual

Sekaran (dalam Sugiyono, 2010:90) menyatakan

Kerangka berpikir merupakan model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka berpikir yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antara variabel yang akan diteliti.

Berdasarkan pendapat ahli di atas dan landasan teori yang telah dikemukakan, maka dapat disusun suatu kerangka pemikiran sebagai berikut

Bagan 2.1
Kerangka Berpikir

