

BAB IV

PAPARAN DATA, TEMUAN PENELITIAN, DAN PEMBAHASAN

A. Paparan Data

1. Profil Sekolah

Identitas Sekolah

Nama Sekolah : SMA 1 Negeri Pademawu

Alamat : Jl. Mandala Pademawu

Kelurahan : Bunder

Kecamatan : Pademawu

Kabupaten : Pamekasan

Lintang : -7.19028082935916

Bujur : 113.51779178716242

Ketinggian : 10

Status : Negeri

Surel : smanspademawu@yahoo.co.id

Nomor Telepon : (0324) 328795

Kode Pos : 69381

Program yang diselenggarakan : IPA dan IPS

Waktu Belajar : Senin dan Sabtu 07.00-14.00 WIB

Selasa s/d Kamis 07.00-13.30 WIB

: Jum'at 07.00-10.25 WIB

a. Visi dan Misi SMA Negeri 1 Pademawu

Visi

- 1) Beriman dan bertaqwa, berakhlakul karima, berprestasi dan berwawasan lingkungan.

Misi

- 1) Menumbuhkan semangat penghayatandan pengamalan nilai-nilai ajaran agama dalam kehidupan sehari-hari
- 2) Menggali dan mengembangkan potensi siswa berdasarkan nilai-nilai agama.
- 3) Menegakkan disiplin, keamanan,kebersihan, keindahan,keserasian dan kerindangan.
- 4) Menerapkan menejemen sekolah yang partisipatif dan terbuka.
- 5) Mengantarkan anak menuju manusia yang cerdas dalam pemikiran, terampil dalam tindakan dan berakhlakul karimah.
- 6) Meningkatkan kesadaran dan kerjasama dengan berbagai elemen masyarakat atau organisasi.
- 7) Menciptakan suasana pembelajaran yang kreatif, inofatif dan islam.
- 8) Menumbuhkan semangat berkreasi berkompetensi dan berpartisipasi kepada seluruh warga Negara

b. Gambaran Umum Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam di Sekolah

Berdasarkan hasil observasi ada beberapa hal yang kami ketahui adalah:

- 1) Secara keseluruhan, jika dilihat dari fasilitas dan sarana prasarana di SMA Negeri 1 Pademawu sudah memenuhi kebutuhan peserta didik.

2) Kedisiplinan sebagai pembentukan kepribadian sudah di kembangkan secara optimal, mulai dari pihak kesiswaan, wali kelas, guru Bimbingan dan Konseling dan guru mata pelajaran, semua bekerja sama untuk membangun kedisiplinan yang optimal, namun masih ada beberapa peserta didik yang masih kurang mematuhi kedisiplinan yang sudah menjadi aturan sekolah.

Sedangkan bagi Bimbingan dan Konseling di yaitu;

- 1) Bimbingan klasikal di SMA Negeri 1 Pademawu untuk kelas X , XI & XII tidak ada jam masuk kelas namun jika ada guru mapel tidak masuk dan tidak memberikan tugas, maka guru BK menggantinya untuk melaksanakan bimbingan klasikal. Jika ada kepentingan khusus BK meminta jam pada guru maple untuk dilaksanakan bimbingan klasikal.
- 2) Pemberian materi layanan menggunakan metode yang berganti-ganti dan mengasyikan, sehingga peserta didik selalu menantikan layanan bimbingan klasikal.
- 3) Guru Bimbingan dan konseling di SMA Negeri 1 Pademawu juga menjalin kolaborasi dengan berbagai pihak, baik guru mata pelajaran, wali kelas, orang tua peserta didik, kesiswaan maupun pihak dari luar sekolah.

a. Visi dan Misi BK SMA Negeri 1 Pademawu

Visi

Visi pelayanan bimbingan dan konseling adalah terwujudnya kehidupan kemanusiaan yang membahagiakan melalui tersedianya pelayanan bantuan dalam pemberian dukungan perkembangan dan pengentasan masalah agar

peserta didik berkembang secara optimal, mandiri dan bahagia. dengan hakekat kemanusiaannya sebagai hamba Tuhan YME, sebagai makhluk individu, dan makhluk social dalam berhubungan dengan manusia dan alam semesta.

Misi

- 1) Misi pendidikan yaitu memfasilitasi pengembangan peserta didik melalui pembentukan perilaku efektif-normatif dalam kehidupan keseharian dan masa depan.
- 2) Misi pengembangan yaitu memfasilitasi pengembangan potensi dan kompetensi peserta didik di dalam lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat, sesuai dengan karir.
- 3) Misi pengentasan masalah yaitu memfasilitasi pengentasan masalah peserta didik mengacu pada kehidupan efektif sehari-hari, agar dapat hidup dinamis seseuai dengan norma dan etika.

b. Tujuan BK SMA Negeri 1 Pademawu

- 1) Tujuan Umum : membantu peserta didik dalam mengembangkan potensi diri dan kemandirian secara optimal pada setiap tahap perkembangannya.
- 2) Tujuan Khusus : tujuan-tujuan umum dirumuskan dalam bentuk kompetensi yang harus dimiliki peserta didik bagi keefektifan hidup supaya dapat mengantisipasi, menangani dan memecahkan masalah, dibidang karier, social, pribadi dan belajar

