



Analisis Kepercayaan Diri Remaja Perempuan Pesisir Pantai Di Desa Bagan Kuala

Ade Chita Putri Harahap¹, Rifani Yasmin Husana Siregar², Rizki Ajhari Panjaitan³

Falkutas Tarbiyah, Jurusan Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email : adechitaharahap@uinsu.ac.id¹ , Rifaniyasmin@gmail.com, Rizkipanjaitan@gmail.com

Abstrak

Masa remaja merupakan periode di mana individu melakukan transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, yang berlangsung antara usia 13 dan 20 tahun. Pada dasarnya kepercayaan diri merupakan kunci untuk meraih kesuksesan dalam setiap aspek kehidupan. Salah satu langkah pertama dan dalam membangun percaya diri dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia untuk kebebasan utama rasa adalah suatu sikap dan keyakinan pada diri sendiri akan kemampuan yang dimiliki dan muncul karena adanya sikap positif terhadap kemampuannya, sehingga tidak perlu mengambil keputusan ragu-ragu dan tidak terpengaruh oleh orang lain. Pada umumnya pengaruh masa puber lebih banyak pada anak perempuan daripada anak laki-laki. Metode yang kami gunakan untuk menggunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dan pendekatan studi, Setelah diberikan konseling kelompok dan motivasi kepada remaja-remaja tersebut dapat dilihat pada kegiatan konseling kelompok berikutnya beberapa remaja memiliki peningkatan dalam kepercayaan dirinya dimana mereka mulai mengemukakan pendapat yang ada dalam pikirannya, suasana juga mulai tidak terlihat tegang lagi seperti awal kegiatan itu berlangsung.

Kata Kunci: *percaya diri, remaja perempuan*

Abstract

Adolescence is a period in which individuals make the transition from childhood to adulthood, which lasts between the ages of 13 and 20 years. Basically self-confidence is the key to success in every aspect of life. One of the first steps and in building self-confidence is to understand and believe that every human being for the ultimate freedom of taste is an attitude and belief in oneself in one's abilities and arises because of a positive attitude towards his abilities, so there is no need to make hesitant decisions and unaffected by others. In general, the influence of puberty is more on girls than boys. The method we use in this research is qualitative and a study approach. After being given group counseling and motivation to the teenagers, it can be seen in the next group counseling activity that some teenagers have an increase in their self-confidence where they begin to express the opinions that are in their minds, the atmosphere also began to look less tense like the beginning of the activity.

Keywords: *confident, young girl*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah fase transisi dari remaja ke dewasa antara usia 13 dan 18. Remaja melewati fase pertumbuhan fisik dan mental yang cepat yang mencakup perubahan organik (pubertas) dan sosial dan mental. Perubahan dan transformasi memerlukan kemampuan untuk

menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut serta perkembangan kepribadian yang dewasa. Remaja menyelidiki dan membedakan karakter mereka sendiri saat ini, serta memutuskan masa depan yang ingin mereka capai, dan mereka mencari cara untuk mengungkapkan pikiran mereka dalam kata-kata konkret. Meskipun demikian, jika anak tersebut percaya bahwa dia tidak dapat menempatkan dirinya di luar sana dengan cara apa pun karena kendala sosial, dia akan menghadapi ketidakamanan pekerjaan. Pekerjaan dan pengaruh keadaan sosial tertentu seperti teman, sekolah, dan keluarga, terutama wali, berdampak pada kaum muda. (Kanza dan ice, 2019:40)

Masa remaja adalah masa ketika seseorang mengembangkan dan mengekspresikan sinyal seksual primernya sampai dia mencapai kematangan seksual (Nugroho Gumantan, 2020). Dari anak-anak hingga orang dewasa, orang-orang melihat contoh peningkatan dan identitas mental, dan ada kemajuan dari kesempurnaan total berdasarkan keadaan yang biasanya bebas (Pratomo dan Gumantan, 2020).

