

MEMBANGUN KEPERCAYAAN DIRI DALAM PENDIDIKAN ISLAM

Badrus Zaman

Institut Agama Islam negeri (IAIN) Salatiga

Email:badruszaman43@yahoo.com



Abstrak

Pendidikan Islam adalah bimbingan yang dilakukan oleh seorang dewasa kepada terdidik dalam masa pertumbuhan agar ia memiliki kepribadian muslim. Salah satu kepribadian muslim yang harus dibangun adalah rasa percaya diri, karna diciptakan sebagai makhluk yang paling mulia dan sebaik-baiknya bentuk manusia harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Kepercayaan diri itu dapat dibangun dengan cara sebagai berikut: Menjadikan hati ridha, bersyukur dan tawakal, mengenali diri sendiri, mencintai orang lain, menjauhi pikiran-pikiran dan perasaan negatif yang merusak kepribadian (gelisah, takut dan merasa gagal), bergaullah dengan orang yang sukses dan percaya diri, tentukan tujuan yang hendak dicapai dalam waktu dekat, dan ikuti berbagai kegiatan organisasi. Dengan memiliki rasa percaya diri akan memberikan manfaat sebagai berikut: Memberikan dan meningkatkan motivasi dalam kehidupan, mengurangi rasa rendah diri yang ada pada diri seseorang, meningkatkan prestasi, membuang perasaan takut, yang akan menghalangi suatu kesuksesan, tidak mudah putus asa apabila mengalami suatu kegagalan, mengurangi rasa depresi dan frustrasi, meningkatkan karisma dan kewibawaan, dan mengurangi rasa khawatir

Kata kunci: *kepercayaan diri, pendidikan Islam, kepribadian*

Pendahuluan

Sejak manusia menghendaki kemajuan dalam kehidupan, sejak saat itulah timbul gagasan untuk melakukan pengalihan, pelestarian, dan pengembangan kebudayaan melalui pendidikan. Oleh karna

itu, dalam sejarah pertumbuhan masyarakat, pendidikan senantiasa menjadi perhatian utama dalam rangka memajukan kehidupan generasi yang sejalan dengan tuntutan masyarakat. pendidikan merupakan proses perubahan perilaku yang terjadi pada

diri seseorang yang akan terwujud dalam kepribadiannya, pembentukan kepribadian seseorang ditentukan oleh lingkungan di manapun dia berada baik lingkungan keluarga, sekolah maupun masyarakat.

Pendidikan Islam pada hakikatnya adalah usaha orang dewasa muslim yang bertakwa secara sadar mengarahkan dan membimbing pertumbuhan serta perkembangan fitrah (kemampuan dasar) anak didik melalui ajaran Islam kearah titik maksimal pertumbuhan dan perkembangannya (H.M Arifin, 2008: 22). Selain itu, pendidikan Islam berarti sistem pendidikan yang dapat memberikan kemampuan seseorang untuk memimpin kehidupannya dengan rasa percaya diri yang tinggi sesuai dengan cita-cita dan nilai-nilai Islam yang telah menjiwai dan mewarnai corak kepribadiannya. Dengan kata lain, manusia yang mendapatkan pendidikan Islam harus mampu hidup didalam kedamaian dan kesejahteraan sebagaimana diharapkan oleh cita-cita Islam.

Pendidikan Islam berusaha merealisasikan misi agama Islam dalam tiap pribadi manusia yaitu” menjadikan manusia sejahtera dan bahagia dalam cita Islam”. Cita-cita Islam mencerminkan nilai-nilai normatif dari Tuhan yang bersifat abadi dan absolut, dalam pengalamannya tidak mengikuti selera nafsu dan budaya manusia yang berubah-ubah menurut tempat

dan waktu.

Nilai-nilai Islam demikian itulah yang seharusnya ditumbuh kembangkan dalam diri manusia melalui proses transformasi kependidikan. Suatu proses yang bisa mengarahkan seseorang selalu berorientasi kepada kekuasaan Allah dan Iradat-Nya dalam menentukan segala keberhasilannya. Bagi manusia yang berkepribadian Islam akan tetap merasa berada dalam lingkaran hubungan vertikal dengan Tuhannya dan hubungan horizontal dengan masyarakat.

Pembahasan

Pendidikan Islam

1. Pengertian Pendidikan Islam

Menurut Hasan Langgulung Pendidikan Islam adalah suatu proses spiritual, akhlak, intelektual, dan sosial yang berusaha membimbing manusia dan memberinya nilai-nilai, prinsip-prinsip dan teladan ideal dalam kehidupan yang bertujuan mempersiapkan kehidupan dunia dan akhirat. Menurut Abdurrahman Nahlawi pendidikan Islam adalah pengaturan pribadi dan masyarakat yang karenanya dapatlah memeluk Islam secara logis dan sesuai secara keseluruhan baik dalam kehidupan individu maupun kolektif. Sedangkan menurut Burlian Shomad pendidikan

Islam adalah pendidikan yang bertujuan membentuk individu menjadi makhluk yang bercorak diri, berderajat tinggi menurut ukuran Allah dan isi pendidikannya untuk mewujudkan tujuan itu adalah ajaran Allah (Nur Uhbiyati, 1998: 9-10).

