



Kamaliyah: Jurnal Pendidikan Agama Islam

Vol. 2 No. 1 (2024) Halaman 114 – 128

<https://ejournal.stai-mifda.ac.id/index.php/kamaliyah>

KEPERCAYAAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PRESTASI AKADEMIK SISWA

Muhamad Januaripin¹, Munasir²

^{1,2}STAI Miftahul Huda Pamanukan Subang

Email: mjanuaripin@gmail.com¹, munasirmpd9@gmail.com²

Abstract:

This study aims to explore self-confidence as a predictor of students' academic achievement. A literature review method was employed to understand related theories and previous research findings. The analysis results indicate that self-confidence in abilities, social and emotional skills, and environmental support are crucial factors that students need to achieve high academic performance. Self-confidence enables students to face learning challenges more effectively, while social and emotional skills help them interact and manage stress. Environmental support, whether from family, friends, or teachers, also plays a significant role in enhancing students' self-confidence and motivation to learn. Therefore, increasing self-confidence can positively contribute to academic achievement.

Keywords: *Self-confidence, Academic achievement.*

Abstrak:

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi kepercayaan diri sebagai prediktor prestasi akademik siswa. Metode studi kepustakaan digunakan untuk memahami teori-teori terkait dan hasil penelitian sebelumnya. Hasil analisis menunjukkan bahwa keyakinan diri terhadap kemampuan, keterampilan sosial dan emosional, serta dukungan lingkungan merupakan faktor penting yang harus dimiliki siswa untuk mencapai prestasi akademik yang tinggi. Keyakinan diri memungkinkan siswa untuk menghadapi tantangan belajar dengan lebih efektif, sementara keterampilan sosial dan emosional membantu mereka dalam berinteraksi dan mengelola stres. Dukungan lingkungan, baik dari keluarga, teman, maupun guru, juga berperan signifikan dalam meningkatkan kepercayaan diri dan motivasi belajar siswa. Dengan demikian, peningkatan kepercayaan diri dapat berkontribusi positif terhadap prestasi akademik.

Kata Kunci: *Kepercayaan diri, Prestasi akademik*

Copyright © 2024 Muhamad Januaripin, Munasir

□ Corresponding author :

Email : mjanuaripin@gmail.com

ISSN 2987-6788 (Media Cetak)

ISSN 2987-6710 (Media Online)

PENDAHULUAN

Prestasi akademik adalah kombinasi dari kata "prestasi" dan "akademik". Istilah ini sering digunakan untuk merujuk pada pencapaian yang diraih oleh siswa dari hasil belajar mereka. Prestasi akademik biasanya dinyatakan dalam bentuk angka atau simbol huruf tertentu. Prestasi ini diperoleh melalui penilaian, baik secara langsung oleh guru maupun secara tidak langsung melalui tes tulis. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), prestasi belajar adalah penguasaan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan melalui mata pelajaran, yang biasanya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka yang diberikan oleh guru. Prestasi belajar mencakup kemampuan yang dapat diamati (*actual ability*) dan yang dapat diukur langsung melalui tes tertentu (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nasional, 2017).

Menurut (Tu'u, 2004), prestasi adalah hasil yang dicapai oleh peserta didik ketika mengerjakan tugas tertentu. Adapun prestasi akademik adalah penugasan pengetahuan atau keterampilan yang dikembangkan oleh mata pelajaran yang lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes berupa angka yang diberikan oleh guru. Sedangkan menurut (Suryabrata, 2006), prestasi akademik merupakan hasil belajar terakhir yang dicapai oleh peserta didik dalam jangka waktu tertentu di mana prestasi akademik biasanya dinyatakan dengan simbol atau angka. Gagne dalam (Slameto, 2015) juga menjelaskan bahwa prestasi akademik dibedakan menjadi lima aspek, yaitu kemampuan intelektual, strategi kognitif, informasi verbal, sikap, dan keterampilan. Artinya, hasil prestasi akademik harus mengandung evaluasi terhadap lima aspek tersebut.

Rasa percaya diri adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya, yang memungkinkan mereka untuk memiliki pandangan yang positif dan realistis tentang diri mereka sendiri. Hal ini sangat penting untuk memfasilitasi interaksi sosial yang baik dan mencapai tujuan hidup. Merasa tidak memiliki nilai atau bakat, mencerminkan rendahnya rasa percaya diri. Lingkungan dan latar belakang yang beragam di antara siswa berperan penting dalam membentuk kepribadian dan rasa percaya diri, juga berdampak pada prestasi akademik mereka. Dengan rasa percaya diri yang dimiliki, siswa akan sangat dengan mudah berinteraksi di dalam lingkungan belajarnya. Kepercayaan diri adalah keberanian untuk menghadapi tantangan dengan menyadari bahwa pengalaman yang diperoleh lebih berharga daripada hasil akhir, baik itu sukses atau gagal. Kepercayaan diri juga sangat penting untuk terlibat aktif dalam kehidupan masyarakat, karena dengan bergabung dalam kegiatan komunitas, kepercayaan diri dapat meningkatkan efektivitas seseorang berpartisipasi dalam kegiatan tersebut (Marjanti, 2015).

Berdasarkan pernyataan di atas, maka peneliti merasa harus mengangkat pembahasan ini dalam penelitian dengan kajian literatur, dimana yang menjadi fokus penelitian adalah Kepercayaan Diri Sebagai Prediktor Prestasi Akademik Siswa berdasarkan teori-teori yang relevan.