Pubertas merupakan tahapan kehidupan yang terjadi hanya sekali seumur hidup dan berkaitan dengan masa muda dan perkembangan (Fahrizq) I, Gumantan, dkk,2021). Pra-dewasa mengacu pada periode antara masa remaja dan dewasa ketika terjadi perubahan fisik, mental, dan psikososial. Transformasi mental kaum muda meliputi tindakan ilmiah, berapi-api, dan public (Gumantan, 2020)

Secara umum, kepercayaan diri adalah kunci sukses dalam semua aspek kehidupan. Kehidupan setiap orang akan ditandai dengan perubahan eksternal dan internal, iklim baru, dan teman baru, dan tidak semua orang akan mampu beradaptasi dengan perubahan tersebut. Lauster (2003; Amri, 2018) menyatakan ada berbagai komponen keberanian positif seseorang, antara lain kesadaran diri, kepercayaan diri, keseimbangan, kompetensi, kewarasan, dan kepraktisan. Keberanian adalah keyakinan dan sikap individu terhadap keterampilannya sendiri, yang dibangun secara ilmiah melalui sistem pembelajaran yang dirancang khusus untuk menaklukkan diri sendiri. (Indriana dkk, 2021:15)

Kepercayaan diri adalah keyakinan dan sikap individu terhadap kapasitasnya sendiri dengan menoleransi apa yang, baik positif maupun negatif. Dengan tujuan kenikmatan tersendiri, yang dibingkai dan ilmiah melalui suatu sistem pembelajaran. Rasa percaya diri seseorang merupakan aset berharga dalam mengalahkan seseorang yang memiliki keinginannya sendiri. Dorongan untuk berpikir dan merasakan akan membawa manusia pada perasaan insecure. Percaya diri adalah sikap seseorang tentang kemampuannya sendiri, baik positif maupun negatif. (Tika dan tanaman hijau, 2019 : 25)

Pubertas memiliki dampak yang lebih besar pada remaja putri dibandingkan remaja putra pada umumnya. Hurlock (1980) Dampak masa remaja sebagian disebabkan oleh fakta bahwa wanita muda biasanya lebih cepat dewasa daripada pria muda dan tidak lengkap karena banyak batasan sosial mulai disorot dalam perilaku wanita muda ketika wanita muda berusaha untuk melanggarnya. Dibebaskan dari pembatasan Perspektif dan perilaku remaja dipengaruhi oleh peristiwa. Hurlock (1980) mengatakan bahwa kurangnya keberanian adalah salah satu konsekuensi dari transformasi. Remaja yang sebelumnya sangat percaya diri menjadi kurang percaya diri dan takut dikecewakan sebagai akibat dari kurangnya toleransi dan seringnya orang tua dan teman-teman memperhatikan mereka. Banyak pria dan wanita muda mengembangkan harga diri yang rendah setelah masa remaja. (Amandha dan ifdil, 2016: 44)

Seperti yang ditunjukkan oleh Hambly dalam Ameliah dan Munawaroh (2016) Ketakutan menunjukkan kepercayaan pada diri sendiri sehingga seseorang dapat menghadapi setiap peristiwa dengan tenang; kepercayaan diri, di sisi lain, lebih peduli dengan hubungan interpersonal seseorang. Jangan bertingkah biasa di depan orang lain, dan jangan bertingkah aneh saat memimpin sekelompok besar orang. Keberanian juga menyebabkan orang bertindak dengan pemahaman penuh tentang harapan tertentu karena mereka menerima bahwa mereka memiliki informasi yang cukup untuk mengikuti aturan sistem.

(W. Liu et al., 2018; X. Liu, Xu, Montes, dan Herrera, 2019; Sharour, , 2019). Selain menampilkan atau menggabungkan informasi dari sistem pembelajaran, strategi yang dimaksud (Kusumah dan Munandar, 2017; Novena dan Kriswandani, 2018) (Amandha dan ifdil, 2016: 44)

Kepercayaan diri sangat penting dalam memastikan kompetensi dan penilaian diri seseorang sambil mengerahkan upaya dan memilih pendekatan yang diyakini sangat praktis. Keyakinan yang mungkin dari beberapa pertanyaan sebelumnya memiliki satu kesamaan: mereka berdua percaya diri dalam menghadapi ketidaknormalan di depan mata mereka. Sementara itu, banyak yang berpendapat bahwa pengetahuan sebelumnya diperlukan untuk membingkai kepercayaan diri. (Bandura, 1997; Kusumah dan Munandar, 2017; Novena dan Kriswandani, 2018). Kemudian, seperti keputusan sebelumnya telah terbukti, hanya ada cukup keyakinan atau keberanian tanpa pertimbangan pengetahuan modal. (Hambly, 1992; W. Liu et al., 2018; X. Liu et al., 2019; Sharour, 2019)

Kepastian adalah perspektif yang membangkitkan semangat di mana seseorang dapat memupuk sifat-sifat positif tentang dirinya dan lingkungan tempat dia tinggal. Ini tidak berarti bahwa seseorang dapat mencapai apa pun sendiri. Terlalu banyak keberanian akan mengakibatkan kemerosotan mental, yang tidak dapat dihindari dalam dirinya, terlepas dari karakteristiknya yang besar dan mengerikan.