Hasil seminar Pendidikan Islam se-Indonesia tanggal 7-11 Mei 1960 di Cipayung bogor menyatakan: Pendidikan Islam adalah bimbingan terhadap pertumbuhan rohani dan jasmani menurut ajaran Islam dengan hikmah mengarahkan, mengajarkan, melatih, mengasuh dan mengawasi berlakunya semua ajaran Islam (Nur Uhbiyati, 1998: 11).

Dari uraian tersebut di atas dapat diambil kesimpulan bahwa para ahli pendidikan Islam berbeda pendapat mengenai rumusan pendidikan Islam. Ada yang menitik beratkan pada segi pembentukan akhlak anak, ada pula yang menuntut pendidikan teori dan praktek, sebagian lagi menghendaki terwujudnya kepribadian muslim dan lain-lain. Namun dari perbedaan pendapat tersebut dapat diambil kesimpulan, adanya titik persamaan yang secara ringkas dapat dikemukakan sebagai berikut: Pendidikan Islam adalah bimbingan yang dilakukan oleh

seorang dewasa kepada terdidik dalam masa pertumbuhan agar ia memiliki kepribadian muslim.

2. Prinsip-Prinsip Pendidikan Islam

a. Tauhid

Secara teologis tauhid berarti pengakuan terhadap ke-Esaan Allah SWT. Yang mengandung kesempurnaan kepercayaan kepada Allah yang meliputi segi tauhid rububiyah dan segi tauhid uluhiyah.

b. Kemanusiaan

Yang dimaksud dengan prinsip kemanusiaan adalah pengakuan terhadap kemuliaan manusia, karena memiliki harkat dan martabat yang terbentuk dari kemampuan kejiwaannya yang digerakkan oleh akal-budinya yang membedakan dari makhluk lain.

c. Kesatuan Umat Manusia

Prinsip kesatuan umat manusia ini memberikan dasar pemikiran yang menyeluruh tentang perkembangan dan nasib seluruh umat manusia. Ini berarti bahwa segala hal yang menyangkut kesejahteraan, keselamatan, dan keamanan umat manusia termasuk didalam pemikiran dan pemecahan

masalah pendidikan, tidak cukup hanya dipikirkan dan dipecahkan oleh sekelompok masyarakat tertentu tetapi menjadi tanggung jawab seluruh umat manusia.

- d. Keseimbangan
Prinsip keseimbangan ini harus diperjuangkan dalam kehidupan khususnya dalam proses pendidikan. Keseimbangan yang dimaksud meliputi: Keseimbangan antara kepentingan dunia dan akhirat, Keseimbangan antara kebutuhan jasmani dan rohani, Keseimbangan antara kepentingan individu dan sosial, Keseimbangan antara ilmu dan amal.
- e. Rahmatan Lil ‘Alamin
Untuk menerapkan prinsip rahmatan lil ‘alamin dalam proses pendidikan diperlukan suatu sistem yang berfungsi secara komprehensif dalam proses penyusunan konsep, teori dan falsafah pendidikan. Dalam metodologi pendidikan disebut “*one for al system*” yaitu satu sistem untuk keseluruhan. Dalam konteks pendidikan Islam, yang dimaksud satu sistem tersebut tidak lain adalah sistem pendidikan yang

berdasarkan konsep Islam.

3. Tujuan Pendidikan Islam

Sebelum sampai pada uraian tentang tujuan pendidikan Islam, terlebih dahulu akan dijelaskan fungsi tujuan pendidikan. Para ahli pendidikan berpendapat bahwa fungsi tujuan pendidikan itu ada tiga, yang semuanya bersifat normatif, yaitu:

- a. Memberikan arah bagi proses pendidikan
Sebelum kita menyusun kurikulum, perencanaan pendidikan dan berbagai aktivitas pendidikan lainnya, kita harus merumuskan tujuan pendidikan. Tanpa kejelasan tujuan seluruh aktivitas pendidikan akan kehilangan arah, bahkan akan menemui kegagalan.
- b. Memberikan motivasi dalam aktivitas pendidikan, karena pada dasarnya tujuan pendidikan merupakan nilai-nilai yang ingin dicapai dan diinternalisasikan pada anak didik.
- c. Tujuan pendidikan merupakan kriteria atau ukuran dalam evaluasi.

Menurut Muhammad Athiyah Al-Abrasyi tujuan pendidikan Islam adalah budi pekerti yang utama dan sempurna dan tidak

mengabaikan pendidikan jasmani, akal-perasaan, keimanan dan kepribadian sehingga tujuan pendidikan Islam ialah membentuk pribadi muslim yang integral.

Sedangkan Menurut Fadhil Al-Jamali tujuan pendidikan Islam adalah ma'rifatullah dan taqwallah. Dari konsep tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan pendidikan Islam mempunyai unsur-unsur sebagai berikut: Mencapai ridha Allah, mempunyai ketrampilan untuk bekerja demi kebahagiaan dunia dan akhirat, kemampuan membina hubungan baik antara manusia dengan khaliq, sesamanya dan dengan alam sekitarnya, akhirnya untuk terwujudnya rahmatan lil a'lamin.

