

Deskripsi Tingkat *Self Confidence* Remaja

Della Nur Arienza¹⁾, Indah Fajrotuz Zahro²⁾

¹⁾ Institut At Tanwir Bojonegoro, Indonesia

²⁾ Institut At Tanwir Bojonegoro, Indonesia

e-mail Correspondent : 1dellanurarienza@gmail.com

Received: 16-02-2025

Revised: 23-03-2025

Accepted: 07-04-2025

Info Artikel

Abstract

This study aims to determine the description of the level of Self Confidence of adolescents. 52 adolescents with random sampling techniques are subjects in the study. The research method is descriptive quantitative. The Self Confidence Scale is a Likert scale of 50 statements divided into favorable and unfavorable items with alternative answers strongly agree, agree, disagree and strongly disagree which are arranged from the Lauser concept, namely aspects of independence, commitment, self-understanding, self-adjustment, assertiveness, optimism and daring to express opinions. Researchers use a used tryout scale. Validity test with product moment technique and reliability test using alpha cronbach technique with SPSS 26.00 application. From the validity test, 37 valid items were obtained while the results of the reliability test were 0.925 including strong reliability. The range of the Self Confidence level group of Sumerrejo Bojonegoro adolescents is a high group of 8 adolescents, medium group of 40, low group of 4 adolescents. The results of this study recommend that adolescents continue to improve their Self Confidence.

Keywords:

Adolescents, Self Confidence.

Abstrak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui deskripsi tingkat *self confidence* remaja. Subjek penelitian adalah 52 remaja yang diperoleh dengan teknik random sampling. Metode penelitian adalah deskriptif kuantitatif. Skala *Self Confidence* berupa skala likert sejumlah 50 pernyataan yang terbagi menjadi item *favorable* dan *unfavorable* dengan alternatif jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju yang disusun dari konsep Lauser yakni aspek kemandirian, komitmen, pemahaman diri, penyesuaian diri, tegas, optimis dan berani berpendapat. Peneliti menggunakan skala tryout terpakai. Uji validitas dengan teknik *product moment* dan uji reabilitas menggunakan teknik *alpha cronbach* dengan aplikasi SPSS 26.00. Dari uji validitas diperoleh 37 item valid sementara hasil uji reliabilitas sebesar 0,925 termasuk reliabilitas kuat sekali. Rentangan kelompok tingkat *Self Confidence* remaja Sumerrejo Bojonegoro adalah kelompok tinggi sejumlah 8 remaja, sedang sejumlah 40, rendah berjumlah 4 remaja. Hasil penelitian ini merekomendasikan kepada remaja untuk terus meningkatkan *Self Confidence* remaja.

Kata kunci:

Remaja, *Self Confidence*.

PENDAHULUAN

Remaja berasal dari bahasa Latin yaitu *Adolescence* yang berarti “Tumbuh untuk mencapai kematangan”. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Santrock 2007, (dalam Deni) menjelaskan masa remaja dimulai sekitar usia 10 hingga 13 tahun dan berakhir pada sekitar usia 18 sampai dengan 22 tahun. Selanjutnya membagi masa remaja menjadi periode awal dan periode akhir. Masa remaja awal (*early adolescence*) berlangsung pada masa sekolah menengah pertama sampai sekolah menengah. Masa remaja terakhir (*late adolescence*) kurang lebih terjadi petengahan dasawarsa yang kedua dari kehidupan.

Menurut WHO, batasan usia remaja adalah 10 sampai dengan 24 tahun. Namun, jika seseorang sudah menikah pada usia remaja, maka mereka dianggap sebagai dewasa. Sebaliknya, jika seseorang sudah berusia dewasa tetapi masih bergantung pada orang tua, maka mereka dianggap sebagai remaja. Sedangkan menurut Badan Koordinasi Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja berusia 10-24 tahun.

Santrock (2007) menyatakan pada masa remaja terjadi proses peralihan perkembangan yang melibatkan perubahan dalam individu, seperti biologis, sosio-emosional dan kognitif. Selain itu, remaja juga berada pada masa bekejolak dan berisi konflik serta perubahan suasana hati. Remaja juga disebut sebagai masa kebingungan, remaja mulai mencari jati diri, dan remaja masih labil dan mudah terpengaruh oleh lingkungan, oleh karena itu dukungan perlu diberikan kepada remaja melalui sekolah, keluarga dan juga masyarakat.