c. Tugas dan Fungsi Konselor

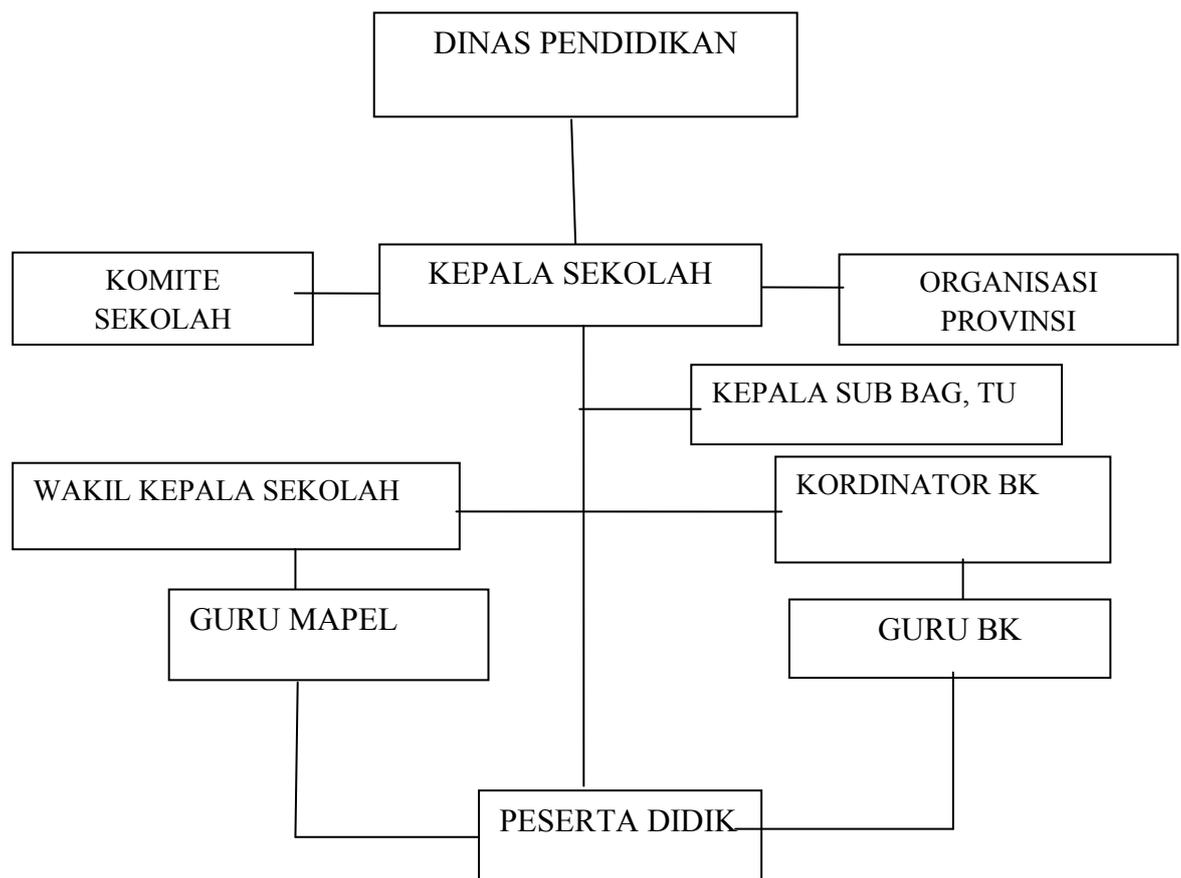
- 1) Tugas konselor

- A. Menyusun dan pelaksanaan program bimbingan dan konseling.
 - B. Koordinasi dengan wali kelas dalam mengatasi masalah-masalah yang dihadapi anak didik tentang kesulitan belajar.
 - C. Memberikan layanan dan bimbingan kepada anak didik agar lebih berprestasi dalam kegiatan belajar.
 - D. Memberikan saran dan pertimbangan kepada anak didik dalam memperoleh gambaran tentang lanjutan pendidikan dan lapangan pekerjaan yang sesuai.
 - E. Mengadakan pelaksanaan bimbingan dan konseling.
 - F. Melaksanakan kegiatan analisis hasil pelaksanaan BK.
 - G. Menyusun dan melaksanakan promram tindak lanjut bimbingan dan konseling.
 - H. Merekap absensi dari jurnal kelas.
 - I. Merekap dari perilaku siswa yang melanggar tata tertib sekolah dan bekerjasama dengan orang tua.
 - J. Menyusun data asuh siswa.
 - K. Menyusun laporan pelaksanaan kegiatan bimbingan dan konseling.
- 2) Fungsi konselor
- A. Pemahaman yaitu membantu konseli agar memiliki pemahaman yang lebih baik terhadap dirinya dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, budaya, dan norma agama).
 - B. Fasilitasi yaitu memberikan kemudahan kepada konseli dalam mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serasi, selaras dan seimbang seluruh aspek pribadinya.

- C. Penyesuaian yaitu membantu konseli agar dapat menyesuaikan diri dengan diri sendiri dan dengan lingkungannya secara dinamis dan konstruktif.
- D. Penyaluran yaitu membantu konseli merencanakan pendidikan, pekerjaan dan karir masa depan, termasuk juga memilih program peminatan, yang sesuai dengan kemampuan, minat, bakat, keahlian dan ciri-ciri kepribadiannya.
- E. Adaptasi yaitu membantu para pelaksanaan pendidikan termasuk kepada satuan pendidikan, ataf administrasi, dan guru mata pelajaran atau guru kelas untuk menyesuaikan program dan aktivitas pendidikan dengan latar belakang pendidikan, minat, kemampuan, dan kebutuhan peserta didik/konseli.
- F. Pencegahan yaitu membantu peserta didik/konseli dalam mengantisipasi berbagai kemungkinan timbulnya masalah dan berupaya untuk mencegahnya, supaya peserta didik/konseli tidak mengalami masalah dalam kehidupannya.
- G. Perbaikan dan penyembuhan yaitu membantu peserta didik/konseli yang bermasalah agar dapat memperbaiki kekeliruan berfikir, berperasaan, berkehendak, dan bertindak. Konselor atau guru bimbingan dan konseling melakukan memberikan perlakuan terhadap konseli supaya memiliki pola fikir yang rasional dan memiliki perasaan yang tepat, sehingga konseli berkehendakmerencanakan dan melaksanakan tindakan yang produktif dan normatif.

- H. Pemeliharaan yaitu membantu peserta didik/konseli supaya dapat menjaga kondisi pribadi yang sehat-normal dan mempertahankan situasi kondusif yang telah tercipta dalam dirinya.
- I. Pengembangan yaitu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif, yang memfasilitasi perkembangan peserta didik/konseli melalui pembangunan jejaring yang bersifat kolaboratif.
- J. Advokasi yaitu membantu peserta didik/konseli berupa pembelaan terhadap hak-hak konseli yang mengalami perlakuan diskriminatif.

d. Struktur Konselor



Gambar 4.1. Struktur Organisasi

2. Tingkat Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Percaya diri dapat diartikan sebagai suatu keyakinan seseorang untuk mampu berperilaku sesuai dengan harapan atau keyakinan. Sedangkan mengemukakan pendapat adalah suatu hasil interaksi dan pemikiran manusia tentang suatu hal yang kemudian dinyatakan atau di ekspresikan oleh lisan dengan menggunakan bahasa yang baik dan sopan. Jadi percaya diri dalam mengemukakan pendapat adalah keyakinan pada seseorang terhadap kemampuannya untuk mengekspresikan gagasan, ide atau pikiran secara lisan dan logis, menggunakan bahasa yang baik dalam kaitannya dengan proses komunikasi terdapat efek timbal. Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri dalam mengemukakan, maka banyak masalah akan timbul, karena kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat merupakan prospek yang dinilai penting untuk masa depan.

Dalam penelitian ini peneliti akan mengkaji terhadap tingkat percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat kelas XI IPA di SMA Negeri 1 Pademawu. Berdasarkan hasil wawancara terhadap Ibu Arofah selaku kordinator guru BK, beliau mengungkapkan bahwa pandangan tentang percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 cukup baik, lebih jelasnya sebagai berikut.

“Menurut saya tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 lumayan baik mbak, rata-rata siswa di kelas XI IPA 1 sudah mampu percaya diri dari komunikasi dan bahasa mereka yang sudah baik, ketika mengobrol pada saya saja mbak bahasanya sudah lumayan lancar berbahasa Indonesia. Mengemukakan pendapat itu harus menggunakan bahasa formal atau berbahasa indonesia yang baik dan benar, tidak hanya itu kemampuan siswa dalam pengetahuannya yang terkenal dengan siswa

unggulan juga menjadi salah satu penyebab mereka baik dalam hal kepercayaan dirinya”.¹

Selaras ibu Fitrihatin Umamah sebagai guru BK memiliki pandangan sendiri terhadap tingkat percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 yang menyatakan bahwa sudah meningkat.

“Saya rasa sudah lumayan meningkat mbak, hanya saja segelintiran siswa yang kurang mampu percaya diri dalam mengemukakan pendapat. Menurut saya lebih meningkat dari tahun sebelumnya, karena sekolah sudah menerapkan pelajaran yang menggunakan forum diskusi dan itu dapat melatih kemampuan siswa. Ibu sudah melihat sendiri saat presentasi di kelas, pelajaran yang banyak membuka forum diskusi itu pelajaran ips yang bersifat hafalan seperti pkn, sosiologi, ada juga ulangan lisan itu semua untuk membantu siswa bisa meningkatkan kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat. makanya saya katakan siswa disini yang kurang mampu percaya diri dalam mengemukakan pendapat itu sedikit”.²

Namun kepala sekolah Mohammad Taufiqurrachman Amin menyatakan terhadap tingkat percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat dikatakan cukup baik.

