

Sosialisasi Membangun Rasa Percaya Diri Pada Anak SMAN 1 Polokarto

Socialization Builds Confidence In Children Of SMAN 1 Polokarto

Natasya Odelia ^{1*}, Ardea Sri Pramesti ², Ananda Novi Sila Alirga ³, Annisa Dian Karisma ⁴
Universitas Sahid Surakarta

Korespondensi penulis : odelianatasya2726@gmail.com¹, deapramesty6@gmail.com²,
anandanovi1406@gmail.com³, annisadiankh02@gmail.com⁴

Article History:

Received: 30 Juni 2023

Revised: 15 Juli 2023

Accepted: 03 Agustus 2023

Keywords: *Self Confident, Teenager*

Abstract: *Everyone has different self-confidence. Confidence will grow by itself accompanied by encouragement in individuals who are trying to learn. But in reality, many children are born with a lack of self-confidence, so this hinders children from developing, as we often encounter cases of lack of self-confidence in adolescents, namely related to achievement, public speaking, body shape, family, friends or partners and much more. . Confidence is an individual's ability to develop oneself in a positive direction that is useful for oneself and the environment around them. The method used in this socialization is lecture. In this socialization, the subjects were teenagers at SMAN 1 Polokarto. This socialization aims to teach teenagers how to build self-confidence in themselves.*

Abstrak

Setiap orang memiliki rasa percaya diri yang berbeda-beda. Rasa percaya diri akan tumbuh dengan sendirinya diiringi dengan dorongan dalam diri individu yang berusaha untuk belajar. Namun dalam realitanya banyak anak yang lahir dengan kurangnya rasa percaya diri sehingga hal ini menghambat anak untuk berkembang seperti sering kita temui kasus kurangnya rasa percaya diri pada anak remaja yakni terkait prestasi, *public speaking*, bentuk tubuh, keluarga, teman atau pasangan dan masih banyak lagi. Percaya diri merupakan kemampuan individu dalam mengembangkan diri kearah yang positif yang berguna untuk diri sendiri dan lingkungan yang ada disekitarnya. Metode yang digunakan dalam sosialisasi ini adalah ceramah. Dalam sosialisasi ini yang menjadi subjek adalah anak remaja SMAN 1 Polokarto. Sosialisasi ini bertujuan untuk mengajari anak remaja bagaimana membangun rasa percaya diri dalam dirinya.

Kata Kunci: Percaya Diri Dan Remaja

PENDAHULUAN

Manusia dilahirkan dengan memiliki kepribadian yang berbeda-beda, salah satu nya adalah rasa percaya diri. Rasa percaya diri akan muncul ketika hal ini terus didorong dalam diri individu. Namun tidak semua individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi pasti ada sebagian dari mereka yang memiliki rasa kurang percaya diri. Kepercayaan diri yang dimiliki individu dapat terlihat dari perilaku atau gerak-geriknya, individu yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi ia memiliki keberanian untuk tampil didepan orang, olah kata dan bahasanya pun tertata dengan baik karena individu tersebut yakin dengan potensi yang ada didalam dirinya sedangkan individu yang memiliki rasa percaya diri yang kurang atau rendah ia akan cenderung banyak menunduk, diam tidak banyak berbicara karena individu tersebut minder dengan

* Natasya Odelia, odelianatasya2726@gmail.com

dirinya tidak yakin bahwa dirinya memiliki potensi lebih, takut salah, takut tidak dihargai, takut tidak diperhatikan, malu menjadi pusat perhatian.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja (Walgito, 2000). Percaya diri adalah suatu perasaan dan keyakinan yang dimiliki individu untuk mencapai sukses dengan usahanya sendiri sehingga individu tampil dengan pembawaan yang tenang dan yakin (Angelis, 2003). Bandura mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan yang dimiliki oleh individu bahwasannya ia mampu menjadi seperti apa yang ia harapkan. Kepercayaan diri ialah sikap positif yang dimiliki seseorang yang berguna agar individu memiliki kompetensi meyakini bahwa ia dapat berkembang kearah yang positif baik untuk diri sendiri dan lingkungan yang ada disekitarnya (Mafirja & Fatimah, 2012). Orang yang percaya diri memiliki sikap yang positif terhadap diri sendiri (Purnamaningsih & Mada, 2003).

