

BIMBINGAN KONSELING PASTORAL PADA SISWA YANG MENGALAMI RENDAHNYA

TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI

Gracia Gabriella Aurelia Sahabat¹, Ivane Dear Suryani Brek²

Institut Agama Kristen Negeri Manado, Universitas Tarumanegara,
Indonesia

graciagsahabat29@gmail.com, ivane.705250079@stu.untar.ac.id

Abstract

Self-confidence is believed to enable rapid development. Many aspects of an individual's life require strong self-confidence to facilitate mobility, both in work and beyond. Self-confidence is acquired through life experiences. Self-confidence is a personality trait characterized by confidence in one's abilities, enabling one to act independently, with confidence, cheerfulness, optimism, tolerance, and responsibility. Feelings of insecurity are normal and experienced by almost everyone, both introverts and extroverts. Furthermore, feelings of insecurity can also deprive someone of opportunities to unleash their potential. The causes of insecurity vary and vary from person to person. Some individuals experience a lack of confidence due to negative experiences, bullying, or trauma. Others experience a lack of confidence due to the influence of childhood parenting styles.

Keywords: Insecurity, Self-Confidence, Students, Causes.

Abstrak

Kepercayaan diri diyakini mampu membuat seseorang berkembang dengan cepat. Banyak hal-hal yang berhubungan dengan aktivitas individu yang menuntut sebuah kepercayaan diri yang baik, agar memberikan mobilitas baik untuk pekerjaan maupun yang lainnya. Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Sedangkan Merasa tidak percaya diri tertentu merupakan hal yang wajar dan hampir setiap orang pernah mengalaminya, baik orang dengan kepribadian introvert maupun ekstrovert. Selain itu, rasa ketidakpercayaan diri juga bisa membuat seseorang kehilangan kesempatan untuk menyalurkan potensi-potensi yang ada dalam diri. Penyebab munculnya rasa kurang percaya diri ada beragam dan berbeda pada setiap orang. Ada yang kurang percaya diri karena pernah mengalami pengalaman yang buruk, pernah mengalami penindasan, maupun trauma. Ada pula yang kurang percaya diri karena pengaruh pola asuh semasa kanak-kanak.

Kata Kunci : Ketidakpercayaan Diri, Permasalahan, Siswa.

PENDAHULUAN

Percaya diri merupakan kombinasi dari sikap dan keyakinan individu dalam menjalankan tugas. Percaya diri merupakan hal yang positif yang perlu ditanamkan dalam diri individu, karena hal ini akan dampat membantu individu dalam menerima dirinya sendiri, akan memunculkan kekuatan dalam mereka menyelesaikan tugastugasnya, dan akan tetap membuat mereka percaya akan potensi yang mereka miliki. Percaya diri dapat diartikan secara sederhana sebagai kombinasi dari penghargaan dan efikasi diri. Percaya diri tidak dapat diukur dengan hanya melihat tampilan siswa-siswi secara umum saja, akan tetapi percaya diri dapat diukur dengan keyakinan yang mereka miliki, keyakinan akan kemampuan diri, dan lebih dari itu keyakinan untuk tidak memperhatikan pandangan dan pendapat orang lain akan dirinya. Begitu besarnya manfaat percaya diri bagi setiap individu apalgi bagi siswa-siswi. Percaya diri yang konsisten akan dapat membuat diri mereka mencapai prestasi yang mereka inginkan. Percaya diri memang bukan suatu hal yang bisa dengan mudah didapat atau bukanlah suatu hal bawaan dari lahir. Percaya diri harus dibentuk oleh diri sendiri, hal ini tergantung dengan pemahaman diri pula.¹

Kurang percaya diri atau minder adalah perasaan diri tidak mampu dan mengaggap orang lain lebih baik dari dirinya sendiri. Insecure seringkali dikaitkan dengan kondisi mental dan hati seseorang yang gelisah karena tidak percaya diri. Oleh karena itu, insecure biasa terjadi saat seseorang tidak yakin pada dirinya sendiri. Sebenarnya, gejala tidak percaya diri seperti munculnya ketakutan, keresahan, kuatir, rasa tak yakin yang diiringi dengan dada berdebar-debar kencang dan tubuh gemetar ini bersifat psikis atau lebih didorong oleh masalah kejiwaan anak dalam merespons rangsangan dari luar dirinya.