“Ya kalau berbicara prosentase terutama dalam forum-forum yang resmi atau setengah resmi seperti diskusi dan presentasi di kelas itu bisa dikatakan kecil. Namun kalau berkenan dengan yang bersangkutan seperti kelas XI IPA 1 yang kebetulan memang kelas unggulan itu sudah mempunyai kepercayaan diri yang cukup baik di bandingkan kelas lainnya. Sama halnya dengan pengurus osis kemudian siswa yang mengikuti kegiatan ekstra kulikuler ya mereka mempunyai kemampuan percaya diri yang baik juga, karena peserta didik yang mengikuti kegiatan seperti itu di haruskan berinteraksi dengan orang banyak jadi mereka di tuntut untuk bisa Percaya Diri dalam segala hal dan bisa mengeluarkan pendapat. Untuk forum resmi sekelas debat atau berbicara di depan umum masih rendah. Rendah dalam artian dibandingkan dengan jumlah siswa keseluruhan itu masih relatif kecil”.³

¹Arofah, Kordinator BK, wawancara langsung, (21 Januari 2020 jam 10.00 wib di Ruang BK).

² Fitrihatin Umamah, Guru BK, wawancara langsung, (21 Januari 2020 jam 10.00 di Ruang BK).

³ Muhammad Taufiqur Rahman Amin, Kepala Sekolah, wawancara langsung, (27 Januari 2020 jam 12.00 wib di Ruang Kepala Sekolah).

Hal ini juga disampaikan oleh siswa kelas IX IPA 1 Rena Otavia A.D, informan mengungkapkan bahwa percaya diri dalam mengemukakan pendapat di SMA Negeri 1 Pademawu kelas XI IPA 1 sudah kebanyakan aktif, sebagaimana petikan wawancara berikut :

“Kalau menurut saya kak di kelas sudah baik kepercayaan dirinya terutama dalam mengemukakan pendapat. Karena pada saat aktivitas di dalam kelas, setelah presentasi itu kan ada sesi tanya jawab, sanggahan dan penyampaian pendapat, melihat dari temen kelas rata-rata sudah banyak yang aktif bertanya dan berpendapat kak”.⁴

Hal ini juga disampaikan oleh informan Dwi Wulandari yang juga menyatakan kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 sudah cukup baik, berikut paparan wawancaranya :

“Untuk di kelas saya, tingkat kepercayaan dirinya sudah lumayan bagus semisal ya mbak ada presentasi di kelas itu temen-temen sudah aktif untuk berpendapat dan memberi sanggahan, jika guru menjelaskan di depan banyak dari temen temen aktif bertanya jika tidak ada yang mengerti .”⁵

Tambahan dari siswa Ferdiansyah siswa kelas XI IPA 1 mengungkapkan hal yang sama sebagaimana petikan wawancara sebagai berikut:

“Menurut saya cukup baik kak, ada yang rendah ada juga yang mempunyai kemampuan percaya diri yang baik. Meskipun saya sendiri mengalami percaya diri rendah terutama dalam mengemukakan pendapat namun masih ada kok temen saya yang kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat sudah baik, katanya sih kalo pengen lancar berbicara di depan umum harus banyak bersosial dan harus banyak baca buku.”⁶

Siswa Indah Rosalia Atika yang berpendapat bahwa kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 masih rata-rata sedang:

“Menurut saya rata rata di kelas masih sedang kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat soalnya temen temen di kelas males untuk bertanya

⁴ Rena Otavia A.D, Siswa, wawancara langsung, (29 Januari 2020 jam 09.00 di depan kelas XI IPA 1).

⁵ Dwi Wulandari, Siswa, wawancara langsung, (29 Januari 2020 jam 09.00 di depan kelas XI IPA 1)

⁶ Moh Ferdiansyah, Siswa, wawancara langsung , (29 Januari 2020 jam 09.00 di depan kelas XI IPA 1).

ataupun berpendapat hanya yang pintar saja yang rajin bertanya kak , kebanyakan di kelas itu bisa kak berpendapat kak namun ya itu kendalanya mungkin cara guru menerangkan tidak enak jadi temen temen melampiaskan”.⁷

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di SMA Negeri 1 Pademawu. Peneliti mengambil satu kelas untuk di teliti yaitu kelas XI IPA 1, Observasi ini dilakukan untuk memperkuat hasil wawancara dari beberapa informan, peneliti mengobservasi pada saat presentasi, benar adanya siswa di kelas XI PA 1 sudah cukup baik kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat. Saat ada sesi tanya jawab saja kebanyakan siswa aktif bertanya ataupun memberikan pendapat hanya ada 4-5 anak yang tidak bisa bisa dan memang kurang mampu.⁸

Selain wawancara dan observasi peneliti juga menelaah dan menganalisis angket Who Am I. Dalam angket Who Am I siswa harus memilih gambaran tentang kepribadiannya yang (cocok/agak cocok /tidak cocok) hal ini digunakan untuk mempermudah peneliti mengetahui tingkat kepercayaan diri siswa kelas XI IPA 1 dalam mengemukakan pendapat. Angket Who Am I adalah salah satu cara bagi individu untuk mengetahui dirinya sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangan. Dalam Angket Who Am I siswa harus memilih gambaran tentang kepribadiannya yang cocok, terdapat berbagai jenis tentang kepribadian peserta didik di angket tersebut seperti percaya diri, bakat minat, karakter, watak dll. Namun angket Who Am I di paparan data ini lebih di tekankan pada pernyataan No. 9 (Saya adalah orang yang pendiam) dan No. 10 (Saya adalah orang yang

⁷ Indah Rosalia Atika, Siswa, Wawancara langsung, (13 Januari 2020 jam 10 di Mushola).

⁸ Observasi, (14 Januari 2020 jam 08.00 di kelas XI IPA 1)

pemalu) dengan indikator kepercayaan diri terutama dalam mengemukakan pendapat. Berikut pernyataan angket Who Am I kelas XI IPA 1, yaitu:⁹

“WHO AM I”

Petunjuk :

1. Bacalah dengan seksama pernyataan-pernyataan yang ada pada kolom pernyataan.
2. Berilah tanda cek (√) pada kolom yang tersedia dan yang sesuai dengan Anda.
3. Isilah dengan sebenar-benarnya agar Anda memperoleh hasil yang sesuai dengan keadaan diri Anda. Selamat Mengerjakan.

