

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Self Confidence

1. Pengertian Self Confidence

Carl Rogers mengungkapkan pengawalan istilah self di dalam psikologi mempunyai dua arti yaitu sikap dan perasaan seseorang terhadap dirinya sendiri dan suatu keseluruhan psikologis yang menguasai tingkah laku serta penyesuaian diri. self merupakan faktor dasar yang dapat membentuk kepribadian dan penentu perilaku diri yang meliputi segala kepercayaan, sikap, perasaan dan cita-cita.¹³ Sedangkan self confidence jika diterjemahkan ke dalam bahasa Indonesia berarti percaya diri yaitu percaya atas kemampuan diri sendiri, kekuatan, dan penilaian diri sendiri. Lauster mengemukakan pendapatnya perihal kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan suatu hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.¹⁴ Kepercayaan diri dapat di peroleh dari pengalaman hidup dan berhubungan dengan kemampuan melakukan

¹³ Ani Fakhroh dan Ayarif Hidayatullah, *Pengaruh Percaya Diri Terhadap Keterampilan Berbicara*, Jurnal El-Ibtikar, Vol 7 NO 1, (2018)

¹⁴ Syaipul Amri, *pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis ekstrakurikuler pramuka terhadap prestasi belajar matematika siswa SMA Negeri 6 Kota Bengkulu*, jurnal pendidikan matematika Raflesia, Vol. 03 No 02 (desember, 2018).

sesuatu dengan baik. Dengan kepercayaan diri yang baik seseorang akan mampu mengaktualisasikan potensi-potensi yang ada dalam dirinya.

Derry Iswidharmanjaya dalam bukunya yang berjudul *satu hari menjadi lebih percaya diri* mengatakan bahwa percaya diri merupakan dasar mencapai sukses dalam bentuk apapun. Bisa dikatakan demikian, karena untuk mencapai suatu tujuan itu perlu adanya strategi, sarana dan teknik. Seseorang yang percaya diri akan cenderung memiliki keyakinan dan selalu berusaha mengembangkan potensi secara maksimal. Ia akan mengetahui cara bagaimana harus bersikap dan menerima resiko yang akan didapat. Sebaliknya, seseorang yang kurang percaya diri akan merasa cemas, minder, takut salah dan takut tidak di hargai. Ini bisa dikatakan sebagai bukti bahwa rasa percaya diri berperan sebagai dasar mencapai kesuksesan berbagai bentuk apapun.

Penjelasan tentang rasa percaya diri juga dijelaskan oleh Ros Taylor dalam bukunya yang berjudul *kiat-kiat pede*, mendefinisikan percaya diri merupakan kemampuan menjadi diri sendiri dan pergi kemanapun serta mencoba apapun dalam artian positif tanpa merasa takut atau malu. Tidak adanya rasa percaya diri akan banyak menimbulkan masalah. Menurut Fatimah mendefinisikan kepercayaan diri sebagai suatu sikap positif yang memampukan dirinya dalam mengembangkan penilaian yang baik, baik terhadap pribadi, lingkungan atau situasi yang dihadapi.¹⁵

¹⁵ Thafa Nazla dan Nila Fitria, *Pengembangan Kepercayaan Diri Melalui Metode Show And Tell Pada Anak*, Jurnal AUDHI Vol, 3 No 1 (2020)

Rasa percaya diri merupakan sebuah sikap mental individu dalam menilai diri maupun objek sekitar, sehingga individu tersebut memiliki keyakinan atas kemampuan dirinya dalam melakukan sesuatu sesuai kemampuan. Hal ini diutarakan oleh Alam Bachtiar dalam bukunya yang berjudul *obat minder rahasia menjadi pribadi percaya diri, berani tampil beda dan dikagumi*. Alam Bachtiar juga mengatakan bahwa percaya diri adalah kemampuan berfikir rasional. Berfikir rasional ini maksudnya berupa keyakinan keyakinan, ide-ide dan proses berfikir yang tidak mengandung unsur keharusan yang menuntut individu. Sehingga ketika menghadapi problem atau persoalan kita mampu berfikir, menilai, menimbang, menganalisis, memutuskan dan melakukan. Rasa percaya diri juga disebut sebagai harga diri atau gambaran diri, dalam artian lain, percaya diri adalah sebuah keberanian dalam menghadapi tantangan karena dapat memberikan suatu kesadaran bahwa belajar dari pengalaman jauh lebih penting dari pada keberhasilan atau kegagalan.¹⁶