Masa remaja merupakan masa dimana remaja mengalami perubahan yang cukup signifikan, mulai dari fisik, psikis, sosio emosional dan juga lingkungan, remaja juga mengalami permasalahan permasalahan yang cukup kompleks yang mencakup permasalahan mulai dari tekanan sosial, perubahan gaya hidup, hingga kecenderungan pada pola interaksi digital yang intens. Menurut Retnowati (dalam Christiani) masa remaja sering dikaitkan dengan *stereotip* akan menyimpang dan perilaku tidak wajar. *Stereotip* akan masa remaja yang berkaitan dengan penyimpangan dan perilaku yang tidak wajar ternyata dapat mendukung banyak teori perkembangan yang membahas ketidakselarasan, emosi belum stabil, dan gangguan perilaku yang disebabkan adanya tekanan yang dialami remaja karena perubahan yang terjadi pada dirinya sendiri dan lingkungan.

Fuhrman, 1990 (dalam Christiani 2024) Perubahan fisik pada remaja disertai dengan perubahan psikologis dimunculkan oleh sekresi hormon seks yang kemudian merangsang minat seksual. Meningkatnya kadar hormon testosteron akan membuat remaja pria lebih agresif dan bersemangat untuk mencoba hal hal baru. Pertambahan hormon dari kelenjar adrenaline juga akan membuat remaja cenderung membangkang dan memiliki sifat pemberontak. Perubahan psikologis, membuat remaja berada pada kebimbangan dalam pencarian identitas diri, lebih sensitif, agresif dan mudah bereaksi terhadap lingkungan. Sedangkan perkembangan intelektual menjadikan remaja mampu berpikir abstrak senang mengkritik, ingin mengetahui hal hal baru, sehingga muncul perilaku ingin coba coba. Perkembangan pada masa remaja disertai oleh berkembangnya kapasitas intelektual, stress dan harapan harapan baru membuat mereka mudah mengalami gangguan baik berupa gangguan pikiran, perasaan, maupun gangguan perilaku. Stres, kesedihan, kecemasan, kesepian, keraguan pada diri remaja membuat mereka mengambil resiko dengan membuat kenakalan. Kondisi demikian apabila tidak segera ditangani akan membawa dampak buruk bagi perkembangan mental remaja.

Permasalahan remaja sering meliputi krisis identitas, tekanan dari teman sebaya, kecemasan tentang penampilan, kesulitan belajar, masalah percintaan, konflik dengan orang tua, serta stress akibat media sosial. Salah satu penyebab remaja demikian adalah ketidak pahaman remaja mengenai perkembangan dirinya yang dapat menyebabkan kurangnya kepercayaan diri, kebingungan, keputusan yang salah terkait kesehatan dan hubungan, serta potensi resiko masalah mental dan fisik. Pemahaman yang baik penting untuk tumbuh kembang optimal dan pengambilan keputusan yang bijak.

Salah satu permasalahan yang dihadapi remaja sekarang adalah rendahnya rasa percaya diri. Percaya diri merupakan bentuk mencintai diri sendiri dengan penuh keyakinan, yang percaya akan kemampuan diri, mengetahui batasan diri dan bagaimana kita memperlakukan, serta memposisikan diri sendiri terhadap orang lain. Razack (2021) mengatakan kehidupan yang sulit disebabkan oleh rendahnya harga diri, kurang percaya diri, ketakutan yang cemas atau mengkhawatirkan, keputusan, atau sekadar ketidakefektifan.

Menurut Hambly 1992 (dalam Andiwijaya) kepercayaan diri merupakan keyakinan terhadap diri sehingga mampu menghadapi segala situasi dengan tenang, kepercayaan diri lebih banyak berkaitan dengan hubungan seseorang dengan orang lain. Tidak merasa inferior dan tidak merasa canggung ketika berhadapan dengan banyak orang. Andiwijaya juga menambahkan ciri ciri orang kurang percaya diri antara lain: takut untuk berinteraksi sosial, selalu merasa ada kekurangan baik kemampuan ataupun fisik dari dalam diri, merasa ragu ragu untuk melakukan sesuatu, dan tidak memiliki konsep diri.

Walgito, 2000 (dalam Rais) Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam masa perkembangan remaja. 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 (dalam Rais).

Berdasarkan hasil penelitian Hasanah (2023) yang berjudul “Kepercayaan Diri Pada Remaja Awal Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Di SMP Negeri 2 Lhokseumawe” tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dukungan sosial keluarga terhadap tingkat kepercayaan diri remaja, hasil dari penelitian ini adalah bahwa ada hubungan positif antara dukungan sosial keluarga dengan kepercayaan diri. Selanjutnya penelitian Sabillah (2023) yang berjudul “Peran *Self Confidence* Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Generasi Z” yang bertujuan untuk mengetahui *self confidence* sebagai tombak awal dalam penggunaan media sosial karena bermain media sosial tanpa menggunakan adanya *Self Confidence* akan berdampak pada kesehatan mental, jadi setiap orang yang bermain media sosial harus memiliki *Self Confidence* dan *Self Esteem* yang tinggi agar dapat mempengaruhi seseorang untuk berperilaku sesuai dengan norma dan adab serta menghindari peredaran berita hoax serta impulsive terhadap trend yang terjadi di media sosial. .