No	Pernyataan	Cocok	Agak Cocok	Tidak Cocok
1	Saya adalah orang yang mudah tersinggung			
2	Saya adalah orang yang cuek			
3	Saya adalah orang yang rendah diri			
4	Saya adalah orang yang ceroboh			
5	Saya adalah orang yang egois			
6	Saya adalah orang yang malas			
7	Saya adalah orang yang mudah terpengaruh			
8	Saya adalah orang yang tidak tegas			
9	Saya adalah orang yang pendiam			
10	Saya adalah orang yang pemalu			
11	Saya adalah orang yang ramah			
12	Saya adalah orang yang perhatian pada orang lain			
13	Saya adalah orang yang menghargai orang lain			
14	Saya adalah orang yang jujur			

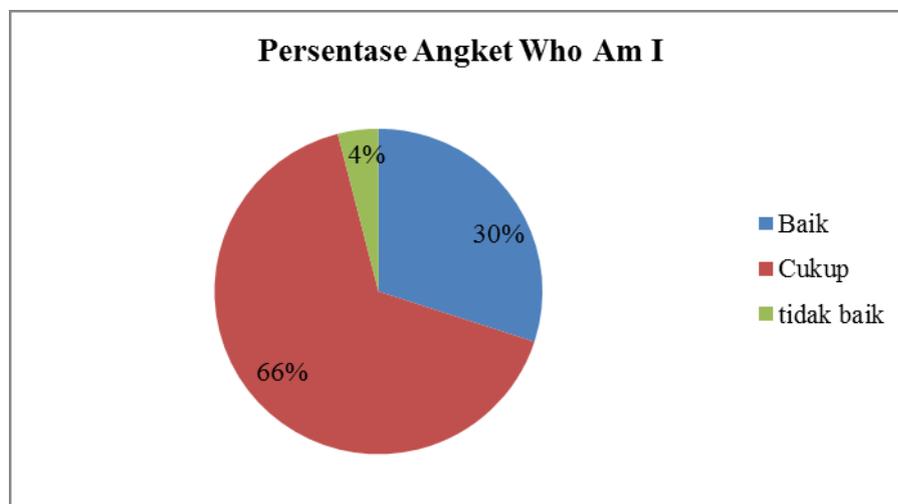
⁹ Analisis Dokumen (18 Januari 2020)

15	Saya adalah orang yang supel			
16	Saya adalah orang yang bertanggung jawab			
17	Saya adalah orang yang sabar			
18	Saya adalah orang yang tidak mudah menyerah			
19	Saya adalah orang yang selalu/dapat menepati janji			
20	Saya adalah orang yang mandiri			

Tabel 4.1. Angket Who Am I

No	Nama Siswa	Pernyataan Angket Who Am I						Hasil
		No 9			No 10			
		C	AC	TC	C	AC	TC	
1	Adinda A.P			✓			✓	Baik
2	Amelia Amanda		✓		✓			Cukup
3	Andini Ramadaniyanti			✓		✓		Cukup
4	Chairun Nisa'		✓				✓	Cukup
5	Dewi Ria Tanzila		✓			✓		Cukup
6	Dina Ristian Sari	✓				✓		Cukup
7	Dini Permatasari		✓			✓		Cukup
8	Dwi Wulandari		✓			✓		Cukup
9	Endang Susilawati			✓		✓		Cukup
10	Indah Rosalia Atika		✓		✓			Cukup
11	Khuroizatun Fahira			✓	✓			Cukup
12	M. Irfan Rahadi			✓			✓	Baik
13	Mita Nurwindasari	✓				✓		Cukup
14	Moh Ferdiansyah	✓			✓			Rendah
15	Nurlaili Saadah			✓			✓	Baik
16	Oktavia Elok Fitriyah		✓		✓			Cukup
17	Qurratul Ayniyah			✓			✓	Baik
18	Rangga Dwi Ramadhana			✓			✓	Baik
19	Rena Oktavia A.D			✓			✓	Baik
20	Sitti Rahmaniyah	✓				✓		Cukup
21	Siti Romlah			✓			✓	Baik
22	Siti Romlah	✓				✓		Cukup
23	Toyyibah		✓			✓		Cukup
24	Tri Andayani		✓			✓		Cukup

25	Wahyu Sinta Wati		✓		✓		Cukup
26	Yayuk setiarini			✓		✓	Baik
27	Yuni Astutik		✓		✓		Cukup



Gambar 4.2 Tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat

Berdasarkan diagram lingkaran gambar 4.2 tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat kelas XI IPA 1 menunjukkan bahwa; *Pertama*, persentase tinggi berada di warna merah dengan persentase 66% setara 18 siswa dan hasil cukup. *Kedua*, Persentase sedang berada di warna biru dengan persentase 30% setara 8 siswa dan hasil baik. *Ketiga*, persentase rendah berada di warna hijau dengan persentase 4% setara 1 siswa dan hasil tidak baik.

Berdasarkan analisis angket Who Am I di kelas XI IPA 1 menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat cukup baik dengan persentase 66%.

Sedangkan siswa kelas XI IPA 1 yang mempunyai kepercayaan diri rendah yaitu 1 orang siswa bernama FR (nama samaran) hal ini di tunjukkan dengan persentase rendah 4% dan hasil tidak baik. Siswa yang bersangkutan memilih pernyataan no. 9 (pendiam) dan no. 10 (pemalu) dengan tanda centang

(cocok). Siswa FR (nama samaran) memperoleh hasil yang sesuai keadaan dirinya yaitu pemalu dan pendiam dengan indikator rendah kepercayaan dirinya.

Nama : Moh Ferdiansyah Kelas : XI IPA I

"WHO AM I"

Petunjuk :

- Bacalah dengan seksama pernyataan-pernyataan yang ada pada kolom pernyataan.
- Berilah tanda cek (✓) pada kolom yang tersedia dan yang sesuai dengan Anda.
- Isilah dengan sebenar-benarnya agar Anda memperoleh hasil yang sesuai dengan keadaan diri Anda. Selamat Mengerjakan.

No	Pernyataan	Cocok	Agak Cocok	Tidak Cocok
1	Saya adalah orang yang mudah tersinggung			✓
2	Saya adalah orang yang cuek	✓		
3	Saya adalah orang yang rendah diri		✓	
4	Saya adalah orang yang ceroboh			✓
5	Saya adalah orang yang egois			✓
6	Saya adalah orang yang malas		✓	
7	Saya adalah orang yang mudah terpengaruh	✓		
8	Saya adalah orang yang tidak tegas		✓	
9	Saya adalah orang yang pendiam	✓		
10	Saya adalah orang yang pemalu	✓		
11	Saya adalah orang yang ramah	✓		
12	Saya adalah orang yang perhatian pada orang lain		✓	
13	Saya adalah orang yang menghargai orang lain		✓	
14	Saya adalah orang yang jujur		✓	
15	Saya adalah orang yang supel		✓	
16	Saya adalah orang yang bertanggung jawab		✓	
17	Saya adalah orang yang sabar		✓	
18	Saya adalah orang yang tidak mudah menyerah		✓	
19	Saya adalah orang yang selalu/dapat menepati janji		✓	
20	Saya adalah orang yang mandiri		✓	

Gambar 4.4. Hasil angket siswa FR

Dalam hal ini peneliti akan menindak lanjuti masalah siswa FR yang rendah kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat untuk di jadikan sebagai bahan studi kasus peningkatan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat

Dapat di ambil kesimpulan dari hasil wawancara, observasi dan dokumentasi di atas bahwa kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu sudah cukup baik, hal ini di tunjukkan; *Pertama*, hasil analisis persentase angket Who Am I di kelas XI IPA 1 tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat menunjukkan hasil cukup dengan persentase 66%. *Kedua*, komunikasi dan bahasa yang digunakan

oleh peserta didik kelas XI IPA 1 sudah menggunakan bahasa yang baik dan benar. *Ketiga*, siswa kelas XI IPA 1 memiliki intelektual yang baik karena di kelas tersebut terkenal dengan kelas unggulan sehingga kebanyakan siswa mempunyai minat baca yang tinggi. *Keempat*, siswa kelas XI IPA 1 sudah menerapkan pelajaran yang menggunakan forum diskusi seperti presentasi, hal itu dapat melatih kemampuan siswa.