Membangun Kepercayaan Diri dalam Pendidikan Islam

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri merupakan bagian yang ada dalam diri sebagai salah satu unsur yang penting yang dimiliki oleh setiap individu. Pada saat seseorang merasa mampu atau yakin bahwa dirinya memiliki suatu kelebihan dari temannya atau orang lain, maka akan menciptakan suatu sikap optimis dalam dirinya.

Setiap orang memiliki potensi untuk percaya diri

yang harus dirangsang melalui dorongan dari orang lain atau dirinya sendiri. Percaya diri adalah bagian dari bentuk optimis bahwa segala sesuatu dapat dipelajari sebagaimana mempelajari ilmu pengetahuan, sehingga seseorang dapat belajar percaya diri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek dalam kepribadian yang sangat penting. Keragu-raguan seseorang pada dirinya hanya akan melahirkan sikap yang lemah, yang tidak sadar bahwa dirinya memiliki derajat dan martabat yang tinggi sebagai sebaik-baik bentuk ciptaan-Nya. Mereka tidak sadar bahwa Allah SWT telah memberikan potensi sebagai pribadi yang unik untuk mengembangkan kreativitas diri dalam menemukan kebenaran sejati. Manusia sebagai pemimpin yang bertugas memakmurkan bumi, maka dalam menjalankan misinya harus melihat dirinya sebagai pribadi yang kuat, berani, optimis dan percaya diri. Dalam memberikan bentuk perubahan di muka bumi, seseorang yang kuat lebih mampu dan lebih baik daripada yang lemah. Kondisi ketidakberdayaan, ketidakpercayaan ini akan menjadikan seseorang memiliki kepekaan yang berlebihan, sehingga ia akan menderita karena cobaan

yang kecil sekalipun (Rasimin dan Imam Subqi, 2009: 35).

Kepercayaan diri muncul dari konsep diri yang positif. Apabila seseorang memiliki konsep diri yang positif, maka akan terbentuk penghargaan yang tinggi pula terhadap dirinya sendiri. Penghargaan terhadap diri yang merupakan evaluasi terhadap diri akan menentukan sejauh mana seseorang yakin akan kemampuan dirinya dan keberhasilan dirinya (Tim Pustaka Famili, 2006: 19).

Dari uraian di atas, maka ada pengertian tentang percaya diri, yaitu: Menurut Barbara de Angelis, PhD, percaya diri adalah yakin pada kemampuan sendiri (Barbara De Angelis, 2005: 42). Dalam Kamus Bahasa Indonesia, percaya diri adalah sikap yakin benar atau memastikan akan kemampuan atau kelebihan diri sendiri (Rasimin dan Imam Subqi, 2009: 35). Percaya diri adalah sikap batin yang dimiliki oleh seseorang berdasarkan pada suatu keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri, mandiri dan tidak suka meminta bantuan dari pihak lain. Menurut Indari Mastuti dalam bukunya *50 Kiat Percaya Diri*, menyatakan bahwa percaya diri adalah sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian

positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya (Indari Mastuti/Aswi, 2008: 13).

Dari beberapa pengertian mengenai rasa percaya diri di atas dapat diambil kesimpulan bahwa percaya diri adalah sikap batin yang dimiliki oleh seseorang berdasarkan pada suatu keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri yang bias dipengaruhi oleh faktor intern dan faktor ekstern.

2. Dasar Percaya Diri

Yang mendasari bahwa orang harus memiliki rasa percaya diri cukup adalah:

- a. Q.S. At-Tin ayat 4

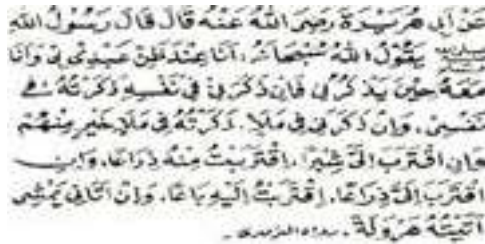
لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ ۝

Artinya: “*Sungguh-sungguh Kami telah menjadikan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya*” (Departemen Agama RI, 2005: 598).

Dari ayat di atas jelas bahwa Allah SWT menciptakan manusia sebaik-baik bentuk. Dalam kondisi apapun tubuh dan penampilan fisik, itulah yang terbaik bagi kita menurut Allah. Maka yakinlah karena Allah menciptakan kita dalam bentuk yang terbaik, pasti

Allah juga mempunyai rencana terbaik buat kita.

- b. Hadits Rasulullah yang berbunyi:



عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ قَالَ قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ يَتَّقُونَ اللَّهَ تَتَّقُوا أَنفُسَكُمْ، أَنَا بِمَنْدَقَيْنِ عَبْدِي يَنْوَأَانَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي، فَإِنْ ذَكَرْتُمْ فِي نَفْسِكُمْ ذِكْرًا فَهُوَ لِي كَمَا تَكْفُرُونَ، وَإِنْ ذَكَرْتُمْ فِي مَالِكِكُمْ مِنْهُمْ، وَإِنْ أَقْرَبْتُمْ إِلَيَّ شَيْئًا، أَقْرَبْتُمْ مِنِّي ذِكْرًا، وَإِنْ أَقْرَبْتُمْ إِلَيَّ ذِكْرًا، أَقْرَبْتُمْ إِلَيَّ ذِكْرًا، وَإِنْ أَقْرَبْتُمْ إِلَيَّ ذِكْرًا، أَقْرَبْتُمْ إِلَيَّ ذِكْرًا.