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut dengan tujuan untuk mengetahui deskripsi tingkat *Self Confidence* remaja Sumberrejo Bojonegoro.

LANDASAN TEORI

Menurut Hakim (2002:6) mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap segala kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu mencapai tujuan dalam hidup. Menurut Lauser (2012:12-14) *Self Confidence* merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri, sehingga individu tidak merasa cemas dalam setiap tindakan, dapat bebas melakukan yang disukai dan bertanggung jawab atas segala perbuatan yang dilakukan, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang lain.

Sedangkan menurut Hurlocks, *Confidence* (kepercayaan diri) merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki segala sesuatu yang diinginkan. Untuk mengembangkan kepercayaan diri, kita perlu meningkatkan meningkatkan konsep diri, kemampuan dan interaksi sosial.

Menurut Sutrina & Firman (dalam Isnaeni) kepercayaan diri merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan diri, kemampuan yang dimiliki agar dapat mencapai kesuksesan dan selalu menumbuhkan perilaku positif terhadap lingkungan. Menurut Willis (dalam Komara) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang yang mampu mengulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Pada dasarnya kepercayaan diri lahir atas dasar kesadaran manusia. Konsep percaya diri pada dasarnya merupakan keyakinan bahwa kita dapat menjalani hidup, menimbang pilihan dan membuat keputusan, untuk dapat melakukan sesuatu.

Berdasarkan pengertian *Self Confidence* dari berbagai ahli diatas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri atau *Self Confidence* merupakan sikap yang dimiliki individu yang yakin dan percaya terhadap kemampuan yang dimiliki dan mampu bertindak dengan penuh keyakinan terhadap sesuatu yang menjadi pilihannya. Kepercayaan diri merupakan aspek yang penting dalam kehidupan, karena adanya kepercayaan diri seseorang sanggup mengaktualisasikan segala potensi yang ada.

Aspek-aspek kepercayaan diri menurut Lauster (dalam Gufron & Risnawita S, 2014:36) adalah sebagai berikut: 1. Keyakinan kemampuan diri, merupakan sikap positif seseorang tentang dirinya. 2. Optimis, merupakan sikap positif yang dimiliki seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya. 3. Objektif, Orang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri. 4. Bertanggung jawab, merupakan kesediaan orang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. 5. Rasional dan realistis, merupakan analisis terhadap suatu masalah, sesuatu hal, dan suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.

Menurut Sarastika (2014), Macam macam percaya diri dibagi menjadi empat, antara lain;

1. *Self-concept*. Bagaimana individu memutuskan sesuatu, bagaimana cara melihat diri secara keseluruhan dan bagaimana konsep diri secara keseluruhan.
2. *Self-esteem*. Sejauh mana individu memiliki perasaan positif terhadap diri, sejauh mana memiliki sesuatu yang bernilai dan berharga tentang diri, seberapa besar yakin bahwa memiliki sesuatu yang bernilai.
3. *Self-efficacy*. Seberapa percaya diri terhadap kemampuan dalam menyelesaikan masalah serta tugasnya dengan baik. Ini disebut *self-efficacy* umum, atau sejauh mana seseorang percaya pada kemampuannya untuk melakukan hal-hal tertentu. Ini juga dikenal sebagai efikasi diri spesifik.
4. *Self-confidence* Yaitu sejauh mana perasaan yakin terhadap penilaian atas kemampuan diri serta sejauh mana perasaan yakin adanya kepantasan untuk berhasil. Percaya diri yaitu kombinasi dari *self-esteem* dan *self-efficacy*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja di Kecamatan Sumberrejo, Bojonegoro. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah random sampling dengan 52 remaja. Alasan mengambil random sampling adalah untuk mengetahui tingkat *Self Confidence* secara acak pada remaja dan mempersingkat waktu, karena skala *Self Confidence* di bagikan melalui *google form* secara random melalui nomor *WhasApp* peneliti. Instrument dalam penelitian ini adalah skala *Self Confidence*. Skala *Self Confidence* berupa skala likert sejumlah 50 pernyataan yang terbagi menjadi item *favorable* dan *unfavorable* dengan alternatif jawaban sangat setuju, setuju, tidak setuju dan sangat tidak setuju yang disusun dari konsep Lauser yang terdiri dari aspek kemandirian, komitmen, pemahaman diri, penyesuaian diri, tegas, optimis dan berani berpendapat.

Instrument skala *Self Confidence* yang telah disusun selanjutnya disebar kepada sampel penelitian sejumlah 52 siswa. Peneliti menggunakan skala tryout terpakai. Setelah skala diisi oleh remaja selanjutnya dilakukan uji validitas dengan menggunakan teknik *product moment* dengan bantuan SPSS 26.0, dan uji reabilitas menggunakan teknik *alpha cronbach* dengan bantuan aplikasi SPSS 26.0.