Kurangnya rasa takut seorang remaja disebabkan oleh beberapa hal. Salah satu hal yang mempengaruhi keberanian, menurut Santrock, adalah penampilan fisik seseorang. Perubahan aktual memiliki konsekuensi psikologis negatif. Mayoritas anak muda lebih memperhatikan penampilan mereka daripada bagian lain dari kehidupan mereka, dan mereka memilih untuk tidak bercermin. Wanita muda menunjukkan keengganan yang lebih tinggi daripada pria muda, menunjukkan penekanan sosial yang lebih kuat pada kualitas wanita (Papalia, Old, dan Feldman, 2008)

Tujuan dari penelitian ini adalah memberi dorongan kepada remaja-remaja di Bagan Kuala untuk bisa lebih percaya diri dalam mengemukakan pendapat yang dia miliki sehingga pemikiran atau pendapat yang mereka ungkapkan dapat menciptakan kemungkinan untuk keberadaan yang lebih baik

METODE

Partisipan dalam penelitian ini adalah siswa remaja awal SMP di Desa Bagan Kuala. Dalam penelitian ini, kami menggunakan total 12 orang sebagai subjek.

Metode yang kami gunakan dalam pemeriksaan ini adalah metodologi subjektif. Sugiyono (2005:5) Menurutnya, metode subjektif adalah strategi untuk menggambarkan atau merinci efek samping dari suatu pemeriksaan tetapi bukan untuk menetapkan tujuan yang luas. Alhasil, kami

menggunakan metode ini karena kami menangani informasi dalam penjelajahan kami yang bukan dalam bentuk angka, tetapi sebagai ilustrasi dari masalah keberanian remaja-remaja putri di pesisir.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Kondisi kepercayaan diri pada remaja putri di kawasan Bagan Kuala terlihat sangat rendah dari hasil observasi dan wawancara karena dari 14 anak terdapat 10 anak yang memiliki kepercayaan diri sangat rendah, hanya 2 anak yang memiliki kepercayaan diri sedang. Temuan ini dapat menggambarkan kondisi kepercayaan diri pada remaja putri di Desa Bagan Kuala yang secara umum berada pada kategori rendah.

Hal di atas dapat dipengaruhi oleh beberapa variabel, baik sejauh unsur fisik maupun ekologis yang membuat remaja membutuhkan rasa percaya diri dan fisik, gagasan diri, pergaulan dengan wali, dan pergaulan dengan teman sebaya. Selain itu, Hakim (2002) menjelaskan sumber-sumber dasar untuk tidak adanya rasa takut, antara lain: cacat atau penyimpangan yang sebenarnya, mengerikan, ekonomi lemah, posisi sosial, status perkawinan, sering kalah, kalah bersaing, tidak adanya pengetahuan, rendahnya pendidikan, alami. kontras, tidak ramah, tertangkap basah untuk keadaan tertentu, sulit untuk berubah, efektif gelisah dan tentatif, baru, efektif cemas, goyah, pelatihan keluarga yang tidak menguntungkan, sering menghindar, menyerah secara efektif, tidak dapat menarik belas kasih dari individu, dan kehilangan otoritas dengan orang lain. (Amandha dan ifdil, 2016: 44)

Beberapa hasil penelitian mengungkapkan bahwa sebagian besar keberanian remaja berada dalam kategori sedang, menyiratkan bahwa upaya diharapkan untuk membangun kepercayaan diri remaja. Namun, sebelum melakukan upaya untuk membangun keberanian pada anak muda, lebih baik untuk terlebih dahulu membedakan sumber penyebab ketidakjelasan. Hal ini dapat dimanfaatkan sebagai tahap awal untuk mengalahkannya hilangnya rasa percaya diri pada remaja. (Emria dkk, 2018:4)

Dari penelitian yang kami lakukan sumber penyebab kurangnya percaya diri pada remaja perempuan di Desa Bagan Kuala yaitu ketidak biasaan untuk mengungkapkan pemikirannya di muka umum dan tidak terbiasanya akan kamera yang merekam mereka membuat mereka tidak bisa menampilkan sisi lain yang ada pada diri mereka. Hal itu terlihat ketika kami mulai tidak merekam mereka berbicara sangat baik kepada kami dan terbuka akan dirinya.