Kingsley berpendapat bahwa Confidence is partly about skill, about knowing what to do and how to do it. Hal ini dapat diartikan bahwa percaya diri sebagian tentang keterampilan, tentang pengetahuan apa yang harus dilakukan, dan bagaimana melakukannya.¹⁷

Angelis juga berpendapat rasa percaya diri berasal dari tekad diri sendiri dengan tujuan bisa melakukan segala yang diinginkan dan dibutuhkan dalam kehidupan. Rasa percaya diri terbina dari keyakinan

¹⁶ Alam Bachtiar, *Obat Minder Rahasia Menjadi Pribadi Percaya Diri, Berani Tampil Beda Dan Dikagumi*, (Yogyakarta: Araska Publisher, 2020)

¹⁷ Jessica Kingsley, *Coming Out Asperger: Diagnosis, Disclosure and Self Confidence*, (Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2006).

diri sendiri sehingga merasa mampu menghadapi tantangan hidup apapun dengan berbuat sesuatu.¹⁸ Setiap orang memiliki tingkat rasa percaya diri yang berbeda-beda. Ada yang merasa percaya dirinya tinggi namun ada juga yang sebaliknya. Rasa percaya diri bisa timbul kapan saja bergantung pada siempunya percaya diri. Oleh karena itu rasa percaya diri harus dijaga dan juga diasah.

Rasa percaya diri bisa dilihat dari seseorang yang mampu bertindak atau mampu menunjukkan skillnya dengan baik dihadapan orang banyak. Purnawan mendeteksi penyebab kurang kepercayaan diri antara lain pengaruh lingkungan, sering diremehkan dan dikucilkan oleh teman, pola asuh orang tua yang sering melarang, dan membatasi kegiatan anak, orang tua yang memarahi kesalahan anak tetapi tidak pernah memberi penghargaan apabila anak melakukan hal yang positif, kurang kasih sayang, penghargaan atau pujian dari keluarga, trauma kegagalan dimasa lalu serta dihina di depan umum.¹⁹

Dengan pemaparan beberapa definisi diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa percaya diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang dalam menghadapi tantangan dengan sikap yang positif, optimis dan penuh keberanian diri. sikap percaya diri sangat penting dimiliki oleh setiap individu terutama pada seseorang yang sedang menempuh dunia pendidikan. Jika seorang peserta didik memiliki sikap percaya diri sejak dini, mereka akan mudah melakukan interaksi terkait ide dan gagasan

¹⁸ Aya Mamlu'ah, *konsep percaya diri dalam al qur'an surat ali Imran ayat 139*, jurnal pendidikan dan kajian keislaman, vol 01 nomor 01, (Desember, 2019).

¹⁹ Emria Fitri, Nilma Zola dan lfdil, *profil Kepercayaan Diri Remaja Serta Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi*, Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia, Vol 4 No 1 (2018).

yang dimiliki. Sehingga proses transfer pengetahuan dapat berjalan dengan mudah.

Pada dasarnya kepercayaan diri dapat mempengaruhi banyak hal dan dipengaruhi oleh banyak hal. Krisis percaya diri menurut Supriyo jika tidak segera ditangani dapat menimbulkan: 1) kurang mampu bergaul dengan wajar terhadap temannya, 2) proses belajar terhambat, 3) sulit dalam berkomunikasi, 4) perkembangan tidak tercapai, 5) merasa terkucilkan, 6) mudah depresi, terkahir tidak berani melakukan perubahan.²⁰

Pengertian percaya diri juga diindikasikan didalam Al-Qur'an surat Ali Imron:139 sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: *janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajat), jika kamu orang-orang beriman. (Ali Imron:139).*

إِنَّ الدِّينَ قَالُوا رَبُّنَا اللَّهُ ثُمَّ اسْتَقَامُوا تَنْزِيلُ عَلَيْهِمُ الْمَلَائِكَةُ إِلَّا تَخَافُوا وَلَا تَحْزِنُوا وَأَبشِرُوا بِالْجَنَّةِ الَّتِي كُنْتُمْ تُوعَدُونَ.