Pada 50 item pernyataan setelah diuji validitas dengan rumus *product moment* dengan bantuan SPSS 26.0 diperoleh 37 item valid yaitu item 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 17, 18, 20, 21, 22, 23, 25, 26, 28, 29, 33, 36, 37, 40, 41, 41, 43, 44, 45, 46, 47, 48, dan 50. Sementara item yang tidak valid sebanyak 13 item, antara lain item 15, 16, 19, 24, 27, 30, 31, 32, 34, 35, 38, 39, dan 49. Rentangan skor terendah ada pada item 35 yaitu sebesar 0,038 sedangkan skor tertinggi ada pada item 23 yaitu sebesar 0,770. Hasil uji reliabilitas pada skala *Self Confidence* pada remaja Sumberrejo Bojonegoro sebesar 0,925 termasuk dalam kategori reliabilitas kuat sekali. Jika ditinjau dari nilai rata rata maka *Self Confidence* berada dalam kategori kuat sekali pada interval 0,91-0,99. Selanjutnya dilakukan analisis dengan menggunakan uji analisis deskriptif dengan SPSS 26.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini terdiri dari satu variable, yakni *Self Confidence*. Jumlah subjek pada penelitian ini adalah sebanyak 52 subjek. Deskripsi dari masing masing variable berdasarkan hasil penyebaran skala kepada tiap tiap remaja Sumberrejo Bojonegoro, hasil dapat dijelaskan sebagai berikut:

A. Identitas Responden

1. Umur Subjek

Umur subjek penelitian dapat dilihat dari table sebagai berikut:

Table 1. Umur Subjek Penelitian

No.	Umur	Jumlah Subjek Penelitian
1	12 Tahun	1 Remaja

2	15 Tahun	1 Remaja
3	18 Tahun	1 Remaja
4	19 Tahun	5 Remaja
5	20 Tahun	6 Remaja
6	21 Tahun	21 Remaja
7	22 Tahun	14 Remaja
8	23 Tahun	3 Remaja

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa umur subjek penelitian terbanyak adalah umur 21 Tahun sebanyak 21 remaja, selanjutnya 14 remaja dengan umur 22 tahun, 6 remaja dengan umur 20 Tahun, 5 remaja dengan umur 18 tahun, 3 remaja dengan usia 23 tahun, 1 remaja dengan usia 18 Tahun, 1 remaja dengan usia 15 Tahun, dan 1 remaja dengan usia 12 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa remaja di Kecamatan Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro khususnya rata-rata umur 12- 24 tahun merupakan usia produktif yang penuh dengan tumbuh dan berkembang sesuai dengan tahapan remaja, yang aktif dalam mempersiapkan dirinya dimasa depan.

2. Jenis Kelamin Subjek

Jenis kelamin secara umum dapat memberikan perbedaan pada perilaku *Self Confidence* remaja Kecamatan Sumberrejo Bojonegoro. Jenis kelamin seringkali dapat menjadi pembeda aktivitas yang dilakukan oleh remaja kecamatan sumberrejo kabupaten Bojonegoro. Penyajian data subjek penelitian berdasarkan jenis kelamin sebagai berikut:

Tabel 2. Jumlah Remaja Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jumlah Remaja	Jenis Kelamin
1	45 remaja	Perempuan
2	7 remaja	Laki-laki

Berdasarkan tabel jenis kelamin diatas, dapat diketahui bahwa subjek penelitian pada jenis kelamin laki-laki berjumlah 7 remaja dan subjek penelitian pada jenis kelamin perempuan berjumlah 45 remaja.

B. Analisis Deskriptif

Untuk mengelompokkan remaja dalam tiga rangking yaitu: Rangking Atas (kelompok remaja yang tergolong *Self Confidence* tinggi), Rangking Tengah (kelompok remaja yang tergolong *Self Confidence* rendah/cukup), dan Rangking Bawah (kelompok remaja yang tergolong *Self Confidence* rendah), dengan menggunakan rumus:

$M + 1 SD$	→	Rangking Atas
$M - 1 SD$	→	Rangking Tengah
	→	Rangking Bawah

Keterangan:

M = Mean

SD = Standar Deviasi

Diketahui:

Mean = 115, 08

SD = 10,230

Penghitungan:

$M + 1 \text{ SD} = 115,08 + 10,230 = 125,31$

$M - 1 \text{ SD} = 115,08 - 10,230 = 104,85$

Tabel 3. Rentang Klasifikasi/ Kelompok Self Confidence

No	Rentangan	Klasifikasi/ Kelompok	Jumlah Remaja
1.	125,08 – 144	Tinggi	8
2.	104,85 – 125,08	Sedang	40
3.	0 – 104,85	Rendah	4
Total			52