Percaya diri merupakan hal dasar yang banyak menjadi permasalahan anak remaja baik dilingkungan sekolah yang menjadi lingkungan untuk tempat belajarnya maupun dilingkungan sosialnya dalam bergaul. Rasa percaya diri menentukan perilaku yang akan dikeluarkan oleh individu dimana rasa percaya diri yang tinggi akan memudahkan individu dalam berinteraksi dengan lingkungannya, berani berpendapat, berani mencoba hal baru, dapat dengan yakin mengambil keputusan tanpa ragu. Proses terbentuknya percaya diri yakni yang pertama adalah terbentuknya kepribadian sesuai dengan tahap perkembangannya, yang kedua pemahaman terhadap kelebihan dan kekurangan yang dimiliki, yang ketiga melalui pengalaman atau peristiwa yang terjadi, yang terakhir yakin bahwa usaha untuk mencapai tujuannya akan tercapai (Angelis, 2003). Dalam hal ini dapat kita simpulkan bahwa rasa percaya diri sangat penting untuk menjalani kehidupan maka dari itu perlunya ada peran orang tua dan lingkungan guna mendorong anak memiliki rasa percaya diri.

Keluarga menjadi wadah anak memiliki kepribadian yang berkualitas karena pendidikan pertama didapatkan anak didalam keluarga yakni dari orang tuanya. Pembentukan proses kepercayaan diri bukanlah proses yang singkat, sejak kecil anak seharusnya diajarkan untuk membentuk dan mempertahankan kepercayaan diri yang baik seperti memilih baju yang akan dipakai, memilih menu makanan, meluapkan emosi. Hal tersebut membantu mendorong anak memiliki rasa kepercayaan diri yang tinggi. Namun kenyataannya banyak orang tua yang masih menerapkan pola asuh yang salah sehingga berdampak kepada kepribadian anak. Yang pertama, orang tua cenderung menjadi otoriter, ingin pendapat nya selalu dengarkan, bersikap kasar, tanpa melihat bagaimana perkembangan mental anak tersebut. Sehingga anak takut dan cenderung pasif dalam segala kegiatan yang ia lakukan.

Yang kedua, memanjakan anak hal ini akan membentuk kepribadian anak menjadi suka bergantung dengan orang lain, menjadikan anak tidak mandiri karena sudah nyaman dari kecil untuk menggantungkan aktifitas kepada orang tua atau orang lain seperti menyapu rumah, mencuci baju, membereskan tempat tidur, mengerjakan tugas sekolah. Hal ini akan menghambat perkembangan anak untuk beradaptasi di lingkungan karena pemikiran anak akan cenderung bergantung kepada orang tuanya, susah mengemukakan pendapat, dan takut mencoba hal-hal baru. Penyebab krisisnya kepercayaan diri salah satunya adalah faktor pola asuh. Menurut Berk (2000) dalam *socialization with in the family* (Anonim, 2003:1) menyatakan pola asuh orang tua adalah daya upaya orang tua dalam memainkan aturan secara luas di dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anaknya, sehingga pola asuh dari orang tua sangat mempengaruhi tumbuh kembang dan sikap anak.

Pola asuh yang digunakan setiap orang tua akan berbeda-beda karena orang tua memiliki prinsip masing-masing guna perkembangan anak. Maka dari itu pemilihan pola asuh yang baik perlu diperhatikan karena apa yang kita berikan untuk anak saat ini akan berdampak untuk anak dikedepannya nanti. Apa yang diperoleh anak waktu kecil akan teraplikasi dalam setiap tahap perkembangan kepribadiannya kelak seperti dalam konteks kepribadian percaya diri. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa anak yang mendapatkan pola asuh yang benar akan memiliki rasa percaya diri yang tinggi karena anak merasa aman dan nyaman dengan lingkungannya anak bebas meluapkan emosi, bebas berpendapat begitu juga sebaliknya jika anak mendapatkan pola asuh yang kurang baik atau benar maka anak akan tumbuh menjadi pribadi yang pasif dengan lingkungan yang ada disekitarnya memiliki kepribadian yang pesimis, tidak percaya diri.