Artinya: *Sesungguhnya orang-orang yang mengatakan: “tuhan kami ialah Allah” kemudian mereka meneguhkan pendirian mereka maka malaikat akan turun kepada mereka (dengan mengatakan): “janganlah kamu merasa takut dan janganlah kamu merasa sedih dan bergembiralah*

²⁰ Panggih Margo Santosa, *Peningkatan Percaya Diri Siswa Menggunakan Metode Bermain Peran*, (Jurnal PGSD,2018)

kamu dengan (memperoleh) surge yang telah dijanjikan Allah kepadamu". (fusshilat:30)

Dua ayat diatas dikategorikan menjadi ayat yang berbicara tentang persoalan percaya diri karena berkaitan dengan sifat dan sikap seseorang mukmin yang memiliki nilai positif terhadap dirinya dan memiliki keyakinan yang kuat. Orang yang memiliki rasa percaya diri dalam al-qur'an disebut dengan orang yang tidak takut dan sedih.²¹

2. Karakteristik dan Indikator Percaya Diri

Sikap percaya diri tidak hanya fokus pada sikap yakin pada kemampuan diri saja. Tetapi sikap percaya diri dapat melatih untuk tidak putus asa dan berjiwa besar. Agar pemahaman tentang percaya diri lebih mudah dimengerti, Thursan Hakim mengemukakan Ciri-ciri orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi yang dijabarkan dalam bukunya yang berjudul *Mengatasi Rasa Percaya diri* sebagai berikut:²²

- a. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai
- c. Mampu menetralisasi ketegangan yang muncul dalam berbagai situasi
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi dalam berbagai situasi
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilan
- f. Memiliki kecerdasan yang cukup
- g. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup
- h. Memiliki keahlian atau keterampilan lain yang menunjang penampilan

²¹ Ahmad Mustofa dan Yusuf Arisandi, *Konsep Percaya Diri Perspektif Al-Qur'an*, Jurnal Studi Islam, Vol 1 No1 ,(2021).

²² Thursan Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya diri*, (Jakarta: Purwa Swara, 2002).

- i. memiliki kemampuan untuk bersosialisasi
- j. memiliki latar keluarga yang baik

Pendapat lain dari Lauster mengenai ciri-ciri seseorang yang memiliki rasa percaya diri yaitu: ²³

- a. percaya terhadap kemampuan sendiri yaitu yakin terhadap diri sendiri atas fenomena yang terjadi yang berhubungan dengan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena tersebut.
- b. bertindak mandiri dalam mengambil keputusan yaitu berani dalam mengambil keputusan terhadap untuk diri individu tanpa adanya keterlibatan orang lain dan mampu meyakini tindakan yang diambil
- c. memiliki rasa positif terhadap diri sendiri yaitu berani memberi penilaian yang baik dari dalam diri sendiri baik dilihat dari pandangan atau tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depan.
- d. berani mengungkapkan pendapat yaitu adanya suatu sikap yang mampu mengutarakan sesuatu dalam diri individu yang ingin diungkapkan kepada orang lain.

Selain 2 pendapat di atas, Yoder dan Proctor menyebutkan karakteristik anak yang mempunyai kepercayaan diri yang tinggi sebagai berikut: 1) self confidence is the active dengan artian percaya diri adalah aktif, 2) effective expression of inner feeling of self worth dengan artian

²³ Sri Wahyuni, *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Kecemasan Berbicara Di Depan Umum Pada Mahasiswa*, (Jurnal: Universitas Mulawarman Samarinda, 2013

ekspresi dari dalam mengenai harga diri, 3) self esteem (harga diri yang tinggi, dan yang ke 4) self understanding (pemahaman harga diri yang baik).²⁴

Sebaliknya, seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah atau telah kehilangan kepercayaan cenderung memiliki ciri-ciri sebagai berikut: Tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, target) yang diperjuangkan, mudah frustrasi dan give up ketika menghadapi masalah atau kesulitan, kurang termotivasi untuk maju, malas-malasan, sering gagal dalam menyempurnakan tugas atau tanggung jawab, canggung dalam menghadapi orang, tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara, sering memiliki harapan yang tidak realitas, terlalu perfeksionis dan terlalu sensitif.²⁵

Grenville Kleiser seorang penulis terkenal mendapat cara bagaimana menanam dan menumbuhkan kepercayaan diri antara lain:²⁶

- a. Percayalah pada kemampuan yang dimiliki
- b. Percayalah akan ada keberhasilan di masa depan
- c. Bergaulah pada seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi
- d. Percayalah bahwa kebodohan dapat dilenyapkan oleh rasa percaya diri

²⁴ Thafa Nazla dan Nila Fitria, *Pengembangan Kepercayaan Diri Melalui Metode Show And Tell Pada Anak*, Jurnal AUDHI Vol, 3 No 1 (2020)

²⁵ PKn FIS Unnes, *Seni Buku Ajar padepokan Karakter Percaya Diri*, (Semarang: Padepokan karakter)