Artinya: Dari Bukhari, Muslim, Tirmidhi dan Ibn Majah, diriwayatkan oleh Abu Hurairah r.a: Rasulullah s.a.w bersabda: “Allah s.w.t berfirman: Aku adalah berdasarkan sangkaan hambaKu terhadap-Ku. Aku bersamanya ketika dia mengingat-Ku. Apabila dia mengingat-Ku dalam dirinya, niscaya aku juga akan mengingatnya dalam diri-Ku. Apabila dia mengingatKu di majlis, niscaya Aku juga akan mengingatnya di dalam suatu majlis yang lebih baik daripada mereka. Apabila dia mendekatiKu dalam jarak sejengkal, niscaya Aku akan mendekatinya dengan jarak sehasta. Apabila dia mendekatiKu sehasta, niscaya Aku akan mendekatinya dengan

jarak sedepa. Apabila dia datang kepadaKu dalam keadaan berjalan seperti biasa, niscaya Aku akan datang kepadanya seperti berlari-lari kecil” (Syeikh Muhammad bin Umar an-Nawawi al-Bantani, tt: 32). Dari hadits tersebut jelas bahwa Allah sesuai dengan prasangka kita. Apabila kita yakin atas kemampuan yang ada pada diri kita, maka Allah pasti akan memberikan kesuksesan atau hasil yang baik untuk kita.

3. Karakteristik Rasa Percaya Diri

Rasa percaya diri dapat dilihat melalui tingkah laku. Seseorang yang mempunyai rasa percaya diri memiliki ciri-ciri sebagai berikut: Percaya akan kompetensi/kemampuan diri hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan, atau pun rasa hormat orang lain, tidak terdorong untuk menunjukkan sikap *konformis* demi diterima oleh orang lain atau kelompok, berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri, mempunyai pengendalian diri yang baik, mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi di luar dirinya, memiliki harapan

yang nyata (realistik) terhadap dirinya sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud maka ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi, dan memiliki *internal locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan tergantung dari usaha diri sendiri) dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tak bergantung/mengharapkan bantuan orang lain (Indari Mastuti, 2008: 14).

Sikap-sikap di atas terdapat di dalam pribadi seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Jadi, seseorang tidak dapat dikatakan memiliki percaya diri apabila orang tersebut masih menggantungkan bantuan orang lain, mudah putus asa, kecewa, bahkan tidak mempunyai rasa tanggung jawab.

4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Hal-hal yang mempengaruhi rasa percaya diri seseorang ditentukan oleh dua faktor yaitu faktor intern dan faktor ekstern. Faktor intern adalah faktor yang berasal dari dalam diri anak yang mempengaruhi percaya diri adalah konsep diri anak. Sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang berasal dari luar diri anak. Adapun faktor-faktor tersebut antara lain:

a. Faktor intern

1) Konsep diri

Dalam kehidupan di sekolah maupun di luar sekolah percaya diri memiliki peranan penting bagi perkembangan kepribadiannya sehingga anak menjadi kuat dan berani berkata “tidak” pada hal-hal yang bersifat negatif. Sikap percaya diri yang cukup, kurang, dan berlebihan muncul karena faktor yang berasal dari dalam diri anak (internal) yang mempengaruhi rasa percaya diri adalah adanya konsep diri. Konsep diri yang dimaksud adalah cara pandang anak dalam melihat diri dan lingkungannya. Anak yang telah memiliki konsep diri yang baik (positif) adalah mereka yang tahu kelebihan dan kekurangan yang dimiliki. Kemudian dengan menyadari kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, anak akan dapat belajar untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya sehingga mereka dapat lebih mudah dalam beradaptasi (Rasimin dan Imam Subqi, 2009: 40).

Dari uraian di atas berarti konsep diri adalah

pandangan dan sikap individu terhadap diri sendiri. Inti kepribadian berperan penting untuk mengarahkan perkembangan kepribadian serta perilaku individu. Menurut pemikiran Ericson ada lima tahap pembentukan konsep diri pada perkembangan seseorang, yaitu:

- a) Pada usia 1,5-2 tahun disebut *sense of trust*
Pada usia 1,5-2 tahun perlu diberi motivasi dan bantuan bahwa anak itu telah dapat berjalan atau mampu makan makanan padat.
- b) Usia 2-4 tahun disebut *sense of autonomy*
Berikan autonomi pada anak bahwa anak diberi peluang untuk dapat makan sendiri atau berpakaian sendiri.
- c) Usia 4-7 tahun disebut *sense of initiative*
Berikan anak k e m u n g k i n a n - k e m u n g k i n a n berinisiatif untuk melakukan aktivitas, seperti menggambar, menulis ataupun membantu di rumah.
- d) Usia 7-12 tahun disebut *sense of industry*

Pada usia 7-12 tahun anak punya keinginan berkarya, ada yang belajar bisnis, misalnya anak membuat bentuk-bentuk seperti kotak kado atau kue-kue dan ditawarkan pada lingkungan.