B. Pembahasan

Keberanian adalah komponen penting dari keberadaan manusia, yang dicirikan sebagai kombinasi kepercayaan pada bakat dan harga diri seseorang. (Mind Tools, 2019: 1). Kecenderungan atau keyakinan bahwa kita dapat menyelesaikan berbagai tugas atau mencapai tujuan dalam kehidupan kita sehari-hari dikenal sebagai keyakinan kapasitas. Kebanggaan sebanding, tetapi menerima bahwa kita biasanya diperlengkapi dalam segala hal yang kita lakukan dan bahwa kita harus ceria sepanjang kehidupan kita sehari-hari lebih menarik.

Orang-orang tertentu, seperti mereka, akan mengalami hambatan dalam menjangkau orang dan spesialis, dan harus menghadapi masa depan secara teratur. Individu yang

membutuhkan keberanian, di sisi lain, kurang siap untuk mencapai tujuan mereka dan sering memiliki sikap negatif terhadap diri mereka sendiri dan apa yang harus mereka capai dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Sama dengan yang telah ditunjukkan oleh persepsi kita tentang dunia nyata, hal yang paling penting adalah mentalitas kita. Faktanya bahwa cara dan hasil dari berbagai keputusan yang kita buat ditentukan oleh bagaimana kita memilih untuk mengelola apa yang terjadi. Terlepas dari apakah kita telah melakukannya secara positif atau negatif, kita adalah satu-satunya yang dapat memutuskan bagaimana kita akan bereaksi.

Sulit untuk mencapai kesempurnaan dalam sikap dan perilaku, tetapi kita dapat memperkuat perspektif inspirasional dengan kemampuan terbaik kita. Berikut adalah beberapa ide tentang bagaimana kita dapat menumbuhkan mentalitas positif yang akan membantu kita mengembangkan kesadaran diri:

- 1) Mengenali aspek situasi yang tidak menguntungkan. "Saya tidak bisa," "Saya memiliki nasib buruk untuk gagal," dan "tidak ada yang akan cukup tenang untuk mendengar apa yang saya katakan" adalah pertimbangan negatif yang umum. Suara-suara yang mengkritik ini tidak ada gunanya dan akan merampas harga diri dan kepercayaan diri kita yang tinggi.
- 2) Pikirkan tentang sesuatu yang positif daripada sesuatu yang negatif. Beralih ke refleksi positif jika Anda menemukan Anda berpikir sebaliknya. "Saya akan mencoba", "Saya dapat berhasil jika saya mencoba", atau "individu akan memperhatikan saya", misalnya.
- 3) Pikiran negatif tidak boleh didahulukan daripada yang positif. Pada saat itu, pikiran positif harus menempati lebih banyak ruang otak daripada pikiran negatif. Semakin kita melawan pikiran negatif dengan pikiran positif, kita akan semakin terbiasa dengannya.
- 4) Memiliki sekelompok orang yang mendorong berpikir positif dan tetap menjadi sahabat dan keluarga terdekat kita untuk membuat kita bahagia, seperti keluarga atau sahabat. Kemudian, hindari orang atau hal yang membuat kita sengsara.
- 5) Singkirkan apa pun yang dapat menyebabkan refleksi penyesalan. Hindari menempatkan diri Anda dalam situasi di mana Anda merasa buruk tentang diri sendiri.
- 6) Syukuri apa yang kita miliki. Setiap orang memiliki keterampilan, jadi cari tahu apa yang Anda kuasai dan fokus pada itu untuk saat ini. Amati apa yang kita sukai, lalu sesuaikan keterampilan kita dengan minat kita.
- 7) Terima diri Anda apa adanya. Kita harus bangga dengan bakat dan kemampuan kita, tetapi kita juga harus fokus pada semua yang menambah kecemerlangan karakter kita.
- 8) Terima pujian dengan tangan terbuka. Pujian seringkali sulit diterima bagi orang yang memiliki harga diri yang buruk. Mereka percaya bahwa tepuk tangan tidak beralasan atau tidak akurat; oleh karena itu, kita harus memiliki pengaruh besar pada cara kita menanggapi pujian.
- 9) Tersenyumlah ketika Anda melihat diri Anda di cermin. Pikiran dapat dipengaruhi oleh penampilan untuk membangkitkan atau memperkuat perasaan tertentu. Dengan memeriksa cermin dan tersenyum setiap hari, kita bisa menjadi lebih bahagia dengan diri sendiri dan lebih percaya diri dalam jangka panjang. (Fanny, 2019:80)