Aktifnya gejala rasa tidak percaya diri pada anak dapat menekan atau menghambat bekerja/berfungsinya daya nalar anak, sehingga anak mengalami kesulitan untuk memusatkan konsentrasi pikiran, melemahkan motivasi dan daya juang anak. Pada

¹ Yuanita Dwi Krisphianti, "Ground Understand Revise Use (Guru) Untuk Kepercayaan Diri,CV Qiara Media Pasuruan, Jawa Timur 2021. 39 Hlm.

akhirnya anak tidak mampu mengaktualisasikan kemampuannya. Munculnya gejala tidak percaya diri pada anak ini ketika hendak melakukan sesuatu terkait erat dengan persepsi diri anak terhadap konsep dirinya sendiri. Bagaimana anak berpikir dan menilai dirinya, jika dihubungkan dengan apa yang hendak dilakukannya itu. Bagaimana anak mengukur kemungkinan atau kesanggupan anak terhadap kemampuan dirinya dalam menyelesaikan segala sesuatu. Tidak percaya diri berarti ungkapan atau pengejawantahan pernyataan ketidakmampuan anak untuk melaksanakan atau mengerjakan sesuatu. Anak berpikir dan menilai negatif dirinya sendiri, sehingga timbul perasaan tidak menyenangkan dan dorongan/kecenderungan untuk segera menghindari atas apa yang hendak dilakukannya itu.²

Masalah yang muncul akibat tidak percaya diri misalnya sulit memiliki teman, sulit menemukan kelebihan dalam diri, mudah merasakan kesepian, mudah merasakan penyesalan, mudah merasakan stres dan emosi negatif, sulit beradaptasi ketika berada di lingkungan baru, mudah tergantung kepada orang lain, mudah melakukan kesalahan, hasil kerja yang didapatkan terkadang tidak sesuai dan kurang optimal. Faktor munculnya gejala tidak percaya diri pada siswa ini ketika hendak melakukan sesuatu terkait erat dengan persepsi diri siswa terhadap konsep dirinya sendiri.³

Acintya Ratna Priwati, S.Psi., M.A., menjelaskan *insecure* merupakan perasaan tidak mampu, kurang percaya diri, disertai dengan ketidakpastian dan kecemasan akan tujuan, kemampuan maupun hubungan dengan orang lain. “*Insecurity* ini bisa muncul dalam berbagai bentuk yang secara umum terkait dengan perasaan ditolak, tidak dicintai, merasa terisolasi dan lainnya.” . Perasaan tersebut dikatakan Acintya dapat muncul karena secara alami manusia telah terbiasa membandingkan diri, memberikan penilaian, maupun mengevaluasi diri. Salah satunya karena pengalaman masa lalu yang kurang menyenangkan. Pengalaman tersebut bisa berupa komentar negatif dari orang yang dianggap penting ataupun melihat pengalaman orang lain yang kurang menyenangkan.

² Hendra Surya, ”Cara Luar Biasa Membuat” Pede (*Percaya Diri*) Anak”. 158 Hlm.

³ Drs.Hendra Surya, ”Percaya Diri Itu Penting”,PT Elex Media Komputindo Gramedia Jakarta, 155 Hlm.

