

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Teori-teori Tentang Variabel Penelitian

1. Kepercayaan Diri

a. Pengertian Kepercayaan Diri

Lie (2003:336), mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah. Dengan kepercayaan diri, seseorang akan merasa lebih berharga dan mempunyai kemampuan untuk menjalani hidup. Sementara Ghufroon (2012:33), mengemukakan bahwa kepercayaan diri berasal dari suatu pengalaman hidup, kepercayaan diri merupakan suatu aspek keperibadian yang merupakan sebuah keyakinan atas segala kemampuan seseorang sehingga tidak mudah untuk dipengaruhi orang lain dan dapat melakukan suatu tindakan atas apa yang dikehendaki, memiliki perasaan gembira, selalu optimis, memiliki toleransi yang cukup, serta dapat bertanggung jawab.

Selain itu, Lauster (2012: 30) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan sikap atau keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki individu, sehingga individu tidak selalu cemas bertindak, bebas melakukan hal yang disukai, bertanggung jawab terhadap setiap perbuatan, hangat dan sopan saat berinteraksi dengan individu lain dan mampu mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Berdasarkan pendapat ketiga ahli di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap yakin akan kemampuan diri untuk menyelesaikan suatu pekerjaan dan masalah yang dihadapi agar siswa memiliki sikap perasaan gembira, selalu

optimis, memiliki toleransi yang cukup, serta bertanggung jawab dalam melakukan sesuatu.

b. Ciri-ciri siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri

Gina (2009:14-15), mengatakan bahwa siswa yang kurang memiliki kepercayaan diri terdiri dari 9 ciri, yaitu:

- 1) Berusaha menunjukkan sikap konformis semata-mata demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan dalam suatu kelompok.
- 2) Menyimpan rasa takut dan kekhawatiran terhadap penolakan.
- 3) Sulit menerima realita diri dan memandang rendah terhadap kemampuan diri, namun di lain pihak memasang harapan yang tidak realistis terhadap diri sendiri
- 4) Pesimis, mudah menilai sesuatu dari sisi negatif
- 5) Takut gagal sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memasang target untuk berhasil.
- 6) Cenderung menolak pujian yang ditunjukkan secara tulus, karena mereka memiliki penilaian yang rendah terhadap diri sendiri.
- 7) Selalu menempatkan diri sebagai yang terakhir, karena mereka menilai dirinya tidak mampu dalam melakukan sesuatu.
- 8) Mempunyai *External focus of control*, yaitu mudah menyerah pada nasib, serta sangat tergantung pada keadaan, pengakuan atau penerimaan dan bantuan orang lain.

c. Aspek – aspek Kepercayaan Diri

Menurut Lauster (2012:3), aspek-aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

1. Keyakinan kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya. Individu mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang dilakukan.
2. Optimis, yaitu sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Objektif, yaitu orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya dan melaksanakan tugas yang di berikan semaksimal mungkin sampai tuntas.
5. Rasional dan realitas, yaitu analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

d. Jenis-jenis Kepercayaan Diri

Menurut Nur'asyah (2005:5), kepercayaan diri dibagi menjadi dua jenis yaitu kepercayaan diri lahir dan kepercayaan diri batin sebagai berikut:

- a. Kepercayaan diri lahir adalah keyakinan pada diri sendiri yang diwujudkan dalam bentuk perilaku agar dapat dipahami oleh lingkungan sosial.
Kepercayaan ini terdiri dari:
 - a) Mampu berkomunikasi
 - b) Mampu menampilkan diri
 - c) Dapat mengendalikan emosi
 - d) Memiliki ketegasan
- b. Kepercayaan diri batin adalah kepercayaan diri yang memberikan perasaan dan anggapan bahwa individu dalam keadaan baik. Kepercayaan ini terdiri dari :
 - a) Cinta diri
 - b) Pemahaman diri
 - c) Memiliki tujuan yang jelas
 - d) Berfikir positif

e. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pembentukan Kepercayaan Diri

Menurut Santrock (2003:336-339), faktor yang mempengaruhi pembentukan kepercayaan diri sebagai berikut :

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. mereka bisa mengatasi rasa takut, khawatir, dan frustrasi.

2. Bimbingan Pribadi

a. Pengertian Bimbingan Pribadi

Menurut Ahmadi (2012 :12), “Bimbingan pribadi adalah seperangkat usaha bantuan kepada siswa agar dapat menghadapi sendiri masalah-masalah pribadi yang dialaminya, mengadakan penyesuaian pribadi, dan kegiatan rekreatif yang bernilai guna, serta berdaya upaya sendiri dalam memecahkan masalah masalah pribadi, rekreasi dan sosial yang dialaminya”. Sementara Rahman (2002:39), menyatakan bahwa 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. Selain itu, menurut Tohirin (2013:121), “Bimbingan pribadi adalah proses bimbingan yang membantu para siswa dalam menghadapi dan memecahkan masalah-masalah pribadi”.

Dari pendapat kedua ahli di atas maka dapat disimpulkan bahwa bimbingan pribadi merupakan bimbingan dalam membantu siswa menyelesaikan masalah pribadinya. Proses penyelesaian masalah dilakukan dengan menggunakan *treatment* bimbingan pribadi tersebut. Pemberian *treatment* yang dilakukan oleh konselor bertujuan agar siswa dapat dengan mudah membiasakan diri dengan setiap kondisi sebagai kekuatan dalam menghadapi setiap persoalan khususnya yang berkaitan dengan masalah pribadi siswa.

b. Tujuan Bimbingan Pribadi

Tohirin (2013:123), menyatakan bahwa 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 sebagai berikut:

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.

d. Bentuk – bentuk Bimbingan Pribadi

Menurut Damayanti (2012:37), bentuk – bentuk bimbingan pribadi sebagai berikut :

1. Bimbingan informasi

Bimbingan informasi tentang tahap-tahap perkembangan dapat mencakup perkembangan: Fisik, motorik, Bicara, Emosi, Sosial, Penyesuaian sosial, Bermain, Kreativitas, Moral, dan Seks

2. Pengumpulan data

Data yang dikumpulkan berkenaan dengan bimbingan pribadi dapat mencakup: Identitas individu seperti nama lengkap, nama panggilan, jenis kelamin, tempat tanggal lahir, agama, alamat, bahasa daerah, anak ke, orangtua, kejasmanian dan kesehatan, riwayat pendidikan, prestasi, bakat, dan minat.