²⁶ Ani Fakhroh dan Ayarif Hidayatullah, *Pengaruh Percaya Diri Terhadap Keterampilan Berbicara*, Jurnal El-Ibtikar, Vol 7 NO 1, (2018)

Santrock mengemukakan bahwa indikator perilaku negatif yang berasal dari seseorang yang tidak percaya diri antara lain:²⁷

- a. Melakukan sentuhan yang tidak sesuai atau mengakhiri kontrak fisik
- b. Merendahkan diri sendiri secara verbal, depresiasi diri
- c. Berbicara terlalu keras secara tiba-tiba atau dengan nada suara datar
- d. Tidak mengekspresikan pandangan atau pendapat terutama ketika ditanya

Lindenfield mengungkapkan beberapa hal yang harus diperhatikan dalam meningkatkan kepercayaan diri sebagai berikut²⁸:

- a. Cinta

Kesadaran dalam mencintai diri sendiri perlu diperhatikan. Demi perkembangan harga diri yang sehat dan kuat, mereka harus merasa bahwa mereka dihargai sesuai dengan keadaan yang sesungguhnya bukan yang seperti diinginkan oleh orang lain.

- b. Rasa aman

Bila seseorang merasa aman, mereka akan mencoba mengembangkan kemampuannya sehingga bisa melewati tantangan serta berani mengambil resiko yang menarik.

- c. Model peran#

²⁷ Rina Aristiani, *Meningkatkan Percaya Diri Siswa Melalui Layanan Informasi Berbantuan Audiovisual*, Jurnal Konseling Gusjigang Vol 2 no 2, (2016)

²⁸ Zulfriadi T dan Sinta Huri, *Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa*, jurnal riset tindakan indonesia, vol 2 nomor 2, (2017).

Dalam hal ini peran orang lain sangat dibutuhkan sebagai tolak ukur bagi seseorang untuk dapat meningkatkan rasa percaya diri. Mengajar lewat contoh merupakan cara yang paling efektif untuk dapat mengembangkan sikap dan keterampilan sosial untuk percaya diri.

d. Berpengetahuan luas

Seseorang yang memiliki pengetahuan yang luas cenderung lebih percaya diri dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Setiap orang tentu memiliki kelebihan dan keunggulan kemudian dikembangkan dengan sungguh-sungguh. Jika berhasil akan meningkatkan kepercayaan diri.

e. Hubungan

Dalam pengembangan rasa percaya diri terhadap segala hal, seseorang perlu mengalami dan berinteraksi dengan beraneka hubungan diri yang dekat dan akrab di rumah ataupun teman sebaya.

f. Kesehatan

Memiliki kesehatan secara jasmani dan rohani yang baik dapat menumbuhkan dampak positif berupa banyak mendapatkan pujian, perhatian, dorongan moral dan bahkan kesempatan.

g. Dukungan

Seseorang perlu adanya dorongan dan pembinaan bagaimana menggunakan bakat yang mereka miliki. Dukungan menjadi faktor utama dalam membantu seseorang sembuh dari pukulan rasa percaya diri.

h. Upah dan hadiah

Upah atau hadiah merupakan proses pengembangan rasa percaya diri agar menyenangkan dari usaha yang telah dilakukan.

Menurut Kartini terdapat beberapa hal yang penting dalam memiliki rasa percaya diri antara lain²⁹:

a. Percaya diri bermakna tahan terhadap tekanan

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi cenderung lebih mudah dalam melalui tekanan yang dihadapi. Bahkan ia akan menganggap tekanan tersebut biasa terjadi baik pada dirinya sendiri atau terhadap orang lain.

b. Percaya diri bermakna mampu mengendalikan berbagai hal

Semakin tinggi rasa percaya diri maka semakin mudah pula ia mengendalikan segala sesuatu dengan baik.

c. Percaya diri bermakna yakin akan fungsi diri

Individu yang mempunyai rasa percaya diri cenderung memiliki keyakinan yang besar sehingga dapat mandiri dan bebas melakukan sesuatu sesuai keinginan karena sadar terhadap fungsi dirinya.

d. Hidup akan lebih menyenangkan serta aman dengan percaya diri

Dalam kehidupan individu atau kehidupan orang lain tidak akan merasa khawatir jika individu tersebut memiliki rasa percaya diri.

e. Kemampuan dapat ditingkatkan melalui percaya diri

²⁹ Dwi Putri R A, *Pengaruh Penggunaan Aplikasi TikTok Terhadap Kepercayaan Diri Remaja di Kabupaten Sampang*, Jurnal Komunikasi, Vol 14 No 2 (September, 2020).