Kondisi itu menjadikan seseorang ingin menghindari perilaku tersebut dan menyesuaikan perilaku.⁴

Suatu penelitian yang diteliti oleh Syam dan Amri (2017) dalam jurnalnya yang berjudul "*An Analysis Of Jigsaw Cooperative Effectiveness To Improve The Self Confidence And Learning Result Of Vocation High School Student*", mengungkapkan bahwa "kurang percaya diri yaitu suatu keraguan yang ada pada diri kita ketika menghadapi situasi tertentu, yang bahkan kalau boleh memilih, akan cenderung menghindari suasana yang penuh resiko dan tantangan. Kepercayaan diri peserta didik terlihat saat presentasi di depan kelas dimana peserta didik masih kurang percaya diri ketika menyampaikan presentasi dan berinteraksi dengan peserta presentasi lainnya. Peserta didik juga cenderung menunjukkan sikap malu ketika ingin mengajukan pertanyaan kepada guru mata pelajaran jika merasa kurang jelas terhadap penjelasan yang diberikan oleh guru. Orang yang memiliki kepercayaan diri yang kurang atau kehilangan kepercayaan memiliki keyakinan yang lemah terhadap kemampuan dirinya dan punya pengetahuan yang kurang akurat terhadap kapasitas yang dimilikinya.

Ketika orang yang memiliki kepercayaan diri kurang atau telah kehilangan kepercayaan, cenderung merasa/bersikap tidak memiliki sesuatu (keinginan, tujuan, dan target) yang diperjuangkan sungguh-sungguh, tidak memiliki keputusan melangkah yang decisif (ngambang), sering gagal dalam menyempurnakan tugas-tugas atau tanggung jawab (tidak optimal), tidak bisa mendemonstrasikan kemampuan berbicara dan kemampuan mendengarkan yang menyakinkan. Di antara sekian banyak karakter/sifat peserta didik tersebut di sini akan dibahas mengenai peserta didik yang memiliki sifat pemalu karena kurang percaya diri. Berhubungan dalam situasi menganalisis anak yang kurang percaya diri peserta didik diharapkan dapat berkembang memahami dan mengembangkan potensi yang dimilikinya, memiliki pandangan diri yang positif terhadap diri sendiri, menerima keuntungan dan kelebihan dirinya sendiri serta dapat mengembangkan rasa kepercayaan diri agar mampu bersaing baik disekolah maupun

⁴ <https://ugm.ac.id/id/berita/22698-dosen-psikologi-ugm-bagi-tips-hadapi-insecure#:~:text=Dosen%20Fakultas%20Psikologi%20UGM%2C%20Acintya,maupun%20hubungan%20dengan%20orang%20lain>

dilingkungan masyarakat.⁵ Masalah ini terjadi di berbagai tempat salah satu contohnya adalah yang terjadi di GMIST Bukit Kasih Eneratu Kecamatan Tahuna Timur, Kabupaten Kepulauan Sangihe. Dimana disini terjadi terjadi satu kasus siswa yang memiliki rendahnya kepercayaan diri dan memiliki dampak seperti:

Pertama, mengurangi kemampuan untuk berani bertindak. Hal ini untuk mencapai suatu tujuan, dibutuhkan keberanian bertindak. Individu dengan kepercayaan diri yang kurang, seringkali berhadapan dengan kegagalan.

Kedua, susah untuk mempertahankan hubungan. Ketika tidak percaya diri, hubungan yang dijalani dengan orang lain nggak akan bertahan lama. Alhasil, dalam hubungan, cenderung menunjukkan sisi buruk daripada sisi baikmu.

Ketiga, kurang motivasi. Mereka dengan kepercayaan diri yang kurang tidak memiliki motivasi. Mereka tidak mempercayai kemampuan mereka untuk sukses dan yang terakhir yaitu Akibat tidak percaya diri, berujung dengan membenci diri sendiri.

Masalah diatas merupakan satu dari sekian banyak masalah yang terjadi dalam kehidupan manusia. berbicara tentang masalah kurangnya kepercayaan diri, jika hal ini dibiarkan maka akan memunculkan masalah-masalah yang lainnya dalam kehidupan mereka. Sehubungan dengan itu tenaga-tenaga ahli harus bisa mengambil sikap untuk membantu mereka yang mengalami masalah ini. Khususnya tenaga konseling pastoral, konselor di harapkan bisa membantu mereka dengan permasalah perselingkuhan yang marak terjadi ini