Karena orang selalu berpikir dan memvisualisasikan, mereka memiliki ide otomatis sepanjang waktu. Pikiran otomatis yang muncul mungkin menguntungkan atau negatif, dan kepercayaan diri digunakan untuk memperkuat apa yang orang yakini. Jika seseorang percaya sesuatu itu layak, dia akan berperilaku dengan cara yang memperkuat keyakinan itu. Sebaliknya, jika individu percaya

bahwa mematahkan pola kebiasaan itu sulit. Potensi adalah apa yang akan terjadi, tetapi jika individu percaya bahwa ia dapat berubah dan benar-benar melakukan penyesuaian, keyakinan positif baru akan diperkuat, dan individu akan percaya bahwa ia dapat menghentikan kebiasaan tersebut.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan di Desa Bagan Kuala kepada remaja-remaja yang ada disekitar maka dapat di ambil beberapa kesimpulan yaitu sumber penyebab kurangnya percaya diri pada remaja perempuan di Desa Bagan Kuala yaitu ketidak biasaan untuk mengungkapkan pemikirannya di muka umum dan tidak terbiasanya akan kamera yang merekam mereka membuat mereka tidak bisa menampilkan sisi lain yang ada pada diri mereka. Hal itu terlihat ketika kami mulai tidak merekam mereka berbicara sangat baik kepada kami dan terbuka akan dirinya. Namun setelah diberikan koseling kelompok dan motivasi kepada remaja-remaja tersebut dapat dilihat pada kegiatan konseling kelompok berikutnya beberapa remaja memiliki peningkatan dalam kepercayaan dirinya dimana mereka mulai mengemukakan pendapat yang ada dalam fikirannya, suasana juga mulai tidak terlihat tegang lagi seperti awal kegiatan itu berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Amandha Unzilla Deni ,& Ildil, "Kepercayaan diri Remaja Putri", Jurnal Pendidikan Indonesia Volume 2 Nomor 2, 2016. 44
- Dessy Andiwijaya, Franky Liauw, "pusat pengembangan kepercayaan diri". Jurnal STUPA Vol. 1, No. 2, Oktober 2019. 1697
- Emria Fitri, Nilma Zola, Ildil Ildil." Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi", Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia Volume 4 Nomor 1, 2018, 4
- Fani Juliyanto Perdana, "pentingnya percaya diri dan motivasi sosial dalam keaktifan mengikuti proses kegiatan belajar" Jurnal Edueksos Vol. VIII No. 2, Desember 2019.80-82
- Ildil Ildil, Amandha Unzilla Denich, Asmidir Ilyas, "Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Indriana Ulul Azmi¹, Nafi'ah, Muhammad Thamrin, Akhwani." Studi Komparasi Kepercayaan Diri (Self Confidence) Siswa yang Mengalami Verbal Bullying dan Yang Tidak Mengalami Verbal Bullying di Sekolah Dasar". Jurnal Basicedu Vol 5 No 5 Tahun 2021
- Kanza Salsabiela*, Ice Yulia Wardani,"Hubungan kepercayaan diri remaja dan kedekatan orang tua", Jurnal Iliah Kesehatan Jiwa Volume 1 No 1, (Desember 2019), 40
- Remaja Putri". Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling volume 2 No.3. 108
- Sepma Pulthinka Nur Hanip, A. Munawwir, "Sekolah Pesisir Juang: Pendidikan Non-Formal Anak Pesisir", Jurnal Pendidikan Nonformal Volume 16, No. 1, Maret 2021
- Tika Nurul Rahmadani, Flora Grace Putrianti,"Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir", Jurnal SPIRITS Volume 4 No.2. (mei 2019), 25