Seseorang yang percaya diri cenderung lebih mudah dalam meningkatkan kemampuan yang dimiliki dengan adanya proses dan role model yang menjadi panutan.

- f. Percaya diri dapat menghindarkan dari perilaku rendah diri

Kepercayaan diri sebagai pengantisipasi seseorang dari rasa rendah diri dan dapat melakukan sesuatu dengan baik.

Dalam dunia pendidikan guru adalah seseorang yang paling berpengaruh dan yang terdekat hubungannya dengan peserta didik di sekolah harus memahami terlebih dahulu kesulitan, kelemahan dan hambatan peserta didik dalam membangun kepercayaan diri. Berikut terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan oleh guru untuk membangun karakter percaya diri pada peserta didik sebagai berikut: 1) memberi pujian kepada peserta didik atas segala pencapaian sederhana apapun, 2) mengajari peserta didik untuk bertanggung jawab, 3) mengajari peserta didik untuk bersikap ramah dan senang membantu orang lain, 4) mengubah kesalahan menjadi bahan baku demi kemajuan peserta didik saat ia melakukan kesalahan, disini guru harus tetap fokus pada kemajuan yang telah dicapainya bukan pada kesalahan atau kegagalan yang dialaminya.³⁰

3. Faktor-Faktor Percaya Diri

Seseorang yang percaya diri cenderung memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dengan baik sehingga ia akan lebih disenangi oleh banyak

³⁰ Meri Andayani dan Zubaidah Amir, *Membangun Self Confidence Siswa Melalui Pembelajaran Matematika*, Jurnal Matematika, vol 2 No 2 (2019).

orang dalam berinteraksi. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang antara lain³¹:

a. Faktor Internal

1) Konsep diri

Konsep diri memiliki makna berupa keyakinan, perasaan, cara pandang serta pemikiran yang dimiliki oleh seseorang dalam artian bagaimana seseorang memandang dirinya sendiri. Untuk meningkatkan rasa percaya diri manusia, tugas esensial yang harus dilakukan adalah mengenal diri sendiri baik dari kondisi, bentuk fisik sifat, hobi, kekuatan akal dan kedudukannya.³² Rasa percaya diri seseorang dapat terbentuk melalui perkembangan konsep diri yang baik dan positif. Individu yang mempunyai konsep diri yang positif tidak akan memiliki rasa cemas, takut, kesepian serta rasa gelisah, melainkan sebaliknya rasa bebas dan optimis yang ada dalam dirinya.

2) Harga diri

Harga diri yang berarti penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Individu yang mempunyai harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional dan mudah mengadakan hubungan dengan individu lain.

3) Kondisi fisik

³¹ Meri Andayani dan Zubaidah Amir, *Membangun Self Confidence Siswa Melalui Pembelajaran Matematika*, Jurnal Matematika, vol 2 No 2 (2019).

³² Ahmad Mustofa dan Yusuf Arisandi, *Konsep Percaya Diri Perspektif Al-Qur'an*, Jurnal Studi Islam, Vol 1 No1 ,(2021).

Kondisi atau keadaan fisik dapat mempengaruhi pada kepercayaan diri karena keadaan fisik yang berbeda pada umumnya akan muncul perasaan tidak berharga dan kurang nyaman akan dirinya sendiri. Fisik sehat akan meningkatkan kepercayaan diri yang kuat. Sedangkan fisik yang kurang baik akan menyebabkan lemah dalam mengembangkan kepercayaan diri.

4) Pengalaman hidup

Berasal dari pengalaman yang mengecewakan akan muncul rasa rendah diri sehingga nanti timbul kepercayaan diri yang kuat. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri akan mudah dalam menyaring pengalaman dirinya sehingga tindakannya semakin terlihat optimis dan pantang menyerah.

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Pendidikan dapat mempengaruhi rasa percaya diri seseorang. Tingkat pendidikan yang rendah cenderung berada di bawah kekuasaan yang lebih pandai. Sedangkan pendidikan yang lebih tinggi cenderung mandiri dan sikap percaya dirinya tinggi.

2) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreativitas dan rasa kepercayaan diri. rasa puas dan bangga dapat di dapat karena mampu mengembangkan diri.

3) Lingkungan

Lingkungan yang dimaksud disini adalah lingkungan keluarga dan masyarakat. Respons dan dukungan yang baik dari keluarga seperti berkomunikasi dengan baik akan memunculkan kenyamanan dan rasa percaya diri yang tinggi.