Untuk mengetahui deskripsi tingkat *Self Confidence* remaja Kecamatan Sumberrejo Kabupaten Bojonegoro peneliti menggunakan uji analisis deskriptif yang tampak pada table berikut:

Table 4. Descriptive Statistic

	N Statistic	Range Statistic	Minimum Statistic	Maximum Statistic	Sum Statistic	Mean Statistic	Std. Deviation Statistic	Variance Statistic	Skewness		Kurtosis	
									Statistic	Std. Error	Statistic	Std. Error
SKOR	52	46	98	144	5984	115,08	10,230	104,661	1,210	,330	1,206	,650
Valid N (listwise)	52											

Berdasarkan nilai analisis deskriptif dengan bantuan computer aplikasi SPSS 26.0 menunjukkan jumlah subjek penelitian berjudul deskripsi tingkat remaja Sumberrejo Bojonegoro sejumlah 52 remaja. Pada 52 remaja tersebut skor terkecil (minimum) *Self Confidence* remaja adalah 98, sementara skor terbesar (maksimum) dengan nilai maksimum yakni sebesar 144. Sedangkan sum merupakan penjumlahan dari skor *Self Confidence* ke 52 remaja Sumberrejo Bojonegoro yaitu sebesar 5984. Rata rata atau mean dari 52 subjek sebesar 115,08 dengan Standart deviasi sebesar 10,230.

Skewness dan kurtosis merupakan ukuran untuk melihat apakah skor *Self Confidence* terdistribusi secara normal atau tidak. Skewness mengukur kemencengan dari data sementara kurtosis mengukur puncak dari distribusi data. Data dapat dikatakan terdistribusi dengan normal jika memiliki nilai skewness dan kurtosis mendekati 0. Pada tampilan output SPSS diatas diketahui nilai skewness dan kurtosis masing masing yakni *Self Confidence* nilai 1,210 dan 1,260 sehingga dapat disimpulkan bahwa skor *Self Confidence* remaja Sumberrejo Bojonegoro terdistribusi secara normal.

DISCUSSION (Pembahasan)

Percaya diri merupakan sikap positif individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif pada diri sendiri, lingkungan ataupun situasi yang dihadapinya.

Rasa percaya diri yang tinggi sebenarnya hanya merujuk pada adanya beberapa aspek dari kehidupan individu tersebut, dimana ia merasa memiliki kompetensi, yakin, mampu dan percaya bahwa ia bisa karena didukung oleh pengalaman, potensi aktual, prestasi serta harapan yang realistis terhadap diri sendiri. Untuk itu remaja perlu mengetahui ciri-ciri atau karakteristik orang yang memiliki rasa percaya diri dan kurang percaya diri serta cara memupuk rasa percaya diri.

Ciri-ciri individu yang percaya diri: 1. Percaya akan kemampuan diri, tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan ataupun rasa hormat dari orang lain; 2. Tidak terdolong menunjukkan sikap konformis demi diterima oleh orang lain; 3. Berani menerima dan menghadapi penolakan dari orang lain, dalam arti berani menjadi diri sendiri; 4. Memiliki pengendalian diri yang baik dan memiliki emosi yang stabil; 5. Memiliki pandangan keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha sendiri, dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung pada orang lain; 6. Mempunyai pandangan yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya; 7. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri.

Ciri-ciri individu yang kurang percaya diri: 1. Berusaha menunjukkan sikap konformis, demi mendapatkan pengakuan dari orang lain; 2. Memiliki rasa khawatir terhadap penolakan dari orang lain; 3. Sulit menerima realita diri; 4. Memiliki sikap pesimis; 5. Memiliki perasaan takut gagal; 6. Cenderung menolak pujian yang ditunjukkan secara tulus, akibat dari tidak percaya diri merasa pujian tidak sesuai dengan dirinya; 7. Selalu memposisikan diri sebagai yang paling terakhir; 8. Mudah menyerah pada nasib; 9. Suka membicarakan kejelekan orang lain, ia berusaha mencari teman dan membuat orang lain tidak terlihat lebih baik darinya; 10. Tidak mau menghargai karya orang lain.

Cara memupuk rasa percaya diri: 1. Menilai diri secara obyektif; 2. Beri penghargaan jujur terhadap diri; 3. Berpikir positif; 4. Gunakan *self affirmation*; 5. Berani mengambil resiko; 6. Belajar mensyukuri dan menikmati rahmat tuhan. Menurut Hurlocks (dalam Andiwijaya), perkembangan kepercayaan diri pada masa remaja dipengaruhi oleh pola asuh, penampilan fisik, kematangan usia, hubungan keluarga, jenis kelamin, dan teman.