Sedangkan siswa yang rendah kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat ditunjukkan oleh 1 siswa yang bernama FR dari 27 siswa dengan presentase 4%.

3. Faktor yang mempengaruhi Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Setelah peneliti menemukan 1 siswa yang mempunyai kepercayaan diri yang rendah, maka peneliti akan menindak lanjuti hal tersebut dengan menanyakan kepada beberapa teman kelas FR untuk mengetahui apa saja faktor yang berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat.

Berdasarkan hasil wawancara Siswa Rena Oktavia A.D teman siswa FR dalam mengemukakan pendapat yaitu faktor internal dari orang tua, sebagaimana berikut:

“Menurut saya kak faktor yang mempengaruhi (FR) bisa dari bawaan kak, saya kan tetangganya setiap hari selalu bonjengan sama dia memang udah dari dulu kak dia itu orangnya pendiem pas bonjengan aja keluar keringet dan memang kata orang tua saya dia (FR) itu keturunan dari kedua orang tua yang mempunyia sifat seperti itu ”.¹⁰

¹⁰ Rena Otavia A.D, Siswa, Wawancara langsung, ((29 Januari 2020 jam 09.00 di depan kelas XI IPA 1).

Menurut penuturan siswa Indah Rosalia Atika selaku siswa kelas XI Ipa 1 sekaligus teman (FR) menyatakan hal yang sama dengan Rena Oktavia A.D, sebagaimana di ungkapkan :

“Mungkin faktor dari dalam yang sudah melekat kak, menurut saya kak, FR itu mempunyai sifat introvert (pendiam), sudah dari dulu kak pertama kali kenal dia itu orangnya pendiem, pemalu juga kalo ga di ajak bicara duluan dia diem seperti asing gitu di kelas. Kalo presentasi dia bisa menjelaskan namun masih deg degan , grogi dan baisanya keluar keringet kak”.¹¹

Senada dengan siswa Dwi Wulandari teman kelas sekaligus mantan (FR) yang menyatakan demikian, sebagai berikut:

“ menurut saya faktor dari dalam bawaan dari orang tuanya kak soalnya dulu nenek FR itu pernah bercerita kepada saya bahwa orang tuanya juga pendiem, pas deket sama saya, dia (FR) itu orangnya cuek, apalagi pas di kelas saat presentasi aja dia (FR) jarang untuk mengemukakan pendapatnya sekali berpendapat dia gugup dan keluar keringat”.¹²

Tambahan dari Konseli FR yang menyatakan bahwa faktor percaya dirinya dalam mengemukakan pendapat yaitu dari faktor internal dari keturunan orang tua

“Iya kak saya ini lebih ke faktor keturunan. Kedua orang tua saya bapak dan ibu mempunyai sifat yang pendiem dan mungkin bisa menurun ke saya, ini menyebabkan kurang percaya diri terutama dalam hal mengemukakan pendapat”.¹³

Setelah mendapat penjelasan dari beberapa Informan dan konseli peneliti juga melakukan observasi sebagai penguat bahwa benar faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat yaitu faktor internal. Pada saat observasi, peneliti masuk kembali di kelas XI IPA 1 untuk mengamati gerak gerik FR dan peneliti juga mengajak FR untuk mengobrol

¹¹ Indah Rosalia Atika, Siswa, Wawancara langsung, (16 Januari jam 09.00 di depan 2020).

¹² Dwi Wulandari, Siswa, wawancara langsung, (16 Januari 2020 jam 09.00 di depan 2020).

¹³ Moh. Ferdiansyah, Siswa, Wawancara langsung, (29 Januari 2020 jam 09.00 di depan kelas XI IPA 1 2020).

memang benar adanya siswa FR itu merasa gugup ketika mengobrol dengan peneliti dan sesekali dia keluar keringet.¹⁴

Selain melaksanakan wawancara dan observasi peneliti juga menelaah dan menganalisis angket Who Am I siswa harus memilih gambaran tentang kepribadiannya yang cocok, hal ini digunakan untuk mempermudah peneliti mengetahui apakah siswa ini mengalami masalah kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat.¹⁵

Dari pemaparan diatas dapat di simpulkan bahwa faktor yang mempengaruhi percaya diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat SMA Negeri 1 Pademawu yaitu faktor faktor internal. *Pertama* faktor keturunan atau bawaan, siswa FR yang rendah kepercayaan dirinya di sebabkan oleh faktor keturunan atau Gen dari kedua orang tuanya. *Kedua* faktor dari dirinya sendiri, siswa FR mempunyai sifat pendiam yang mungkin sulit untuk berkomunikasi dengan teman lainnya itu salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya percaya diri siswa FR terutama dalam mengemukakan pendapat.

4. Cara Meningkatkan Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Meningkatkan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat tidaklah gampang, perlu dilatih saat berada di bangku sekolah. Dengan percaya diri siswa akan mampu melewati tantangan, berani mengambil resiko, tidak takut gagal, justru akan muncul sikap berani mengemukakan pendapat, bisa berpikir realistik dan bisa menghargai orang lain.

¹⁴ Observasi langsung, (23 januari 2020 jam 10.00 di kelas XI IPA 1)

¹⁵ Analisis dokumen, (foto foto)

Dalam hal ini peneliti akan mengkaji bagaimana cara meningkatkan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat SMA Negeri 1 Pademawu. Berikut hasil wawancara peneliti dengan ibu Fitrihatin Umamah, sebagaimana berikut pemaparannya:

“Metode yang diterapkan oleh guru BK di sekolah ini biasa memakai teknik *restructuring cognitif* (berfikir secara positif). selain itu ada teknik lain yaitu teknik *modelling simbolis*. Teknik ini bisa menggunakan contoh yang hidup misalnya tokoh publik, temen sekelasnya atau teman luar yang berprestasi. Cara menerapkan teknik-teknik ini guru bk biasanya masuk kelas untuk memberikan bimbingan klasikal. Pelaksanaanya pertama harus menanyakan ke individunya yang bermasalah, kemudian tidak hanya itu kita juga menanyakan ke temen sekelasnya bagaimana individu itu kesehariannya di dalam kelas. Disitu juga kita langsung menerapkan teknik *restructuring cognitif* ataupun *modelling simbolisnya*”.¹⁶

Hal senada juga di sampaikan oleh ibu Arofah Selaku koordinator BK untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat dengan menggunakan metode *modelling simbolis*:

“Sampai saat ini guru BK masih menggunakan metode *modelling simbolis* untuk meningkatkan rasa percaya diri siswa dalam mengemukakan. Metode ini biasanya digunakan setelah menyebarkan angket. Angket ini digunakan untuk mengetahui siapa saja yang mempunyai permasalahannya. Biasanya angket yang digunakan seperti AKPD, WHO AM I, DCM. Baru setelah itu kita mengkonseling siswa dengan metode *modelling simbolis*. Metode ini biasanya menggunakan tokoh yang berprestasi di bidangnya atau memakai teman sendiri”.¹⁷

Pengakuan dari hasil wawancara dengan Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Pademawu, Muhammad Taufiqur Rahman Amin:

“Ya menurut saya metodenya mengikuti kegiatan latihan pendidikan dasar PMR, Organisasi Intra Sekolah (osis), peltihan Jurnalistik dll, mungkin juga melibatkan anak itu di dalam forum yang lebih besar seperti ada kegiatan di jawa timur yang mengikutsertakan pengurus osis. Saya kira itu metode yang pas untuk siswa yang bisa mengembangkan diri siswa”.¹⁸

¹⁶ Fitrihatin Umamah, Guru BK, wawancara langsung, (tanggal 21 Januari 2020)

¹⁷ Arofah, Kordinator BK, wawancara langsung, (21 Januari 2020 jam 10.00 di Ruang BK)

¹⁸ Muhammad Taufiqur Rahman Amin, Kepala Sekolah, wawancara langsung, (tanggal 27 januari 2020).