METODE PENELITIAN

Penelitian merupakan proses pengumpulan data dan analisis informasi (data) logis untuk beberapa kegunaan tergantung pada tujuan dan dilaksanakannya penelitian. Definisi ini umum karena banyak sekali metode yang dapat menyelidiki suatu masalah atau pertanyaan. penelitian tidak terbatas pada pendekatan yang dilakukan dalam ilmu

⁵ Juliana, M & Surya. “*An Analysis Of Jigsaw Cooperative Effectiveness To Improve The Self Confidence And Learning Result Of Vocation High School*”.2007. Student. Medan: 3 (1): 3520-3526.

pengetahuan alam dan fisika bukan pula seharusnya, kata “*Penelitian*” digunakan terpisah untuk menjelaskan observasi dan spekulasi apa yang sekarang dipakai. Metode penelitian terkadang disebut “*Metodologi*” merupakan cara seseorang mengumpulkan dan menganalisis data. Metode penelitian dikembangkan untuk memperoleh pengetahuan dengan prosedur yang sah dan terpercaya sesuai kaidah ilmiah. Pengumpulan data dapat dilakukan dengan pengukuran teknik interview yang luas dan observasi atau pengumpulan dokumen.⁶ Demi tercapainya penelitian ini, maka peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan menggunakan MSK (metode studi kasus). Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan maksud menafsirkan fenomena yang terjadi dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara *purposive* dan *snowbaal*, teknik pengumpulan dengan triggulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif/ kualitatif dan hasil penelitian menekankan makna dari pada generalisasi. Penelitian kualitatif berlandaskan pada filsafat postpositivisme karena digunakan unuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah dimana peneliti adalah instrumen kunci.⁷

PEMBAHASAN DAN HASIL

Pembahasan

A. PASTORAL KONSELING

Pastoral konseling adalah hubungan timbal balik (*Interpersonal Relationship*) antara hamba Tuhan sebagai konselor dengan konselinya dimana konselor mencoba membimbing konseli kedalam suatu suasana percakapan konseling yang ideal (sesuai dengan kondisinya) yang memungkinkan konseli itu betul-betul dapat mengenal dan mengerti apa yang sedang terjadi pada dirinya persoalannya kondisi hidupnya dimana dia berada dan sebagainya yang kemudia akan membuat dia mengerti dengan

⁶ UHAR SUHARSAPUTRA “*METODE PENELITIAN KANTITATIF, KUALITATIF DAN TINDAKAN*”. PT Refika Aditama Jl.Mengger Girang No 981 Bandung. April 2012. 304 Hlm.

⁷ Albi Anggitto & Johan Setiawan.”*Metodologi Penelitian Kualitatif*”. CV jejak Jln. Bojong Genteng Nomor 18, Kab Sukabumi, Jawa Barat. 268 Hlm.

permasalahan yang dia hadapi dan bagimana konseli tersebut mengatasi atau menyelesaikan permasalahan yang dia miliki. Kata lain pastoral konseli adalah suatu proses pemberian bantuan yang dilakukan seorang pendeta atau konselor kepada orang yang membutuhkan bantuan atau konseli dengan berlandaskan Alkitab dan di kombinasikan dengan teknik dan model pendekatan yang ada.⁸

A. Fungsi pastoral

- 1) Penyembuhan (*healing*) adalah salah satu fungsi pastoral yang bertujuan untuk mengatasikerusakan yang dialami dengan cara mengembalikan keutuhan orang itu dan menuntun kembali sesama yang lebih baik dari kondisi sebelumnya.
- 2) Penopangan (*sustaining*) fungsi ini bertujuan untuk menolong yang terluka untuk bertahan dan melewati setiap masalah rasa sakit yang dirasakan serta pemulihan kepada kondisi semula.
- 3) Pembimbingan (*guiding*) membantu orang yang kebingungan dalam mengambil sebuah keputusan agar dapat menentukan pilihan yang pasti dan lebih baik.
- 4) Pendamaian (*reconciling*) fungsi ini bertujuan untuk membantu hubungan antara diri sendiri dan sesama manusia atau hubungan dengan Tuhan.⁹

B. Model dan Teknik Pendekatan Konseling

Beberapa ahli menggolongkan model-model konseling pastoral ke dalam tiga kategori model. Pertama, model Psikodinamika yang berorientasi pada insight, dorongan dunia ketidaksadaran dan rekonstruksi kepribadian. Model ini digunakan

⁸ J. Saputri."Pastoral Konseling sebagai Strategi Pengembalaan untuk menuju Gereja yang Bertumbuh". <https://osf.io>. Diakses 29 Maret 2021.