4. Jenis-jenis Percaya Diri serta Manfaatnya

Dalam hal ini, penulis *buku obat minder rahasia menjadi pribadi percaya diri, berani tampil beda dan dikagumi*. Alam Bachtiar menyebutkan beberapa jenis percaya diri antara lain:

a. Percaya diri lahir

Percaya diri lahir dapat memberikan pada dunia luar bahwa ia yakin akan dirinya sendiri yaitu melalui pengembangan keterampilan dalam bidang-bidang tertentu. Keterampilan-keterampilan tersebut dijabarkan sebagai berikut :

1) Komunikasi

Keterampilan berkomunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara di depan umum, peka dalam pergantian topik pembicaraan dan mahir dalam menuangkan argument ketika sedang berdiskusi itu termasuk keterampilan dalam berkomunikasi yang memiliki kepercayaan diri.

Seseorang yang memiliki latar belakang yang mendukung dalam peningkatan percaya diri yang tinggi maka mampu bersosialisasi dengan baik.

2) Ketegasan

Melakukan suatu tindakan diperlukan sikap yang tegas agar terbiasa menyampaikan pemikiran serta dapat membela hak.

3) Penampilan diri

Orang yang memiliki rasa percaya diri cenderung memperhatikan penampilan dirinya baik dari gaya berpakaian, pemakaian aksesoris serta gaya hidupnya.

4) Pengendalian perasaan

Pengelolaan perasaan dengan baik maka akan membentuk suatu kekuatan besar yang pasti menguntungkan diri.

b. Percaya diri batin

Untuk mengetahui percaya diri batin bisa terlihat dari ciri ciri utamanya. Adapun ciri utama yang dimaksud sebagai berikut:

1) Cinta diri

Seseorang bisa dikatakan cinta diri adalah orang yang bisa mencintai dan menghargai diri sendiri serta orang lain. Ia akan berusaha menjaga diri dari berbagai aspek demi kebaikan dirinya dan akan memenuhi kebutuhan dirinya secara wajar. Dengan cinta diri, mereka ahli dalam bidang tertentu sehingga kelebihan yang dimiliki dapat dibanggakan. Hal ini dapat menyebabkan menjadi percaya diri.

2) Pemahaman diri

Seseorang yang percaya diri sangat sadar diri sehingga mereka bisa introspeksi diri pada setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain.

3) Tujuan yang jelas

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidup. Karena itu mereka mempunyai alasan dan pemikiran yang jelas.

4) Pemikiran yang positif

Orang yang percaya diri terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah, mencari pengalaman serta hasil yang bagus. Oleh karena itu, orang yang percaya diri cenderung asik dalam hal pertemanan.

Rasa tidak percaya diri sama sekali tidak memberikan keuntungan apapun kepada diri seseorang. Ungkapan ini sesuai dengan teori Thurston Hakim mengenai rasa percaya diri. Hakim menyatakan bahwa rasa percaya diri adalah suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidup. Terdapat kata mampu dalam teori tersebut memberi pengertian mampu mengerjakan, mampu menerima dan mampu-mampu yang lain. Kemudian penentuan tujuan yang jelas, dengan itu kepercayaan diri akan lebih meningkat.

Dari teori diatas, fanun menyimpulkan beberapa manfaat percaya diri sebagai berikut:³³

- a. Dapat membantu seseorang mengatur diri sendiri artinya dapat menentukan nasib diri sendiri tanpa campur tangan orang lain yang membantu atau yang merecoki tujuan kita

³³ Daneida Fanun, *Percaya Diri Harga Mati*, (Yogyakarta: Arsaka, 2019)

- b. Dapat membantu diri dalam meningkatkan kecakapan dalam mengungkapkan perasaan sendiri artinya Ketika adanya rasa percaya diri, maka yang dipikirkan akan mudah disampaikan kepada orang lain.

Sebagai sebuah atribut yang paling berharga pada diri seseorang dalam kehidupan sosial, dengan percaya diri seseorang mampu mengaktualisasikan segala potensi yang terdapat dalam dirinya. Seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan orang lain, mampu mengungkapkan segala pendapat serta mampu menghargai pendapat orang lain, ia akan mampu bertindak, mampu berfikir positif dalam mengambil keputusan, sebab itu rasa percaya diri sangat bermanfaat jika dimiliki oleh seseorang.