Dalam kaitannya cara meningkatkan percaya diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat, Dwi Wulandari teman kelas FR menjelaskan hal yang berkaitan dengan solusi tersebut, sebagaimana petikan wawancara berikut:

“Menurut pribadi saya kak, untuk bisa meningkatkan percaya diri dalam mengemukakan pendapat siswa FR sering-sering bersosial dengan teman lainnya tidak hanya itu kak FR itu kan sudah mengikuti kegiatan ekstra kulikuler yaitu Osis (Organisasi Intra Sekolah) mungkin dari kegiatan itu bisa sedikit demi sedikit meningkatkan percaya diri dalam mengemukakan pendapat”.¹⁹

Hasil senada juga disampaikan oleh teman kelas FR, Rena Oktavia A.D sebagaimana yang telah di ungkapkan:

“ya untuk temen saya FR mungkin dari sekarang dilatih kepercayaan dirinya seperti berinteraksi dan bersosial tidak cukup dengan teman sekelas saja bisa dengan teman di kelas lainnya atau gak temen seorganisasinya, FR itu kan satu organisasi dengan saya kak namun dia (FR) yang paling pendiem dan pemalu di OSIS ”.²⁰

Hal ini juga disampaikan siswa Indah Rosalia Atika, mengatakan FR bisa meningkatkan percaya dirinya dengan mengikuti organisasi, sebagaimana petikan berikut:

“Dengan adanya presentasi dikelas kak, kegiatan pramuka, mengikuti ekstrakurikuler seperti OSIS (Organisasi Intra Sekolah) dan juga pelatihan Jurnalistik pokoknya kegiatan yang melibatkan interaksi dengan orang orang banyak itu menurut saya kak menjadi salah satu cara meningkatkan kepercayaan diri FR terutama dalam mengemukakan pendapat, cara ini kak tidak hanya di praktekan ke FR saja namun juga ke semua siswa termasuk saya sendiri”.²¹

Sementara itu siswa FR sendiri mengatakan bahwa untuk meningkatkan percaya dirinya dengan bersosial dan mengikuti kegiatan ekstra kulikuler:

“saya bisa menambah bersosial dengan teman kak, banyak temen kelas yang bilang kalau saya ini jarang banget bicara, harus dipancing dulu baru bicaralah mungkin dari itu sosialnya saya di tingkatkan lagi kedua saya sudah mengikuti kegiatan ekstra kulikuler Organisasi Intar Sekolah (OSIS) tapi tetep

¹⁹ Dwi Wulandari, Siswa, wawancara langsung, (21 Januari 2020 jam 10.00 di depan kelas)

²⁰ Rena Oktavia A.D, Siswa, wawancara langsung, (29 Januari 2020 jam 10.00 di depan kelas).

²¹ Indah Rosalia Atika, Siswa, Wawancara langsung, (13 Januari 2020 jam 10.00 di Mushola).

saja saya paling pendiem di (OSIS) namun saya tidak menyerah kak saya ingin mengikuti kegiatan yang mungkin saya bisa belajar meningkatkan percaya diri saya.

Selain wawancara, peneliti juga melakukan observasi sebagai penguat hasil wawancara. Hal ini sesuai dengan apa yang peneliti lihat dan amati pada saat observasi lanjutan. Ketika peneliti melakukan observasi, peneliti ikut terjun di beberapa kegiatan ekstrakurikuler seperti presentasi di kelas, kegiatan Osis, Pramuka dan Jurnalistik yang keterlibatannya dengan orang banyak. Hal ini dilakukan peneliti untuk membenarkan apakah adanya kegiatan tersebut dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat. Memang benar adanya siswa yang mengikuti kegiatan tersebut rata-rata sudah lumayan dalam hal kepercayaan dirinya bisa berdebat dan keaktifan berpendapat.²²

Untuk observasi lanjutan peneliti memberikan layanan bimbingan dan konseling dengan metode atau teknik khusus terhadap konseli FR agar bisa meningkatkan kepercayaan dirinya terutama dalam hal mengemukakan pendapat. teknik tersebut sudah umum dilakukan oleh guru BK di SMA Negeri 1 Pademawu yaitu teknik modelling simbolis.

Teknik modelling simbolis adalah suatu teknik yang bisa digunakan oleh guru BK dalam memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk siswa yang bermasalah seperti rendahnya kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat. Di modelling simbolis, model disajikan melalui bahan-bahan tertulis, audio, video, film atau slide. Modelling simbolis telah digunakan dengan sukses dalam berbagai macam perasaan seperti perilaku siswa FR yang mempunyai percaya diri dalam rendah dalam mengemukakan pendapat. langkah-langkah

²² Observasi, (25 januari 2020 sampai selesai di lapangan SMA Negeri 1 Pademawu)

modelling simbolis untuk diberikan kepada siswa FR adalah sebagai berikut; a) Rasional, b) Memberi contoh, c) Praktek/latihan Pekerjaan rumah d) Evaluasi.²³

Selain melaksanakan wawancara dan observasi peneliti juga menganalisis dokumen berupa foto kegiatan siswa saat presentasi, kegiatan Pramuka, Osis, Pelatihan Jurnalistik serta foto pada saat peneliti memberikan layanan bimbingan konseling kepada siswa FR.²⁴

Berdasarkan wawancara, observasi dan dokumentasi di atas dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat yaitu dengan berlatih secara konsisten. Beberapa kegiatan sekolah juga ikut andil seperti adanya Osis (Organisasi Intra Sekolah) , Kegiatan Pramuka, Pelatihan Jurnalistik. Tidak hanya itu presentasi di kelas yang notabene harus mengeluarkan ide dan gagasannya, ini membuat siswa bergerak untuk meningkatkan kosa katanya dengan membaca buku. Tidak hanya itu guru BK mempunyai teknik khusus yaitu teknik modelling simbolis (peniruan tokoh yang berprestasi untuk mendapatkan tingkah laku yang diinginkan) dan restrukturisasi kognitif mengubah pola pikir negatif menjadi positif ini gunanya agar siswa bisa lebih percaya diri terutama dalam hal mengemukakan pendapat. Peneliti juga memberikan layanan bimbingan konseling dengan metode atau teknik khusus terhadap konseli FR agar bisa meningkatkan kepercayaan dirinya terutama dalam hal mengemukakan pendapat.