⁹ William A Clebsh and Chaeles R. Jaekle.*PASTORAL CARE IN HISTORICAL Perspective* (Englewood Cliffs, N.J: Prentice-Hall, 1964),h. 46.

dalam terapi Psikoanalitik dan kebanyakan praktik layanan Psikoterapi serta Psikiatri. Kedua, model Ekperiensial dan relasional yang berorientasi pada arti dan bagaimana menjadi manusia secara penuh dan utuh, kebebasan dan tanggung jawab manusia, pilihan manusia, menciptakan nilai dan makna kehidupan, kecemasan, rasa bersalah, kesadaran akan hakikat sebagai makluk terbatas. Ketiga, model Behavioral atau tingkah laku yang berorientasi pada tindakan dan latihan untuk mengubah tingkah laku, faktor kognitif yang mempengaruhi tingkah laku, pikiran dan irasional yang memperengaruhi tingkah laku, masalah masa kini, penerimaan diri dan tanggung jawab seseorang untuk mengubah dirinya.¹⁰ Selanjutnya ketiga model utama di atas dibagi ke dalam sembilan model yang lebih rinci yaitu:

a. Psikoanalisis (Psikodinamika).

Penemu model ini adalah Sigmund Freud (1856-1939). Model ini segala pikiran dan tingkah laku pada masa kini dikendalikan oleh energi psikis (dunia tidak sadar) dan pengalaman pada awal perkembangannya. Motivasi dan konflik pada alam tidak sadar adalah penyebab utama dari tingkah laku orang pada masa kini.¹¹

b. Eksistensial (Eksperiensial dan relasional)

Penemu model ini adalah Victor Frankl (1905-1997). Model ini memfokuskan diri pada kondisi hidup manusia yang paling hakiki. Model ini memberikan kesempatan kepada manusia untuk mengembangkan dirinya, dengan cara menentukan sendiri apa yang menjadi pilihannya sendiri dan tanggung jawabnya. Model ini berusaha membuat manusia yang memiliki kecemasan akan hidupnya untuk bisa mencari makna ditengah ketidadaan arti hidup yang dia miliki.¹²

c. Berpusat pada Klien (Eksperiensial dan relasional)

¹⁰ *Ibid*, h 158

¹¹ *Ibid*, h, 159

¹² *Ibid*, h. 162

Penemu model ini adalah Carl Rogers (1902-1987). Model memberikan pandangan tentang hal yang dia alami sebelumnya tidak disadarinya. Pendekatan ini konsel biasanya memiliki suatu masalah yang semula tidak disadarinya namun mengganggu potensi dirinya yang kemudian menimbulkan suatu hal yang menyimpang akibat dari ketidak sesuaian antara apa yang dia inginkan dan apa yang sebenarnya ada atau terjadi pada dirinya, pada kasus seperti ini biasanya kesehatan mental adalah poin utama agar dalam proses pengekspresian diri, manusia bisa susai dengan apa yang diinginkan dan yang dimilikinya.¹³

d. Gestalt (Ekperiensial dan relasional)

Model ini ditemukan oleh Fritz Pelrs (1893-1970) model ini menekankan pada pengaruh urusan tau masalah yang tidak terselesaikan pada tingkalaku masing. Pastoral konseling membantu konsel mencapai kesadaran tentang pengalamannya dari waktu ke waktu adalah tugas seorang konselor.¹⁴

e. Adlerian (*Behavioral*)

Model ini diberi nama sesuai dengan penemunya yaitu Alfred Aldler (1870-1937). Adlerian bertumpu pada model pertumbuhan. Hal ini bertumbuh pada kemampuan manusia untuk hidup dalam masyarakat secara bersama.