Menurut Ghufon (2010) Kepercayaan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain: yang pertama, konsep diri. Menurut Antony 1922 (dalam Ghufon), terbentuknya kepercayaan diri pada individu diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri. Yang kedua, harga diri. Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso (dalam Ghufon) berpendapat bahwa tingkat harga diri individu akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri individu. Yang ketiga, pengalaman. Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri seseorang. Anthony 1922 (dalam Ghufon) berpendapat bahwa pengalaman masa lalu merupakan hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian yang sehat.

Menurut Komara, 2016 (dalam Rais) 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 mereka tidak

mampu mengembangkan bakat, minat, dan potensi yang ada didalam dirinya dan tidak mampu mengaktualisasikan diri dengan maksimal.

Hasil penelitian Masruroh (dalam Annisa) menyatakan bahwa setiap peserta didik yang memasuki usia remaja mempunyai *self confidence* pada level yang cukup tinggi. Faktor yang dapat mempengaruhi proses pembelajaran ialah salah satunya *self confidence* yang memiliki suatu peran yang penting selama proses pembelajaran. Jika peserta didik yang memiliki level kepercayaan diri (*self confidence*) tinggi maka hasil dari proses pembelajaran selama ini akan maksimal.

Iswidharmanjaya dan Agung, 2005 (dalam Amri) mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, individu dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Kepercayaan yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam proses kehidupan, karena apabila individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka akan timbul motivasi pada diri individu untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya. Dengan kepercayaan diri, individu dapat meningkatkan kreativitas dirinya, sikap dalam mengambil keputusan, nilai-nilai moral, sikap dan pandangan, harapan dan aspirasi. Menurut Mastuti dan Aswi, 2008 (dalam Amri) individu yang tidak percaya diri biasanya disebabkan karena individu tersebut tidak mendidik diri sendiri dan hanya menunggu orang melakukan sesuatu kepada dirinya. Semakin tinggi kepercayaan diri semakin tinggi pula apa yang ingin dicapai.

Helwig (2002) menjelaskan bahwa individu yang menghargai diri sendiri, mencintai diri sendiri yang benar adalah ketika seseorang mengetahui dan menerima kebenaran tentang dirinya sendiri. Sehingga menilai diri secara akurat, perlu mempertimbangkan sudut pandang seseorang terhadap dirinya sendiri. Perspektif ini berkaitan dengan cara seseorang memandang dirinya secara keseluruhan, termasuk nilai-nilai yang konsisten, dan memiliki keyakinan yang kuat.

Maharaj (2003) memaparkan cinta adalah keadaan di mana seseorang merasa nyaman dan bahagia dengan dirinya sendiri. Rasa cinta itu datang dalam diri sendiri, bukan dari luar. Cinta adalah kesadaran diri sendiri dan untuk menggapai cinta dibutuhkan perjuangan dan usaha. Maka dari itu, semua aktivitas yang dilakukan di dunia ini dimaksudkan untuk mendapatkan cinta dari dalam yaitu diri kita sendiri. Mencintai diri sendiri sebagai bentuk mensyukuri, sadar dan menerima diri apa adanya, menghargai nilai diri, bangga terhadap diri sendiri dan berani menjadi diri sendiri.

Irmayanti (2021) menyatakan bahwa *self-love* adalah tindakan yang membuat kemajuan dan selalu mengapresiasi diri sendiri. Husna (2023) memaparkan bahwa jika seseorang sangat mencintai diri mereka sendiri maka rasa percaya diri itu juga akan tumbuh dalam dirinya. Dengan demikian semakin tinggi seseorang memiliki kemampuan *self-love*, semakin besar pula rasa percaya dirinya.

Berdasarkan hasil temuan peneliti pada subjek penelitian dengan jumlah subjek 52 remaja di Sumberrejo Bojonegoro, diketahui bahwa remaja laki-laki berjumlah 7 remaja dimana 2 remaja laki laki memiliki tingkat *self confidence* tinggi dengan prosentase 28,57% dan 5 remaja laki laki memiliki tingkat *self confidence* yang sedang dengan prosentase 71,43%. Sementara pada remaja perempuan, diketahui pada 45 jumlah remaja perempuan rata rata memiliki tingkat *self confidence* yang sedang. Sejumlah 6 remaja perempuan memiliki tingkat *self confidence* tinggi dengan prosentase 13,33%, sedangkan 35 remaja dengan tingkat *self confidence* sedang dengan prosentase 77,78% dan 4 remaja yang memiliki tingkat *self confidence* yang rendah dengan prosentase 8,89%.