- e) Usia 12 tahun ke atas disebut *sense of identity*

Pada usia ini anak belajar memperoleh identitas diri dan terbentuklah gambaran mengenai dirinya. Atau dengan kata lain identitas diri merupakan suatu hasil yang diperoleh pada masa remaja tetapi masih akan mengalami perubahan dan pembaharuan (Sri Rumudi dan Siti Sundari, 2004: 75).

Bentuk konsep diri yang diperoleh pada usia ini akan menentukan dan mengarahkan perilaku anak dan terbentuklah konsep kepribadian individu. Konsep diri dikembangkan melalui interaksi dengan orang lain maupun peniruan. Apabila sejak kecil ia diterima, disayangi, dan selalu dihargai, maka ia akan

mengembangkan konsep diri positif. Demikian halnya perilaku orang-orang yang dianggap penting bagi anak maupun tokoh idola juga akan mempengaruhi konsep dirinya. Dengan bertambahnya usia konsep diri akan terus berkembang melalui interaksinya dengan orang lain selain orang tuanya, terutama melalui perbandingan sosial dengan teman remaja.

Pengenalan diri seorang anak dimulai sejak usia 15 bulan dan konsep diri semakin kompleks dan mantap ketika menginjak usia remaja yaitu pada masa pubertas akhir atau adolesen. Masa adolesen ini menurut Sigmund Freud disebut sebagai “edisi kedua dari situasi oedipus” (Al-Abu Achmadi dan Soleh, 2005: 127). Sebab reaksi anak muda pada usia ini masih mengandung banyak unsur yang rumit dan belum terselesaikannya baik masalah anak muda, orang tua atau objek cintanya.

Menurut para ahli jiwa, batas waktu adolesen itu adalah 17-19 tahun atau 17-21 tahun. Pada masa adolesen anak muda mulai merasa mantap, stabil,

dan mulai mengenal aku, dan juga mulai mengenal hidup baru sehingga makin jelaslah pemahaman tentang keadaan dirinya. Ia mulai bersikap kritis terhadap obyek-obyek di luar dirinya. Setelah ia mengenal dirinya sendiri, secara aktif dan obyektif ia melibatkan diri dalam segala macam acara kegiatan-kegiatan di dunia luar (Al-Abu Achmadi dan Soleh, 2005: 128).

Semenjak konsep diri mulai terbentuk seseorang akan berperilaku sesuai dengan konsep dirinya tersebut. Apabila perilaku seseorang tidak konsisten dengan konsep diri, maka akan muncul perasaan tak nyaman dalam dirinya. Inilah yang terpenting dari konsep diri. Pandangan seseorang tentang dirinya akan menentukan tindakan yang akan diperbuatnya. Apabila seseorang memiliki konsep diri yang positif maka akan terbentuk penghargaan yang tinggi pula terhadap dirinya. Penghargaan terhadap diri ini merupakan evaluasi terhadap diri sendiri yang akan menentukan sejauh mana seseorang yakin akan kemampuan dirinya

dan keberhasilannya. Jadi, apabila ia memiliki konsep diri yang positif yang ditunjukkan melalui *self item* atau penghargaan yang tinggi, segala perilakunya akan tertuju pada keberhasilan. Ia akan berusaha dan berjuang untuk selalu mewujudkan konsep dirinya.

Konsep diri yang sehat tidak sekedar positif, tetapi merupakan gambaran tentang diri yang sesuai dengan kenyataan dirinya (*real self*). Apabila gambaran tentang dirinya, terutama diri yang dicita-citakan (*ideal self*) tidak sesuai dengan kenyataan dirinya, maka akan terjadi kesenjangan antara diri yang dicita-citakan dengan kenyataan dirinya. Kesenjangan ini akan menimbulkan perasaan tidak nyaman dalam diri seseorang. Semakin besar kesenjangan, semakin besar pula rasa tidak nyaman yang ditimbulkannya.

Ada dua macam mekanisme yang biasanya digunakan oleh seseorang, yaitu: Berusaha memperkecil kesenjangan tersebut dengan cara berusaha keras mencapai *ideal self*-

nya atau merevisi *ideal self*-nya sehingga lebih sesuai dengan *real self*-nya, dengan mendistorsi informasi yang tidak sesuai dengan *ideal self*-nya (Tim Pustaka Famili, 2006: 21).

Cara yang pertama lebih sulit dilakukan oleh seseorang dan pilihan kedua biasanya menjadi mekanisme yang sering dilakukan. Apabila seseorang sering mendistorsi segala informasi yang tidak sesuai dengan *real self*-nya maka sebenarnya ia cenderung menipu dirinya sendiri, tidak realistis, dan tidak akan pernah mengembangkan dirinya. Sementara itu, apabila seseorang terlalu menuntut dirinya seperti yang dicita-citakan, energinya akan tersita ke usaha tersebut, sehingga menimbulkan kelelahan dan ketidaknyamanan. Apabila ia tidak mampu mencapainya, akan menimbulkan perasaan frustrasi dan kegagalan yang mendalam, yang selanjutnya akan menghancurkan harga diri (*self esteem*).