²³ Observasi lanjutan (29 Februari 2020 jam 09.00 di taman SMA Negeri 1 Pademawu)

²⁴ Analisis Dokumen (Foto-Foto Pelaksanaan Kegiatan Sebagaimana Terlampir)

B. Temuan Penelitian

1. Tingkat Percaya Diri siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Dari paparan data yang sudah dikemukakan, peneliti mendapatkan temuan yang berkaitan dengan tingkat percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu bahwa hasil dari wawancara beberapa informan, observasi dan dokumentasi menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa sudah cukup baik. Tidak hanya itu, peneliti juga menganalisis angket Who Am I dengan hasil sebagai berikut:

- a. Analisis persentase angket Who Am I di kelas XI IPA 1 tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat menunjukkan hasil cukup dengan persentase 66%. Sedangkan siswa yang rendah kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat ditunjukkan oleh 1 orang siswa yang bernama FR dari 27 orang siswa dengan presentase 4%.
- b. Kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat di kelas XI IPA 1 sudah cukup baik, karena pada saat presentasi rata-rata siswa sudah aktif bertanya dan berpendapat.
- c. Siswa kelas XI IPA 1 memiliki intelektual yang baik karena di kelas tersebut terkenal dengan kelas unggulan sehingga kebanyakan siswa mempunyai minat baca yang tinggi.
- d. Siswa kelas XI IPA 1 Sudah menerapkan pelajaran yang menggunakan forum diskusi seperti presentasi dan itu dapat melatih kemampuan mengemukakan pendapat.

2. Faktor yang mempengaruhi Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Peneliti menemukan faktor terhadap kepercayaan diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat yaitu faktor dari internal dari (dalam). Berikut faktor internal yang mempengaruhi percaya diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat:

- a. Faktor keturunan atau Gen dari kedua orang tuanya. Siswa FR mempunyai permasalahan kepercayaan diri karena adanya Gen dari salah satu orang tua yang mempunyai sifat yang sama sehingga bisa menurun ke anaknya.
- b. Faktor dari diri Sendiri yang mempunyai sifat pendiam faktor dari dirinya sendiri siswa FR mempunyai sifat pendiam yang mungkin di sulit untuk berkomunikasi dengan teman lainnya.

3. Cara Meningkatkan Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Temuan peneliti yang berkaitan dengan cara meningkatkan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat yaitu sebagai berikut;

- a. Sekolah sudah menerapkan kegiatan Pramuka, forum diskusi seperti Presentasi, mengikuti ekstrakurikuler yaitu Organisasi Intra Sekolah (OSIS), Pelatihan Jurnalistik itu bisa meningkatkan kemampuan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat.
- b. Guru BK mempunyai teknik atau metode tersendiri untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat yaitu metode *restrukturung kognitif* mengubah pola fikir yang negatif menjadi positif

dan modelling simbolis (peniruan tokoh yang berprestasi untuk mendapatkan tingkah laku yang diinginkan).

- c. Peneliti memberikan metode/teknik modelling simbolis kepada siswa FR untuk bisa meningkatkan percaya dirinya dalam mengemukakan pendapat.

C. Pembahasan

1. Tingkat Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Terdapat dalam teori, percaya diri dalam mengemukakan pendapat diartikan sebagai sikap pada diri seseorang bahwa dia yakin pada kemampuannya sendiri untuk menyatakan atau mengekspresikan suatu hasil interaksi tentang hal-hal yang berbaur pengetahuan ataupun tidak. Apabila seseorang tidak memiliki rasa percaya diri terutama dalam hal mengemukakan pendapat, maka banyak masalah akan timbul, karena kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian dari seseorang yang berfungsi untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Kepercayaan diri adalah satu aspek kepribadian yang terbentuk melalui interaksi individu dengan lingkungannya.²⁵

Kepercayaan diri itu penting, karena tanpa percaya diri terutama dalam mengemukakan pendapat peserta didik akan sulit untuk mencapai prestasi belajar yang optimal. Peserta didik yang memiliki rasa percaya diri dalam belajar akan berusaha sekeras mungkin untuk mengeksplorasi semua bakat yang dimilikinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan menyadari kemampuan yang ada dalam dirinya, mengetahui dan menyadari bahwa dirinya memiliki bakat,

²⁵ Hendra Widjaja, *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri* (Yogyakarta: Araska, 2016), hlm. 51.

keterampilan atau keahlian sehingga peserta didik akan bertindak sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya.

Berdasarkan analisis persentase angket Who Am I di kelas XI IPA 1 tingkat kepercayaan diri siswa dalam mengemukakan pendapat menunjukkan hasil cukup baik dengan persentase 66%. Sedangkan siswa yang rendah kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat ditunjukkan oleh 1 orang siswa yang bernama FR dari 27 orang siswa dengan presentase 4%. Rata-rata siswa kelas XI IPA 1 sudah memiliki kepercayaan diri cukup baik terutama dalam mengemukakan pendapat yang ditunjukkan dari keaktifan siswa di dalam kelas pada saat presentasi kebanyakan siswa ada bertanya dan berpendapat, tidak hanya itu siswa kelas XI IPA 1 memiliki intelektual yang baik karena di kelas tersebut terkenal dengan kelas unggulan sehingga kebanyakan siswa mempunyai minat baca yang tinggi. Adanya forum diskusi seperti presentasi di kelas XI IPA 1 juga menjadi salah satu penunjang kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat.

2. Faktor Yang Mempengaruhi Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Dasarnya kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat terbentuk melalui proses belajar dengan cara berinteraksi dengan lingkungan sekitar, berbagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat peserta didik yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu faktor yang berasal dari dalam individu, yang meliputi kepribadian, inteligensi, serta kondisi fisik dan lain-lain. Sedangkan faktor eksternal yaitu faktor yang berasal dari luar individu, yang meliputi pola asuh orang tua,

lingkungan sekolah, maupun masyarakat sekitar. Untuk lebih jelasnya bisa dilihat dalam uraian berikut.

a. Faktor Internal

Faktor internal ini terdiri dari beberapa hal penting dalamnya. Hal-hal yang dimaksud tersebut diantara adalah sebagai berikut.

1) Konsep Diri

Menurut Antony terbentuknya kepercayaan diri pada diri seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.²⁶

2) Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri adalah penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan mempengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.²⁷

3) Kondisi Fisik

Perubahan kondisi fisika juga berpengaruh pada rasa percaya diri diri. Ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang kentara. Penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang.

4) Pengalaman Hidup

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor menurunnya rasa percaya diri

²⁶ M. Nur Ghufon dan Rini Risnawati S, *Teori-teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzzz Media, 2017), hlm. 37.

²⁷ Ibid.

seseorang. Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.²⁸

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal ini juga terdiri dari beberapa hal penting di dalamnya. Hal-hal yang dimaksud tersebut diantaranya adalah sebagai berikut.

1) Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada dibawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya. Sebaliknya, orang yang mempunyai pendidikan tinggi akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih dibandingkan yang berpendidikan rendah.²⁹

2) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.³⁰

3) Lingkungan

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin

²⁸ Ibid.

²⁹ Hendra Widjaja, *Berani Tampil Beda dan Percaya Diri*, hlm. 67.

³⁰ Ibid.

bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka harga diri juga akan berkembang lebih baik.³¹

Menurut hasil wawancara dari beberapa teman siswa FR kelas XI IPA 1, Faktor yang mempengaruhi percaya diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat, yaitu faktor internal. Faktor internal adalah faktor yang asalnya dari dalam seseorang atau individu itu sendiri. Faktor ini biasanya berupa sikap juga sifat yang melekat pada diri seseorang. Adapun faktor internal yang di alami oleh siswa FR yaitu dari keturunan dari orang tuanya. Selain itu wawancara dari teman FR yang lainnya mengatakan bahwa siswa FR mempunyai sifat pendiam dan juga pemalu yang membuat dia sulit berkomunikasi sehingga menyebabkan kurangnya percaya diri dalam mengemukakan pendapat.