B. Kuliah Tujuh Menit

1. Definisi Kuliah Tujuh Menit

Kuliah tujuh menit biasa dikenal dengan singkatan kultum. Program ini merupakan suatu metode menyampaikan ceramah atau nasihat yang baik kepada orang lain secara singkat tetapi bermakna.³⁴ Eriyanto mengungkapkan bahwa kultum adalah bentuk penyampaian ajaran-ajaran agama yang dibatasi oleh singkatnya waktu.³⁵ Dengan durasi waktu yang singkat yakni tujuh menit sesuai dengan kepanjangan dari kata kultum, namun pelaksanaannya terkadang melebihi dari tujuh

³⁴ Muhammad Hanapi, *Penanaman Karakter Siswa Melalui Pembiasaan Kultum Jum'at Pagi di SD Negeri 1 Nanggela Mandirancan*, Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam, Vol 2 No 1, (2022).

³⁵ Eriyanto, *Pembentukan Karakter Melalui Kultum (Kuliah Tujuh Menit) Pendidikan Agama Islam*, Jurnal Pendidikan Profesi Guru Agama Islam, Vol 2 No 8, (2022).

menit dan terkadang kurang dari tujuh menit. Meskipun berdurasi yang sangat singkat ada banyak manfaat yang dapat dipetik serta di dapatkan. Dalam penyampaiannya termasuk dalam pembicaraan resmi seperti halnya khitobah, pidato, sambutan dan sejenisnya. Kuliah tujuh menit ini berisi ajakan-ajakan seputar agama untuk terus berbuat kebaikan dengan durasi penyampaian hanya sekitar tujuh menit.

Dalam kurikulum 2013 menekankan sikap pada peserta didik dalam menghadapi suatu masalah hendaknya menggunakan pendekatan dengan Agama. Pendekatan tersebut biasa diberi nama kulum (kuliah tujuh menit) dimana mereka berani menyampaikan ajaran-ajaran islam yang terdapat pada materi agama islam³⁶.

Kulum merupakan salah satu kegiatan dari metode ceramah. Kata ceramah dalam kamus Bahasa Indonesia ialah pidato oleh seseorang dihadapan banyak pendengar yang membicarakan suatu hal, pengetahuan dan lain sebagainya³⁷. Sejalan dengan pengertian tersebut, ceramah adalah salah satu metode penyampaian materi pembelajaran secara langsung kepada peserta didik dengan menggunakan media lisan oleh guru baik di dalam maupun di luar kelas. Dengan menggunakan media lisan tersebut kulum bisa menjadi salah satu metode penyampaian dakwah dan kebaikan. Kulum juga berarti dakwah yang dilakukan oleh seorang pendakwah kepada audiens.

³⁶ Muh Dahlan, *Meningkatkan Hasil Belajar Peserta Didik Kelas V Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Dengan Pendekatan Pembelajaran Kuliah Tujuh Menit, Unjuk Kerja dan Tutor Sebaya di SDN 75 Parepare*, Jurnal Pendidikan BUM , Vol 3 NO 1 (Februari, 2019).

³⁷ Kamus Bahasa Indonesia, (Jakarta: Pusat Bahasa, 2008)

kultum yang dilaksanakan dalam lingkungan pendidikan sangat dianjurkan karena bisa berposisi sebagai ajang pembelajaran dalam peningkatan potensi peserta didik. Terdapat 3 unsur penting yang harus ada di dalam kegiatan kuliah tujuh menit yaitu:

a. Penyampai atau penceramah

Syarat menjadi penceramah kultum yaitu bisa menjaga diri dan agamanya karena ia akan menjadi anutan dan uswatun hasanah bagi pendengarnya.

b. Teknik dan bahasa penyampaian kultum

Dianjurkan penceramah kultum memperhatikan tatanan bahasa dalam menyampaikan materi kultum supaya para pendengar mudah memahami pesan-pesan yang disampaikan oleh penceramah kultum. Biasanya para pendengar lebih menyukai kultum yang menarik, lucu, humoris namun tetap mengandung nilai-nilai agama dan kebaikan.

c. Penerima atau objek kultum

Objek kultum adalah orang yang mendengarkan pesan-pesan yang disampaikan oleh penceramah baik secara individu maupun kelompok.

2. Ciri-Ciri Khas Kultum Beserta Fungsinya

Beberapa ciri-ciri ceramah atau kultum antara lain.³⁸

- a. Terdapat suatu hal yang dijelaskan dan diinformasikan dengan tujuan memperluas pengetahuan pendengar yang disampaikan oleh orang yang dianggap ahli.
- b. Adanya komunikasi 2 arah antara pembicara dan pendengar berupa dialog, Tanya jawab dan sebagainya.