Pandangan diri terkait dengan dimensi fisik karakteristik individual, dan motivasi diri. Pandangan

diri tidak hanya meliputi kekuatan individual, tetapi juga kelemahan bahkan kegagalan dirinya. Atau dengan kata lain, identitas diri merupakan suatu hasil yang diperoleh pada masa remaja tetapi masih akan mengalami perubahan dan pembaharuan (Sri Rumini & Siti Sundari, 2004: 75).

- (1) Faktor-faktor pembentuk konsep diri
Menurut Coopersmith, ada 4 faktor yang berperan dalam pembentukan konsep diri individu, yaitu:
 - (a) Faktor kemampuan
Yaitu kemampuan yang ada pada diri anak. Maka berilah peluang agar anak mampu melakukan sesuatu.
 - (b) Faktor perasaan berarti
Pupuklah rasa berarti pada diri anak dalam setiap aktivitas sekecil dan sesederhana apapun.
 - (c) Faktor kebajikan
Bila anak telah memiliki perasaan berarti, maka akan tumbuh kebajikan dalam dirinya. Anak merasa lingkungan adalah tempat yang menyenangkan.
 - (d) Faktor kekuatan

Pola perilaku berkarakteristik positif memberi kekuatan bagi anak untuk melakukan perbuatan yang baik. Dengan kekuatan diri, anak dapat menghalau upaya yang negatif (Tim Pustaka Familia, 2006: 34-35).

- (2) Hal-hal yang perlu dikenali dalam konsep diri
Untuk mengenal diri sendiri, maka ada beberapa hal yang harus dikenali, antara lain:
 - (a) Fisik
Pengenalan dan kesadaran akan tubuh atau kondisi tubuh secara keseluruhan, misalnya warna kulit, bentuk muka, jenis rambut, ukuran badan, dan lain-lain. Hal ini sangat penting dilakukan sehingga kita bisa pas memperlakukan tubuh atau sesuai dengan kemampuan.
 - (b) Psikis
Pengenalan secara psikis sangat sulit diketahui orang lain. Hal ini menyangkut sifat, aspirasi, karakter dan lain-lain. Jangan pernah merasa malu untuk mengakui

sifat jelek yang ada pada diri sendiri dan jangan merasa malu untuk mengakui kelebihan yang ada dalam diri misalnya sopan, jujur, amanah, dapat diandalkan dan sebagainya (Nurul Chomariyah, 2008: 119).

- (c) Faktor intelegensi
Pertumbuhan dan perkembangan jiwa anak tidak terbatas pada perkembangan emosi saja, tetapi juga menyangkut tingkat kemampuan anak dalam memahami masalah-masalah yang ada di sekitarnya seperti teman, masyarakat dan keluarga. Hal ini dipengaruhi intelegensi anak. Anak yang cerdas lebih mudah memahami keadaan lingkungan sekitarnya dibanding dengan anak yang bodoh. Bagi anak yang bodoh, penangkapan masalah yang ada di sekitarnya perlu adanya penjelasan. Jadi, jelaslah bahwa faktor intelegensi sangat mempengaruhi

sikap percaya diri pada anak.

- (d) Sosial
Pengenalan semacam ini dilakukan dengan cara memprediksi penilaian orang lain terhadap diri kita, apakah kita dibenci atau disukai, diterima atau ditolak, menjadi pribadi yang menyenangkan atau menyebalkan. Perilaku dan sikap kita akan seperti gema yang akan memantul ke diri kita baik dan buruknya (Nurul Chomariyah, 2008: 117).

- b. Faktor Ekstern
1) Faktor keluarga
Keluarga merupakan salah satu faktor terpenting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan psikologis anak karena melalui keluarga ini karakternya akan lebih dominan, dipengaruhi oleh orang tua. Setelah anak lahir, maka akan terlihat jelas fungsi keluarganya dalam pendidikan ketika memberikan pengalaman kepada anak, baik melalui penglihatan, pendengaran maupun pembiasaan menuju terbentuknya pribadi yang diinginkan orang tua. Hal ini

sesuai yang dikemukakan oleh Zakiyah Darajat sebagai berikut: *“Orang tua adalah pembina pribadi yang pertama dalam hidup anak, kepribadian orang tua, sikap dan cara hidup mereka, merupakan unsur-unsur pendidikan yang tidak langsung yang dengan sendirinya akan masuk ke dalam pribadi anak yang sedang tumbuh”* (Rasimin dan Imam Subqi, 2009: 37). Anak lahir dan mulai mengenal hidupnya di dalam keluarga. Pada saat itu pula anak akan tumbuh dan berkembang sehingga menjadi insan dewasa dan melepaskan diri dari keluarga. Apabila anak hidup dalam keluarga yang tidak baik, akan berpengaruh tidak baik pula terhadap kebiasaan anak karena dalam keluargalah ia menghabiskan waktu. Dari sini peran orang tua sangat penting yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangannya secara maksimal. Sebaliknya, suasana keluarga yang menghargai nilai-nilai spiritual merupakan ladang permainan yang subur bagi tumbuhnya kepribadian

anak yang baik. Berdasarkan hal ini, pengaruh keluarga besar sekali terhadap tumbuhnya sikap percaya diri bagi anak.