3. Bimbingan orientasi

Bimbingan orientasi bidang pengembangan mencakup suasana, lembaga dan objek pengembangan pribadi seperti lembaga pengembangan bakat, pusat kebugaran dan latihan pengembangan kemampuan diri, tempat rekreasi dan lain sebagainya.

B. Hasil Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Penelitian oleh Dewi (2020). Judul: Profil kepercayaan diri siswa dan implikasinya bagi program bimbingan pribadi sosial kelas VIII SMP Negeri Kota Serang, Provinsi Banten tahun pelajaran 2020/2021.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran mengenai kepercayaan diri siswa kelas VIII di SMP Negeri 4 Kota Serang. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu angket, observasi, dan wawancara.

Teknik pengambilan sampel menggunakan sampel jenuh atau total sampling. Analisis data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis kuantitatif deskriptif dengan rumus presentasi : Uji t (t-test).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri yang dialami siswa kelas VIII SMP Negeri 4 Kota Serang, berada pada kategori rendah dengan persentase 24,77%, kategori sedang dengan persentase 60%, dan kategori tinggi dengan persentase 15,23%. Setelah diketahui maka, dapat disimpulkan bahwa masih kurangnya rasa kepercayaan diri dalam siswa.

2. Penelitian oleh Fitri (2018). Judul : Profil kepercayaan diri remaja serta faktor- faktor yang mempengaruhi kelas VII dan VIII SMP Dewi Sartika Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat tahun pelajaran 2018/2019.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kepercayaan diri siswa kelas Kelas VII dan VIII SMP Dewi Sartika Kota Bandung. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berbentuk korelasional.

Sampel penelitian ditentukan dengan menggunakan *Proporsional Random Sampling*. Teknik Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis deskriptif norm kriterian dan uji hipotesis penelitian menggunakan regresi ganda dengan bantuan program SPSS.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri yang dialami siswa kelas VII dan VIII SMP Dewi Sartika Kota Bandung, berada pada kategori sedang dengan persentase 28,2 %, kategori tinggi dengan persentase 15,4 %, dan kategori rendah dengan persentase 71,8%. Setelah diketahui maka, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar kepercayaan diri remaja berada katagori rendah.

3. Penelitian oleh Adi (2016). Judul : Hubungan Percaya Diri dengan Hasil Belajar PJOK di SMP Se–Kecamatan Ule Kareng Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016/2017.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara percaya diri dengan hasil belajar PJOK di SMP se-Kecamatan Ule Kareng Banda Aceh Tahun Pelajaran 2016/2017.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan teknik korelasional. Alat pengumpulan data yaitu angket, dokumentasi dan nilai raport semester genap.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *random sampling*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan rumus korelasi *produk momen*.

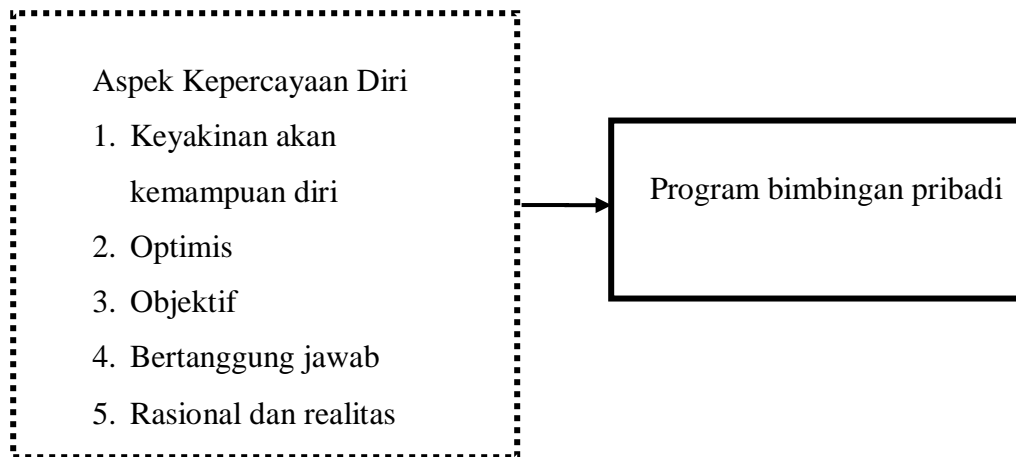
Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara percaya diri siswa terhadap hasil belajar PJOK pada siswa SMP se-kecamatan Ule Kareng Banda Aceh tahun pelajaran 2016/2017 yaitu rasa percaya diri memberi kontribusi terhadap hasil belajar PJOK sebesar 56,25% dan sisanya 43,37%, dipengaruhi oleh faktor lain.

C. Kerangka Konseptual

Sekaran (dalam Sugiyono, 2018:60) mengemukakan bahwa 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.

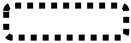


Sumber: Lauster (2012:3)


Bagan 2.1

Kerangka Konseptual

Keterangan bagan :

 : Variabel Penelitian

 : Implikasi program bimbingan pribadi

 : Garis yang menunjukkan sumbangan dari hasil penelitian bagi program bimbingan pribadi.