Model ini menekankan pada keutuhan manusia sebagai suatu kepribadian yang utuh. Konselor diharapkan bisa membangun hubungan dengan klien yang kemudian memberikan rasa tanggung jawab, saling percaya, kesejajaran dan menghormati kepada klien dan membuat klien memiliki sikap yang sama kepada konselor, bertujuan agar keduanya bisa menetapkan tujuan dan sasaran yang pas dalam proses konseling.¹⁵.

¹³ Ibid, h. 165

¹⁴ Ibid, h.166

¹⁵ M. Arief, Penerapan Konseling Adlerian, Diakses 29 Maret 2021

C. Kurang Percaya Diri

Kepercayaan diri seorang siswa merupakan hal yang penting dalam proses pembelajaran. Rasa percaya diri yang baik dan sehat diperlukan bagi siswa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang dapat menjadikan pribadi yang lebih tangguh. Terkadang, kepercayaan diri seorang siswa Sebagian besar didasarkan pada pengalaman mereka dan diperkuat oleh keberhasilannya di bidang sosial, emosional, intelektual, dan masih banyak lagi. Untuk beberapa siswa, kepercayaan diri saat di kelas muncul secara alami, tetapi tidak sedikit pun yang merasa kurang percaya diri saat di kelas. Mereka yang percaya diri, bisa dan terbiasa dengan percaya diri untuk menjawab beberapa pertanyaan yang dilontarkan oleh guru, dan juga menanyakan beberapa pertanyaan kepada guru. Tetapi, bagi mereka yang tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi, mereka cenderung takut salah untuk menjawab pertanyaan, dan bertanya kepada guru. Bagi mereka yang kurang percaya diri, itu adalah hal yang sangat sulit untuk dilakukan. Bahkan, hal tersebut dapat menyebabkan kecemasan hingga frustrasi kepada siswa jika dipaksakan untuk percaya diri. Ada beberapa guru yang melupakan untuk menghargai atas apa yang telah dilakukan oleh sang murid. Sebagai seorang guru, tentunya memiliki kesempatan untuk mendorong secara bertahap dan positif untuk mempengaruhi siswa agar merasa percaya diri dan bangga atas hal yang mereka telah lakukan. Dan juga tidak lupa untuk memberikan apresiasi kepada siswa untuk hal yang mereka telah lakukan. Seperti mengucapkan “Terima Kasih” atau “Kerja Bagus!” itu merupakan kata-kata yang powerful untuk mendorong siswa untuk menambah rasa percaya dirinya.¹⁶

D. Landasan Alkitabiah.

Banyak orang punya masalah dalam membangun kepercayaan diri. Salah satu penghambat orang untuk maju adalah kurangnya percaya diri. Orang yang punya potensi namun tidak percaya diri pasti akan kesulitan dalam mengembangkan

¹⁶ <https://www.sahabatguru.com/siswa-kurang-percaya-diri-ini-solusinya>

potensinya itu. Allah mau semua talenta yang Ia taruh dalam diri kita dikembangkan, untuk itu kita juga butuh kepercayaan diri.

Lukas 12:7 bekata : “Bahkan rambut kepalamu pun terhitung semuanya. Karena itu jangan takut, karena kamu lebih berharga dari pada banyak burung pipit”. kita diingatkan bahwa Tuhan tak sekalipun meluputkan seekor burung pipit. Apalagi dengan kita manusia yang bahkan sehelai rambut di kepala kita pun dihitung-Nya. Karena kita jauh lebih berharga daripada banyak burung pipit. Dia sungguh sangat peduli atas hidup kita. Dia benar-benar peduli dengan semua masalah kita. Dia tetap bekerja, mendengar doa kita dan memenuhi semua kebutuhan kita. Yang perlu kita lakukan sebenarnya adalah ‘tetap fokus’ dan ‘tetap bekerja dan berusaha’.