- 2) Faktor teman sepermainan
Dalam interaksinya, anak akan menghadapi berbagai macam bentuk perilaku, salah satunya perilaku yang ditunjukkan dan teman sepermainan, anak bisa menerima pengaruh yang baik ataupun buruk. Pengaruh positif merupakan pergaulan anak yang sesuai dengan norma etika masyarakat yang dijunjung tinggi, sedangkan pengaruh negatif adalah teman bergaul yang tidak menganggap bahwa norma masyarakat perlu ditaati. Keduanya dapat mempengaruhi sikap percaya diri karena dari teman sepermainan mudah terjadi proses peniruan, bujukan atau ajakan antara teman satu dengan teman lainnya.
- 3) Faktor lingkungan sekolah
Sekolah mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap tumbuhnya sikap percaya diri anak. Di sekolah, anak dididik tentang hal-hal sosial, yang mana dengan sikap sosial itu kondisi mental menjadi

sehat, dan dengan kondisi mental yang sehat inilah akan sangat menentukan bersifat optimis mereka. Artinya, ketika anak sehat mentalnya, maka ia akan mampu menyelesaikan segala persoalan yang akan dihadapi. Sebaliknya, apabila kesehatan mental terganggu dengan munculnya gejala dalam segala aspek kehidupan, misalnya perasaan, pikiran, kelakuan, dan kesehatan, maka sangat sulit bagi pendidik (guru) untuk membantu pembentukan rasa percaya diri. Sekolah dalam hal ini berfungsi sebagai pembantu orang tua untuk mengerjakan kebiasaan-kebiasaan yang baik, menanamkan budi pekerti yang luhur. Jadi pendidikan di sekolah mempunyai pengaruh yang sangat besar dalam pembentukan mental dan karakter anak yang berhubungan erat dengan keluarga, sehingga pendidikan keluarga yang berlanjut ke sekolah dapat membantu pembentukan rasa percaya diri anak dengan sendirinya. Peran guru sebagai pengganti orang tua di sekolah akan

mempengaruhi karakteristik dan percaya diri anak.

- 4) Faktor lingkungan masyarakat
Lingkungan masyarakat merupakan kumpulan individu dan kelompok yang diikat oleh kesatuan manusia, kebudayaan dan agama. Beragamnya warga masyarakat tersebut akan mewarnai karakteristik seseorang dalam perkembangan psikologisnya. Setelah mendapat pembinaan di rumah dan di sekolah, dalam hal perkembangannya, anak mendapat pengaruh yang besar di lingkungan masyarakat. Anak ingin mengetahui dan mengembangkan dirinya di lingkungan masyarakat. Keadaan dan kondisinya tidak sama baik dalam hal pekerjaan, perbuatan, kesenangan, kebiasaan, dan sebagainya. Perasaan dan emosi seseorang akan berkembang semenjak ia bergaul dengan lingkungannya.

Cara Membangun Kepercayaan Diri dalam Pendidikan Islam

Rasa percaya diri dapat dikembangkan dengan berbagai cara. Adapun cara-cara itu antara lain:

1. Menjadikan hati ridha
Merupakan langkah awal dalam membina kepercayaan diri, karena menjadikan hati ridha adalah tindakan yang *smart* dan membuat diri mudah menerima berbagai kemungkinan yang terjadi dalam hidup ini.
2. Bersyukur dan tawakal
Kenikmatan yang telah diperoleh tetap disyukuri. Apabila terdapat suatu permasalahan yang menurut kita sulit maka usaha yang harus diambil adalah bertawakal kepada Allah (O. Sholikin, 2005: 128).
3. Mengenal diri sendiri
Pengenalan diri bisa dilakukan melalui penelusuran terhadap apa yang bisa dan apa yang tidak bisa, apa yang diinginkan dan yang tidak diinginkan. Setelah mengerti benar kondisi diri, maka dengan sendirinya kita akan merasa yakin (Thobieb Al-Asyhar, 2005: 73).
4. Mencintai orang lain
Bergaul bersama mereka dengan luwes akan menjadikan kita orang yang dicintai dan dipercaya. Hendaklah berusaha mengetahui kebutuhan orang lain. Kemudian berusaha memberikan bantuan kepada mereka dengan tulus, karena amal yang baik ini sesungguhnya akan menambah rasa percaya diri.
5. Menjauhi pikiran-pikiran dan perasaan negatif yang merusak kepribadian (gelisah, takut dan merasa gagal)
Yaitu berusaha untuk menghilangkan pikiran dan perasaan negatif yang dapat menghambat cita-cita.
6. Bergaullah dengan orang yang sukses dan percaya diri
Belajarlah dalam bertindak jika kita ingin seperti mereka.
7. Tentukan tujuan yang hendak dicapai dalam waktu dekat
Dengan memperhatikan tujuan tersebut adalah suatu yang nyata, dan mungkin untuk diwujudkan. Ketika tujuan itu sesuai dengan tercapai, maka akan bertambah kepercayaan kepada diri sendiri (Muhammad Nuzhif Masykur, 2008: 206).
8. Ikuti berbagai kegiatan organisasi
Kita merasa sulit memahami tindakan orang lain dalam keadaan tertentu kalau tindakan itu tidak seperti apa yang mungkin dilakukan sendiri. Mereka mungkin bertindak dengan cara yang tampaknya asing sama sekali bagi kita, dan keculai kalau kita mengerti bahwa keputusan mereka adalah hasil rangkaian keyakinan yang berbeda dengan apa yang kita yakini, maka hal itu bisa mengakibatkan timbulnya salah pengertian yang serius.
Inilah perlunya mengikuti berbagai kegiatan semacam