3. Cara Meningkatkan Percaya Diri Siswa dalam Mengemukakan Pendapat di Kelas XI IPA 1 SMA Negeri 1 Pademawu Pamekasan

Peserta didik yang kurang percaya diri dalam hal mengemukakan pendapat tidak selamanya akan seperti itu. Kepercayaan diri dalam mengemukakan pendapat bisa ditingkatkan. Peserta didik dapat belajar untuk lebih percaya diri. Tetapi harus mengusahakannya dengan cara yang benar, dan harus melatihnya. Peserta didik harus berusaha, dan bila usaha itu diarahkan dengan baik, maka dapat membuat perbaikan besar pada kepercayaan diri itu sendiri terutama dalam mengemukakan pendapat.³² Apabila ada motivasi terhadap peserta didik untuk mengubah tingkah lakunya agar menjadi pribadi yang percaya diri. Motivasi dapat memunculkan dan mendorong perilaku, memberikan arah atau tujuan perilaku, memberikan peluang terhadap perilaku yang sama dan mengarahkan pada pilihan

³¹ Ibid.

³² Kenneth Hambly, *Bagaimana Meningkatkan Percaya Diri* (Jakarta: Arcan, 1989), hlm. 2.

perilaku tertentu. Adapun beberapa cara meningkatkan rasa percaya diri dalam mengemukakan pendapat kita, di antaranya sebagai berikut:

a. Evaluasi diri secara objektif

Belajar menilai diri secara objektif dan jujur. Susunlah daftar “kekayaan” pribadi, seperti prestasi yang pernah diraih, sifat-sifat positif, potensi diri baik yang sudah diaktualisasikan maupun yang belum, keahlian yang dimiliki, serta kesempatan atau sarana yang mendukung kemajuan diri.

Semua aset-aset berharga anda dan temukan aset yang belum dikembangkan. Pelajari kendala yang selama ini menghalangi perkembangan diri anda, seperti pola berpikir yang keliru, niat dan motivasi yang lemah, kurangnya disiplin diri, kurangnya ketekunan dan kesabaran, tergantung pada bantuan orang lain, atau sebab-sebab eksternal lainnya.

Gunakan analisis dan pemetaan SWOT (strengths atau kelebihan, weaknesses atau kelemahan, opportunities atau peluang, dan threats atau ancaman) terhadap diri. Kemudian digunakan untuk membuat dan menerapkan strategi pengembangan diri yang lebih realistis.³³

b. Beri penghargaan yang jujur terhadap diri

Sadari dan hargailah sekecil apapun keberhasilan dan potensi yang anda miliki. Ingatlah bahwa semua itu didapat melalui proses belajar, berevolusi dan transformasi dari sejak dahulu hingga kini.

Mengabaikan atau meremehkan satu saja prestasi yang pernah diraih, berarti mengabaikan atau menghilangkan satu jejak yang membantu anda menemukan jalan yang tepat menuju masa depan.³⁴

³³ Hendra Widjaja, *Berani Tampil Beda dan Percaya diri*, hlm. 69.

³⁴ *Ibid.*, hlm. 70.

Ketidakmampuan menghargai diri sendiri, mendorong munculnya keinginan yang tidak realistic dan berlebihan. Misalnya: ingin cepat kaya, ingin cantik, populer, mendapat jabatan penting dengan segala cara.

Jika ditelaah lebih lanjut, semua itu sebenarnya bersumber dari rasa rendah diri yang kronis, penolakan terhadap diri sendiri, tidak mampu menghargai diri sendiri hingga berusaha mati matian menutupi keaslian diri.

c. *Positive Thinking*

Cobalah memerangi setiap asumsi, prasangka atau persepsi negatif yang muncul dalam benak anda. Anda bisa katakan pada diri sendiri, “*Nobody is perfect and its okay if I made a mistake.*” Jangan biarkan pikiran negatif berlarut-larut, karena tanpa sadar pikiran itu akan terus berakar, bercabang dan berdaun. Semakin besar dan menyebar, makin sulit dikendalikan dan dipotong.

Oleh karena itu, jangan biarkan pikiran negatif menguasai pikiran dan perasaan anda. Hati-hatilah agar masa depan anda tidak rusak karena keputusan keliru yang dihasilkan oleh pikiran keliru. Jika pikiran itu muncul, cobalah menuliskannya untuk kemudian di review kembali secara logis dan rasional. Pada umumnya, orang lebih bisa melihat bahwa pikiran itu ternyata tidak benar.

d. *Gunakan self affirmation*

Untuk menerangi *negative thinking*, gunakan *self affirmation* yaitu berupa kata-kata yang membangkitkan rasa percaya diri. Misalnya kata-kata sebagai berikut.

- 1) Saya pasti bisa
- 2) Saya adalah penentu dari hidup saya sendiri. Tidak ada orang boleh menentukan hidup saya

- 3) Saya bisa belajar dari kesalahan ini. Kesalahan ini sungguh menjadi pelajaran yang sangat berharga, karena membantu saya memahami tantangan.
- 4) Saya yang memegang kendali hidup ini
- 5) Saya bangga pada diri sendiri.³⁵

e. Berani mengambil resiko

Berdasarkan pemahaman diri yang objektif, anda bisa memprediksi risiko setiap tantangan yang dihadapi dengan demikian, anda tidak perlu menghindari setiap resiko, melainkan lebih menggunakan strategi-strategi untuk menghindari, mencegah atau mengatasi resikonya. Misalnya: anda tidak perlu menyenangkan orang lain untuk menghindari resiko ditolak. Jika anda ingin mengembangkan diri sendiri (bukan seperti yang diharapkan orang lain), pasti ada resiko dan tantangannya. Namun, lebih buruk berdiam diri dan tidak berbuat apa-apa dari pada maju bertumbuh dengan mengambil resiko.³⁶

f. Menetapkan tujuan yang *realistis*

Anda perlu mengevaluasi tujuan-tujuan yang anda tetapkan selama ini, dalam arti apakah tujuan tersebut realistis atau tidak. Dengan menerapkan tujuan realistis, maka akan memudahkan anda dalam mencapai tujuan tersebut. Dengan demikian, anda akan menjadi lebih percaya diri dalam mengambil langkah, tindakan dan keputusan dalam mencapai masa depan.³⁷

Cara meningkatkan kepercayaan diri siswa FR dalam mengemukakan pendapat di SMA Negeri 1 Pademawu yaitu banyak- banyak bersosialisasi dengan teman-temannya agar bisa menumbuhkan kepercayaan dirinya dan juga bisa

³⁵ Ibid., hlm. 72.

³⁶ Ibid., hlm. 72-73.

³⁷ Ibid., hlm. 74.

mengikuti kegiatan Pramuka, forum diskusi seperti Presentasi, mengikuti ekstrakurikuler yaitu Organisasi Intra Sekolah (OSIS), Pelatihan Jurnalistik dan lain-lain yang memang meningkatkan kemampuan percaya diri siswa dalam mengemukakan pendapat. Guru BK juga mempunyai teknik atau metode tersendiri untuk meningkatkan kepercayaan dirinya dalam mengemukakan pendapat yaitu metode *restrukturung kognitif* mengubah pola pikir yang negatif menjadi positif dan modelling simbolis (peniruan tokoh yang berprestasi untuk mendapatkan tingkah laku yang diinginkan). Tidak hanya itu peneliti memberikan metode/teknik modelling simbolis kepada siswa FR untuk bisa meningkatkan percaya dirinya dalam mengemukakan pendapat.