Adapun fungsi ceramah atau kultum antara lain:

- a. Dapat membantu menyebarkan islam kepada manusia sehingga mereka merasakan rahmat islam sebagai rahmatil lilalamin bagi semua makhluk.
- b. Dapat melestarikan nilai-nilai islam dari generasi kepada generasi selanjutnya.
- c. Berfungsi korektif, artinya dapat meluruskan akhlak yang bengkok, mencegah kemungkaran serta mendatangkan kebajikan.
- d. Dapat mengubah perilaku kurang baik menjadi lebih baik.

3. Manfaat-manfaat Kultum

Kegiatan kuliah tujuh menit atau kultum memiliki beberapa kemanfaatan sebagai berikut: 1) Kultum dapat menjadi pengingat dari segala aspek. Kultum dapat memberikan bimbingan, arahan, masukan, ilmu yang bermanfaat dan sebagai saran yang baik. 2) dapat menambah wawasan ilmu keislaman yang bermanfaat dan barokah. 3) sebagai sarana

³⁸ Siti Hawa dkk, *Pembinaan Akhlak Peserta Didik Melalui Kegiatan Kultum (kuliah tujuh menit) di SD N 17 PangkalPinang*, Jurnal Kajian Mutu Pendidikan, vol 4 No 2, (2021)

untuk menghormati orang yang sedang berbicara dan disiplin waktu. 4) bisa memotivasi, menginspirasi dan mengamalkan ilmu yang disampaikan pemateri kulum. 4) adanya nilai-nilai karakter yang lebih baik sebelumnya.

4. Tata Cara Pelaksanaan Kulum

Sebagai bentuk tanggung jawab seseorang ketika diberi kesempatan kulum. Maka ia harus berusaha menyajikan materinya secara singkat dan mudah diterima. Isi dari kulum sangat singkat, padat dan jelas. Dengan itu kalimat pembuka dan penutup tidak perlu bertele-tele agar apa yang diinginkan sesuai dan tepat waktu. Urutan pemaparan kulum yang baik sebagai berikut:³⁹

a. Salam pembuka

Sudah menjadi suatu kewajiban dalam suatu kegiatan dibuka dengan mengucapkan “*Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*”. Bisanya juga menggunakan kalimat salam lainnya berupa “*hallo selamat pagi atau siang atau sore dan malam*”. Selain sebagai kalimat pembuka pada kulum, kalimat salam juga digunakan untuk mengakhiri atau menutup kegiatan kulum. Akan tetapi ada beberapa perbedaan pada kata yang digunakan seperti kalimat “*Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarokatuh*”.

³⁹ Indah Auliya, *Pelatihan Dakwah Bil Lisan Melalui Kegiatan Kuliah Tujuh Menit Pada Santri Di Pondok Pesantren An Nadhira Kalibeber*, Vol 1 No 1, (JUNI, 2022)

b. Muqoddimah dalam bahasa Arab

Muqoddimah dalam kegiatan kultum berisi tentang pengucapan syukur dan pujian kepada Allah SWT, kepada junjungan nabi Muhammad SAW, kepada para ulama dan kepada hadirin yang ada dengan menggunakan bahasa arab seperti kalimat “*Alhamdulillah Robbil ‘Alamiin*” dan seterusnya.

c. Penyampaian judul kultum

Agar memudahkan pemahaman pendengar kultum tentang apa yang akan disampaikan. Maka penyampai kultum menyampaikan atau memaparkan judul kultum kepada para pendengar.

d. Ajakan ajaran dalam materi kultum

Inti dari kultum merupakan bentuk ajakan kepada orang orang untuk melaksanakan ajaran-ajaran yang telah disampaikan oleh penyampai kultum. Kalimat ajakan yang di gunakan bervariasi seperti marilah, ayo, kerjakan, dan lain sebagainya yang dapat kita gunakan sebagai kata kerja dalam kultum untuk mengerjakan kebaikan.

e. Kesimpulan materi dan kalimat penutup

Dalam suatu materi yang terbilang panjang alangkah baiknya penyampai kultum sebelum menutup kultumnya menyimpulkan materi yang telah disampaikan. Dengan kesimpulan tersebut pendengar akan lebih mudah mengingat dan melaksanakan apa yang telah disampaikan oleh penyampai kultum.

Kemudian sama halnya dengan pembukaan kultum atau pembukaan dalam suatu kegiatan. Jika ada pembukaan maka ada

penutup. Penutup kegiatan kultum bisa berupa kalimat “*Wassalamualaikum Warohmatullahi Wabarokatuh*” atau bisa menggunakan kalimat sampai jumpa dan lain-lain.