Kurangnya rasa percaya diri anak akan menghambat perjalanan kehidupan anak tentunya akan menghambat prestasinya di lingkungan sekolah. Rasa tidak percaya diri ini dapat dipengaruhi oleh faktor keterampilan, prestasi, fisik, ekonomi. Faktor keterampilan yaitu kemampuan individu dalam mengasah pikiran dan ide untuk membuat sesuatu yang bernilai atau sebuah kreatifitas seperti memasak, menyanyi, menjahit. Faktor prestasi yaitu sesuatu yang telah dicapai oleh individu seperti juara kelas, juara lomba yang diminati. Faktor fisik, penampilan fisik mempengaruhi kepercayaan diri seseorang terutama individu yang memiliki postur tubuh yang tidak ideal hal ini akan berdampak pada tingkat kepercayaan diri yang ia miliki seperti gemuk, pendek, kurus. Faktor ekonomi, keadaan ekonomi yang kurang stabil berdampak pada rasa percaya diri yang dimiliki seperti anak yang ada dikeluarga ekonomi belum stabil sehingga kesulitan untuk membayar buku hal ini akan menghambat anak dalam proses belajar mengajarnya anak menjadi tidak percaya diri karena tidak mendapatkan buku

untuk menunjang belajarnya dan anak akan malu merasa tidak percaya diri dengan teman-temannya.

METODE

Metode dalam pengabdian ini dibagi menjadi beberapa tahap yaitu:

1. Tahap pengenalan yang diawali dengan jargon semangat pagi kemudian ice breaking gajah semut, hitam hijau, maju mundur kanan kiri.
2. Tahap yang kedua merupakan tahap penyampaian materi yang diberikan oleh penulis dengan tema Percaya Diri. Dalam materi yang dibawakan penulis berisi pengertian percaya diri, faktor pendukung percaya diri, faktor penghambat percaya diri, video pendek terkait percaya diri, tips meningkatkan rasa percaya diri
3. Tahap ketiga penulis berbagi cerita terkait pengalaman yang membuat penulis tidak percaya diri dan cara mengatasinya.

HASIL

Dari hasil pengabdian yang telah dilakukan oleh narasumber di SMAN 1 Polokarto melalui ceramah dengan tema Percaya Diri dapat ditemukan hasil bahwa anak remaja kelas 10 IPA memiliki antusias yang cukup baik terkait materi percaya diri, waktu ice breaking mereka juga dengan sabar mengikuti setiap games yang diberikan oleh narasumber namun dalam pengamatan narasumber mereka memiliki tingkat kepercayaan diri yang masih kurang. Hal ini terlihat ketika narasumber mengamati anak-anak tersebut ketika diberi pertanyaan mereka tidak langsung menjawab karena masih malu dan takut salah, ada yang menjawab pertanyaan mengikuti jawaban temannya. Namun ada beberapa anak memiliki percaya diri yang cukup hal ini terlihat ketika proses penyampaian materi berlangsung waktu narasumber meminta salah satu anak membacakan materi mereka berani tanpa ragu untuk membaca.

Selama proses penyampaian materi berlangsung mereka mendengarkan dengan baik. Kurangnya rasa percaya diri yang dimiliki oleh anak akan menghambat anak untuk berkembang dan anak akan mengalami kesulitan untuk menjalani kehidupan maka dari itu peran orang tua dan guru sangat penting untuk mendorong anak memiliki kepribadian yang lebih baik dan berani mengungkapkan pendapatnya. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab (Ghufron dan Risnawari, 2010). Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu di dalam pribadinya sehingga terjadilah

pembentukan rasa percaya diri (Hakim, 2002).

DISKUSI

Menurut Mardatillah (2010), seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentunya memiliki ciri-ciri, yaitu mengenal dengan baik kekurangan dan kelebihan yang dimilikinya lalu mengembangkan potensi yang dimilikinya; membuat standar atas pencapaian tujuan hidupnya lalu memberikan penghargaan jika berhasil dan bekerja lagi jika tidak tercapai; tidak menyalahkan orang lain atas kekalahan atau ketidakberhasilannya namun lebih banyak introspeksi diri sendiri; mampu mengatasi perasaan tertekan, kecewa, dan rasa ketidakmampuan yang menghinggapinya; mampu mengatasi rasa kecemasan dalam dirinya; tenang dalam menjalankan dan menghadapin segala sesuatunya; berpikir positif; dan maju terus tanpa harus menoleh ke belakang. Menurut Lauster (2008), ada beberapa aspek dari kepercayaan diri yakni:

1. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa dia mengerti sungguh-sungguh akan apa yang dilakukannya
2. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan kemampuan
3. Obyektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi
4. Bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya
5. Rasional yaitu analisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

KESIMPULAN

Dari pengabdian yang telah dilakukan oleh penulis dapat disimpulkan bahwa ternyata remaja masih memiliki rasa percaya diri yang kurang. Hal ini tentunya akan menghambat remaja dalam menghadapi lingkungan yang ada disekitarnya, remaja masih merasa malu untuk mengungkapkan pendapat cenderung mengikuti pendapat orang lain, ragu mengambil keputusan, bersikap pasif, takut menjadi pusat perhatian, takut mencoba hal baru.

Kelebihan dari pengabdian ini adalah membuat narasumber memiliki pengalaman baru terkait membawakan materi percaya diri untuk remaja sehingga membuka sudut pandang narasumber ternyata diluaran masih banyak anak remaja yang masih merasa belum aman atau nyaman dengan keadaan dirinya semoga materi yang dibawakan oleh narasumber dapat

menjadi bekal untuk remaja dikedepannya nanti.

Kekurangan dari pengabdian ini adalah membangun bonding diawal karena waktu itu sedang masa jeda sehingga tidak semua siswa masuk jadi ketika ingin mulai mengisi mereka sempat menolak karena sedang asik mengobrol dengan temannya dan ada beberapa yang masih sholat dimasjid jadi membangun bonding diawal susah tapi dengan mengajak mereka ice breaking suasana cair tidak segaring diawal.

Penulis memberikan saran terkait percaya diri bahwa masih banyak anak remaja yang memiliki rasa percaya diri yang rendah. Mereka memiliki rasa minder yang tinggi cenderung memilih pasrah dalam pengambilan keputusan hal ini terlihat dari beberapa kali penulis menyampaikan materi dan memberikan pertanyaan lalu mereka memilih menjawab pertanyaan yang sama dengan temannya yang lain. Materi percaya diri ini merupakan materi dasar yang harus mereka kuasai sehingga penulis berharap lingkungan sekitar anak dapat membantu mendorong anak untuk mengembangkan kepercayaan diri yang mereka miliki melalui hal positif seperti bersyukur, rajin berolahraga, mencoba hal baru, keluar dari zona nyaman, melakukan kegiatan positif untuk menyalurkan hobi yang dimiliki, fokus kepada tujuan yang ingin dicapai

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Penulis mengucapkan terimakasih kepada siswa kelas 10 IPA SMAN 1 Polokarto yang telah meluangkan waktu dan terlibat dalam sosialisasi ini sehingga penulis dapat berbagi cara, pengalaman serta motivasi yang penulis pernah alami untuk membantu meningkatkan rasa percaya diri mereka. Semoga apa yang disampaikan penulis dapat memberikan semangat teman-teman SMAN 1 Polokarto untuk menumbuhkan rasa percaya diri mereka.

DAFTAR REFERENSI

- Riyanti, C., Darwis, R. 2020. Meningkatkan Kepercayaan Diri Pada Remaja Dengan Metode Cognitive Restructuring. *Jurnal Pengabdian dan Penelitian Kepada Masyarakat*. Vol 1 No 1 Hal 111-119. 1 Hal 111-119.
- Perdana, F. 2019. Pentingnya Kepercayaan Diri dan Motivasi Sosial Dalam Keaktifan Mengikuti Proses Kegiatan Belajar. *Jurnal Edueksos*. Vol 8 No 2 Hal 70-87.
- Rais, M. 2022. Kepercayaan Diri Dan Perkembangan Remaja. *Jurnal Perdidikan Dan Konseling*. Vol 12 No 1 Hal 40-47.
- Fitri, E., Zola, N., Ifdil. 2018. Profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*. Vol 4 No 1 Hal 1-5.
- Dewi, D., Supriyo, Suharso. 2013. Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Pola Asuh Orang Tua. *Jurnal UNNES*. Vol 2 No 4 Hal 9-16

LAMPIRAN



Gambar 1. Waktu Penyampaian Materi



Gambar 2. Bersama Peserta