organisasi. Akan banyak karakter orang yang ada di dalamnya sehingga membuat kita terangsang dan terpacu untuk bisa mengendalikan dan menyesuaikan diri. Semakin banyak berlatih melakukan itu semua dengan berbagai aktivitas dan kegiatan, pengendalian diri akan semakin baik. Begitu pula dengan sikap rasa percaya diri yang akan semakin tumbuh seiring dengan banyaknya orang di sekeliling kita yang juga memiliki rasa percaya diri (Indari Mastuti/Aswi, 2008: 69).

Sebenarnya masih banyak cara dalam membangun rasa percaya diri. Namun dari uraian di atas telah memberikan pengetahuan tentang cara-cara membangun kepercayaan diri dalam pendidikan Islam.

Manfaat Rasa Percaya Diri

Dengan memiliki rasa percaya diri akan bermanfaat sebagai berikut: Memberikan dan meningkatkan motivasi dalam kehidupan, mengurangi rasa rendah diri yang ada pada diri seseorang, meningkatkan prestasi, Membuang perasaan takut, yang akan menghalangi suatu kesuksesan, tidak mudah putus asa apabila mengalami suatu kegagalan, mengurangi rasa depresi dan frustrasi, meningkatkan karismatik dan kewibawaan, dan mengurangi rasa khawatir dan cemas.

Simpulan

Pendidikan Islam adalah bimbingan yang dilakukan oleh seorang dewasa kepada terdidik dalam masa pertumbuhan agar ia memiliki kepribadian muslim. Salah satu kepribadian muslim yang harus dibangun adalah rasa percaya diri, karna diciptakan sebagai makhluk yang paling mulia dan sebaik-baiknya bentuk manusia harus memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Kepercayaan diri itu dapat dibangun dengan cara sebagai berikut: Menjadikan hati ridha, bersyukur dan tawakal, mengenali diri sendiri, mencintai orang lain, menjauhi pikiran-pikiran dan perasaan negatif yang merusak kepribadian (gelisah, takut dan merasa gagal), bergaullah dengan orang yang sukses dan percaya diri, tentukan tujuan yang hendak dicapai dalam waktu dekat, dan ikuti berbagai kegiatan organisasi.

Dengan memiliki rasa percaya diri akan memberikan manfaat sebagai berikut: memberikan dan meningkatkan motivasi dalam kehidupan, mengurangi rasa rendah diri yang ada pada diri seseorang, meningkatkan prestasi, membuang perasaan takut, yang akan menghalangi suatu kesuksesan, tidak mudah putus asa apabila mengalami suatu kegagalan, mengurangi rasa depresi dan frustrasi, meningkatkan karisma dan kewibawaan, dan mengurangi rasa khawatir dan cemas.

DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, H.M, *Ilmu Pendidikan Islam*, Jakarta, Bumi Aksara, 2008
- Al-Azhar, Thobieb, *Sufi Funki menjadi Remaja Gaul yang Saleh*, Jakarta, Gema Insani, 2005.
- De Angelis, Barbara, *Percaya Diri Sumber Sukses dan Kemandirian*, Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 2005.
- Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemah al Jumanatul Ali*, Bandung: J-Art., 2005.
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi 3*, Jakarta, Balai Pustaka, 2007.
- Echols, John M., Hasan Shadily, *Kamus Indonesia Inggris*, Jakarta, Gramedia Pustaka Utama, 1989.
- Hamadi, Abu &. Munawar Sholeh, *Psikologi Perkembangan*, Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- Mastuti, Indari, *50 Kiat Percaya Diri*, Jakarta: Hi-Fest Publishing, 2008.
- Nurul, Chomariyah, *Hancurkan Virus Mindermu*, Solo, Smart Media, 2008.
- Nuzhif Masykur, Muhammad, *Living Smart*, Yogyakarta: Pro-U, 2007.
- Rasimin, dan Imam Subqi, *Belajar Pede, Kontekstualisasi Reward dan Punishment dalam Pembelajaran*, Yogyakarta: Mitra Cendekia, 2009.
- Solikin, *Bangkit dong Sobat*, Jakarta: Gema Insani, 2005.
- Syeikh Muhammad bin Umar an-Nawawi al-Bantani, *Kitab Tankeh Qoul al-Hasis Syarah Lubal Hadits*, tt, Kediri: .
- Tim Pustaka Famili, *Konsep Diri Positif Menentukan Prestasi Anak*, Yogyakarta, Kanisius, 2006.
- Uhbiyati, Nur, *Ilmu Pendidikan Islam*, Bandung, Pustaka Setia, 1998.