Jika Tuhan saja memperhatikan bunga bakung yang hari ini mekar dan besok sudah layu, bukankah Dia memang yang memeliharanya? Dia meminta kita supaya jangan khawatir akan apapun juga. Jangan khawatir akan makanan apa yang harus kita makan hari ini. Karena Tuhan akan menyediakannya bagi kita (baca Lukas 12: 28-31). Percayalah bahwa Tuhan akan menyediakan kebutuhan kita jika kita tetap fokus pada kehendak-Nya. Jika kita menjadikan Tuhan sebagai tempat perlindungan kita dan tetap meninggikan nama-Nya dalam hidup kita, maka tak akan ada lagi kejahatan yang akan menyentuh hidup kita. Tidak ada lagi wabah yang mendekati tempat tinggal kita. Karena Dia akan memerintahkan malaikat-malaikat-Nya untuk melindungi kita kemanapun kita pergi. Kita akan diberi kuasa untuk tidak terantuk saat berjalan dan kita berkuasa untuk menginjak ular berbisa (Mazmur 91: 9-16). Untuk bisa melakukan hal itu, kita harus belajar mengandalkan Dia dalam hidup kita.

Hasil

Kurang percaya diri atau *minder* merupakan perasaan diri tidak mampu dan mengaggap orang lain lebih baik dari dirinya. Kurang percaya diri atau rendah diri adalah perasaan tidak mampu dan anggapan bahwa orang lain lebih baik dari diri sendiri. Kurang percaya diri sering dikaitkan dengan keadaan pikiran dan hati seseorang yang gelisah karena tidak percaya diri. Oleh karena itu, rasa tidak aman sebagian besar muncul

ketika seseorang tidak yakin dengan dirinya sendiri. Padahal, gejala kurang percaya diri seperti ketakutan, kecemasan, gelisah, *insecure* disertai jantung berdebar dan gemetar tubuh, bersifat psikologis, atau lebih tepatnya disebabkan oleh masalah psikologis pada anak yang bereaksi terhadap rangsangan eksternal.

Berikut ini hasil penelitian yang peneliti dapatkan dari hasil observasi, wawancara dan studi dokumentasi:

A. Penyebab dari Kurang Percaya Diri Siswa 1)

- Sulit berteman.
- 2) Sulit menemukan kekuatan dalam diri sendiri 3)
- Mudah merasa sendiri.
- 4) Mudah menyesal.
- 5) Mudah merasa stres dan negatif.
- 6) Emosi,
- 7) Sulit beradaptasi dengan lingkungan baru.
- 8) Mudah bergantung pada orang lain.
- 9) Mudah melakukan kesalahan.
- 10) Hasil kerja terkadang tidak sesuai dan kurang optimal.
- 11) Ia berpikir dan menilai dirinya secara negatif, sehingga timbul perasaan tidak enak dan keinginan/kecenderungan untuk segera menghindari apa yang akan dilakukannya.
- 12) Mendapatkan model peran negatif, hubungan dengan keluarga yang terlalu dimanja, tidak merasa nyaman saat di sekolah, tidak yakin dengan kemampuan pribadi.

B. Dampak dari Kurang Percaya Diri

- 1) Mengurangi Kemampuan untuk berani bertindak.

Untuk mencapai suatu tujuan, dibutuhkan keberanian bertindak. Individu dengan kepercayaan diri yang kurang, seringkali berhadapan dengan kegagalan. Ini alasan mengapa mereka kurang untuk berani bertindak.

2) Malas untuk mencoba

Orang dengan kepercayaan diri yang kurang akan lebih malas untuk Soalnya, mereka terlalu mikirin hasil akhir bahkan sebelum mereka mencoba.

3) Susah untuk mempertahankan hubungan hubungan yang di jalani dengan orang lain nggak akan bertahan lama. Alhasil, dalam hubungan tersebut akan cenderung menunjukkan sisi buruk daripada sisi baik.

4) Kurang motivasi

Mereka dengan kepercayaan diri yang kurang tidak memiliki motivasi. Mereka tidak mempercayai kemampuan mereka untuk sukses. Karena bagi mereka, untuk apa mencoba jika akhirnya akan gagal?.