Jika dilihat dari klasifikasi rentang usia subjek penelitian sejumlah 52 remaja maka dapat diketahui; remaja dengan usia 12 tahun sejumlah 1 remaja memiliki tingkat *self confidence* sedang. Remaja dengan usia 15 tahun sejumlah 1 remaja memiliki tingkat *self confidence* sedang. Remaja dengan usia 18 tahun sejumlah 1 remaja memiliki tingkat *self confidence* tinggi. Remaja dengan usia 19 tahun sejumlah 5 remaja memiliki tingkat *self confidence* sedang. Remaja dengan usia 20 tahun sejumlah 6 remaja dengan tingkat *self confidence*, 1 remaja dengan tingkat *self confidence* tinggi, 4 remaja dengan *self confidence* sedang dan 1 remaja dengan tingkat *self confidence* rendah. Selanjutnya remaja dengan usia 21 tahun sejumlah 21 remaja dengan tingkat *self confidence*, 3 remaja dengan tingkat *self confidence* tinggi, 16 remaja dengan tingkat *self confidence* sedang dan 2 remaja dengan *self confidence* rendah. Kemudian remaja dengan usia 22 tahun sejumlah 14 remaja dengan tingkat *self confidence*, 2 remaja dengan tingkat *self confidence* tinggi, 11 remaja dengan tingkat *self confidence* sedang dan 1 remaja dengan tingkat *self confidence* rendah. Sedangkan remaja dengan usia 23 tahun sejumlah 3 remaja memiliki tingkat *self confidence*, 1 remaja dengan tingkat *self confidence* tinggi dan 2 remaja dengan tingkat *self confidence* sedang.

Jika dilihat dari rentang pendidikan pada subjek penelitian sejumlah 52 remaja Sumberrejo Bojonegoro dapat diketahui; 3 remaja bersatus sebagai pelajar memiliki tingkat *self confidence*, 1 remaja memiliki tingkat *self confidence* tinggi dan 2 remaja memiliki tingkat *self confidence* sedang. Selanjutnya pada status sebagai mahasiswa sejumlah 46 mahasiswa memiliki tingkat *self confidence*, 7 remaja memiliki tingkat *self confidence* tinggi, 36 remaja memiliki tingkat *self confidence* sedang dan 3 remaja memiliki tingkat *self confidence* rendah. Sementara subjek dengan status lainnya sejumlah 3 remaja dengan tingkat *self confidence*, 2 remaja dengan tingkat *self confidence* sedang dan 1 remaja dengan tingkat *self confidence* rendah.

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat dikemukakan bahwa remaja Sumberrejo Bojonegoro mempunyai *self confidence* sedang akan berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan remaja itu sendiri, baik mempengaruhi hasil belajar, cara bersosial dan masih banyak lagi. Iswidharmanjaya dan Agung, 2005 (dalam Amri) mengatakan dengan kepercayaan diri yang cukup, individu dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan mantap. Kepercayaan yang tinggi sangat berperan dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam proses kehidupan, karena apabila individu memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka akan timbul motivasi pada diri individu untuk melakukan hal-hal dalam hidupnya. Dengan kepercayaan diri, individu dapat meningkatkan kreativitas dirinya, sikap dalam mengambil keputusan, nilai-nilai moral, sikap dan pandangan, harapan dan aspirasi.

Self Confidence dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain karena faktor dalam diri dan faktor dari luar atau lingkungan. Faktor dari dalam diri yang dapat mempengaruhi hasil belajar seperti yang dikatakan oleh Komara, 2016 (dalam Rais) 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 mereka tidak mampu mengembangkan bakat, minat, dan potensi yang ada didalam dirinya dan tidak mampu mengaktualisasikan diri dengan maksimal. Sedangkan faktor dari luar seperti yang dikemukakan oleh Hurlocks (dalam Andiwijaya), perkembangan kepercayaan diri pada masa remaja dipengaruhi oleh pola asuh, penampilan fisik, kematangan usia, hubungan

keluarga, jenis kelamin, dan teman. Hasil penelitian ini ditemukan bahwa *Self Confidence* memberikan pengaruh terhadap prestasi belajar, sosial-emosional sampai dengan psikologis mental remaja.

KESIMPULAN/CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 52 remaja Sumberrejo Bojonegoro yang mengisi skala *Self Confidence* berbentuk skala Likert terdapat 8 remaja dalam kategori tinggi, 40 remaja dalam kategori sedang, dan 4 remaja dalam kategori rendah. Skala *Self Confidence* yang disusun oleh peneliti dari 50 item yang valid adalah 37 item dan yang gugur adalah 13 item. Sedangkan reliabilitas skala *Self Confidence* sebesar 0,925 dan termasuk dalam kategori reliabilitas 0,91-0,99 sehingga termasuk dalam klasifikasi reliabilitas kuat sekali. Aspek *Self Confidence* remaja Sumberrejo Bojonegoro adalah: kemandirian, komitmen, pemahaman diri, penyesuaian diri, tegas, optimis dan berani berpendapat. Rentangan klasifikasi atau kelompok *Self Confidence* pada remaja Sumberrejo Bojonegoro yaitu: kelompok tinggi berjumlah 8 remaja, kelompok sedang berjumlah 40 remaja dan kelompok rendah berjumlah 4 remaja.

REFERENCES (DAFTAR PUSTAKA)

- Amri, Syaiful. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*. Vol. 3, No. 2. <https://ejournal.uinb.ac.id/index.php/jpmr>.
- Andiwijaya, Dessy. Liauw Franky. (2019). Pusat Pengembangan Kepercayaan Diri. *Jurnal STUP, Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur*. Vol. 1, No.2. 1695-1704.
- Annisa, Syarah. Abadi A. Prasetyo. (2023). Level Level Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Peserta Didik Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Vol. 5, No. 2.
- Christiani, Charis. & Mulajaya R. Permadi. (2024). Remaja, Masalah Dan Penanggulangannya. *Jurnal Suara Pengabdian 45*. Vol.3, No. 1, 08-16. Universitas 17 Agustus Semarang. <https://doi.org/10.46444/pengabdian45.v3i1.1414>.
- Deni, A. Unzila & Ifdil. (2016). Konsep Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, Vol. 2, No. 2. 43-52. <http://jurnal.iicet.org>.
- Devi, D. Kuspita. (2018). Efektivitas Nimbingan Kelompok Dengan Pendekatan Rational Emotive Behavior Therapy (REBT) Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas XI MA Masyariqul Anwar Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019. *Skripsi*. Lampung: Fakultas Tarbiyah Dan Keguruan. Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- Ghufron, Nur. Dan Risnawati S, Rini. (2010). *Teori Teori Psikologi*. Cet.1. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media Group.

- Hasanah, Uswatun. Safitri, Maulia. (2023). Kepercayaan Diri Pada Remaja Awal Ditinjau Dari Dukungan Sosial Keluarga Di SMP Negeri 2 Lhokseumawe. *Jurnal Of Healthcare Technology And Medicine*. Vol. 9, No. 2.
- Hulukati, Wenny. (2016). *Pengembangan Diri Siswa SMA*. Gorontalo: Ideas Publishing.
- Iftiza, Fachria. (2024). Rasa Percaya Diri Dan Bangga Terhadap Kemampuan Diri Sendiri (*Self-Love*) Generasi Z Di Kota Pontianak. Strategi Navigasi Pendidikan Inklusif Untuk Meningkatkan SDM Yang Berkualitas Dan Berdaya Saing. *Seminar Nasional Pendidikan (SNP) 2024*. Artikel. Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tanjungpura.
- Isnaeni. (2024). Konseling Rational Emotive Behavior Therapy Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Peserta Didik Kelas IX Di SMP Negeri 4 Pinrang. *Skripsi*. Malang: Fakultas Ushuluddin, Adab Dan Dakwah. Institute Agama Islam Negeri Parepare 2024M / 1445 H.
- Meriyati. Permasalahan Remaja, Bagaimana Memahami Serta Menanganinya?. (September 2024). (*Artikel Online*). Diakses Pada 18 April 2025. <https://www.rspondokindah.co.id/id/news/permasalahan-remaja-bagaimana-memahami-serta-menanganinya>.
- Rais, M. Riswan. (2022). Kepercayaan Diri (*Self Confidence*) Dan Perkembangan Pada Remaja. *Alsyad Jurnal Pendidikan Konseling*. Juni 2022. Vol. 12, No. 1. <https://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/al-irsyad>.
- Rustianingsih, Ana. Dhenok, Dian Farida Dkk. (2004). *Tubuh, Seksualitas dan Keadaulatan Perempuan*. Yogyakarta: PILP Mitra Kencana. Perpustakaan Komnas Perempuan. (*ebook*). Diakses pada tanggal 23 Maret 2025. https://perpustakaan.komnasperempuan.go.id/web/index.php?p=show_detail&id=502#:~:text=Pada%20umumnya%20remaja%20didefinisikan%20sebagai,dewasa%20atau%20bukan%20lagi%20remaja.
- Sabillah, Elza. (2023). Peran *Self Confidence* Dalam Penggunaan Media Sosial Pada Generasi Z. *Gunung Djati Conference Series, Conferences Series Learning Class*. Vol. 31. <https://conferences.uinsgd.ac.id/>
- Sarastika. (2014). *Buku Pintar Tampil Percaya Diri*. Yogyakarta: Arsaka,N.D. (*ebook*). Diakses Pada Tanggal 17 April 2025. https://perpustakaan.stt-wiworotomo.ac.id/index.php?p=show_detail&id=8405&keywords=.