5) Berujung dengan membenci diri sendiri

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, kurangnya rasa percaya diri dapat menyebabkan melemahnya kemampuan seseorang untuk mempercayai dirinya sendiri untuk bertindak, terlalu malas untuk menjaga hubungan, kurangnya motivasi dan berujung pada kebencian terhadap diri sendiri. Kurang percaya diri atau minder adalah perasaan tidak mampu dan anggapan bahwa orang lain lebih baik dari diri sendiri. Kurang percaya diri membuat Siswa terlalu betah berada di zona nyaman karena disitulah Siswa tersebut memiliki resiko kegagalan yang paling kecil. Hal ini justru menghalangi untuk mendapatkan pekerjaan yang lebih baik, yang pada akhirnya merugikan perkembangan diri sendiri karena tidak segan untuk mempelajari hal-hal baru. Alasan munculnya rasa kurang percaya diri banyak dan beragam. Ada yang kurang percaya diri karena pengalaman buruk, bullying atau trauma. Ada juga yang kurang percaya diri karena

pengaruh membesarkan anak. Menurut Alkitab, banyak orang kesulitan membangun rasa percaya diri. Salah satu penghambat kemajuan manusia adalah kurangnya rasa percaya diri. Orang yang memiliki potensi tetapi kurang percaya diri merasa sulit untuk mengembangkan potensi tersebut. Tuhan ingin setiap keterampilan yang Dia berikan pada kita untuk dikembangkan, dan untuk itu kita membutuhkan kepercayaan diri. Percayalah bahwa ketika kita fokus pada kehendak-Nya, Tuhan akan memenuhi kebutuhan kita. Jika kita menjadikan Tuhan tempat perlindungan kita dan terus memuliakan nama-Nya dalam hidup kita, maka tidak ada hal buruk yang akan menyentuh hidup kita. Epidemi tidak lagi mendekati tempat tinggal kita. Karena dia memerintahkan para malaikatnya untuk melindungi kita kemanapun kita pergi. Kita berhak untuk tidak jatuh saat berjalan dan menginjak ular berbisa (Mazmur 91:9-16). Untuk melakukan ini, kita harus belajar untuk memercayai Dia dalam hidup kita. Ada satu hal lagi yang Tuhan jelas katakan tentang kurangnya iman di dalam Alkitab.

REFERENSI

- Anggito & Setiawan. (2018). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. CV jejak, Jawa Barat.
- Juliana, M & Surya. (2007). *An Analysis Of Jigsaw Cooperative Effectiveness To Improve The Self Confidence And Learning Result Of Vocation High School*. Student. Medan: 3 (1): 3520-3526.
- Muslich Anshori Sri Iswati. (2010). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Pusat Penerbit Dan Percetakan UNAIR (AUP), Surabaya.
- Netrawati, Khairani, Yeni Karneli. (2018). *Upaya Guru BK untuk Mengentaskan Masalah Masalah Perkembangan Remaja dengan Pendekatan Konseling Analisis Transaksional*, (Counseling, Vol 2, 2018), h. 6,172,175,177.
- <https://www.sahabatguru.com/siswa> kurang-percaya-diri-ini-solusinya
- Saputri. (2021). *Pastoral Konseling sebagai Strategi Pengembalaan untuk menuju Gereja yang Bertumbuh*. <https://osf.io>. Diakses 29 Maret 2025.

Sugiyono. (2008). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.

UHAR SUHARSAPUTRA. (2012). METODE PENELITIAN KANTITATIF, KUALITATIF DAN TINDAKAN.PT Refika Aditama, Bandung.

Yuanita Dwi Krisphanti. (2021). *Ground Understand Revise Use (Guru) Untuk Kepercayaan Diri*,CV Qiara Media Pasuruan, Surabaya.

William A Clebsh and Chaeles R. Jaekle (1964). *PASTORAL CARE INHISTORICAL Perspective*(Englewood Cliffs, N.J: Prentice-Hall, 1964) 1964),h. 46,158,159,162,156,166.