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan dalam artikel ini melibatkan metode studi pustaka, yaitu proses pengumpulan data melalui pemahaman dan penelaahan teori-teori yang relevan dari berbagai sumber literatur. Studi pustaka dalam penelitian ini melibatkan empat tahap: mempersiapkan peralatan yang diperlukan, menyusun daftar pustaka yang sesuai, mengatur waktu dengan efektif, serta membaca dan mencatat informasi dari bahan-bahan penelitian (Adlini et al., 2022). Proses pengumpulan data ini meliputi pencarian sumber informasi dan membangun pemahaman dari berbagai referensi seperti buku, jurnal, dan penelitian terdahulu. Materi yang diperoleh dari berbagai referensi tersebut kemudian dianalisis secara kritis dan mendalam, dengan tujuan agar data ini dapat mendukung proposisi dan gagasan yang diajukan dalam penelitian..

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HAKIKAT KEPERCAYAAN DIRI

Kepercayaan diri adalah keyakinan dan kepastian akan kemampuan yang dimiliki seseorang, yang memfasilitasi kemampuan untuk berinteraksi secara efektif dengan orang lain. Tingkat keterampilan dan kemampuan juga turut berperan dalam membentuk tingkat kepercayaan diri seseorang. Orang yang percaya diri cenderung memiliki keyakinan yang kuat terhadap tindakan mereka, merasa nyaman untuk mengambil inisiatif sesuai keinginan, dan bertanggung jawab atas konsekuensi dari tindakan yang mereka ambil. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh (Ghufron & Rini Risnawita, 2010) bahwa kepercayaan diri adalah bagian dari karakter seseorang yang mencakup keyakinan terhadap kemampuan dirinya sendiri, sehingga tidak mudah dipengaruhi oleh orang lain dan memiliki kebebasan untuk bertindak sesuai keinginan. Orang yang memiliki kepercayaan diri cenderung merasa gembira, optimis, toleran, dan memiliki tanggung jawab atas tindakan mereka. Kepercayaan diri adalah pandangan atau keyakinan pada kemampuan pribadi seseorang, sehingga dalam tindakan mereka tidak merasa terlalu cemas, merasa memiliki kebebasan untuk melakukan hal-hal sesuai dengan keinginan mereka, dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Mereka juga bersikap sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan untuk

mencapai prestasi, serta mampu mengenali kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Proses pembentukan kepercayaan diri adalah hasil dari belajar bagaimana merespons berbagai stimulus eksternal melalui interaksi dengan lingkungan sekitarnya (Amri, 2018).

Dalam konteks yang telah diuraikan, penulis mencoba menjelaskan secara spesifik pengertian sikap percaya diri, yang merupakan keyakinan terhadap kemampuan dan potensi yang dimiliki seseorang untuk mencapai tujuan dalam hidup. Kepercayaan diri dianggap sebagai potensi yang penting dalam mengatasi tantangan kehidupan. Saat berinteraksi dalam masyarakat, kepercayaan diri menjadi kunci untuk meningkatkan efektivitas dalam aktivitas atau partisipasi, serta menjadikan individu sebagai kontributor yang berdaya dalam kehidupan sosial. Dalam ajaran Islam, ditekankan pentingnya memiliki kepercayaan diri yang kuat, karena manusia dianggap sebagai makhluk yang diciptakan oleh Allah SWT dengan derajat yang tinggi, berkat kelebihan akal yang dimilikinya. Oleh karena itu, umat Islam diajak untuk yakin akan kemampuan diri, sebagaimana yang ditegaskan dalam surat Al-Imron Ayat 139, yang menyatakan:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya : Janganlah kamu bersikap lemah, dan janganlah (pula) kamu bersedih hati, padahal kamulah orang-orang yang paling tinggi (derajatnya), jika kamu orang-orang yang beriman.

Percaya pada diri sendiri merupakan kemampuan dan keinginan untuk mengembangkan potensi diri. Ini juga mencakup kemampuan untuk mengambil inisiatif tanpa tergantung pada bantuan dari orang lain. Proses memperoleh kepercayaan diri melibatkan keyakinan pada keberadaan Allah, yang dikenal sebagai iman. Iman adalah keyakinan yang menjadi dominasi setiap individu dan sesuai dengan ajaran Al-Qur'an dan As-sunah. Takdir adalah keyakinan bahwa segala kebaikan, keburukan, penderitaan, dan kebahagiaan hanya terjadi atas izin Allah. Manusia percaya bahwa Allah akan selalu memberikan petunjuk menuju jalan yang benar dan memberikan arahan kebenaran.

B. ASPEK-ASPEK KEPERCAYAAN DIRI

Seseorang yang memiliki keyakinan pada dirinya sendiri dan percaya pada kemampuannya akan mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan memahami kebutuhan dalam hidupnya. Mereka menunjukkan sikap positif yang didasarkan pada keyakinan akan kemampuan mereka sendiri, dan mereka bertanggung jawab atas keputusan yang diambil dengan cara yang objektif. Individu seperti ini memiliki atribut yang sangat berharga. Mereka memiliki keyakinan yang kuat pada diri sendiri, yang memungkinkan mereka untuk menghadapi tantangan dengan percaya diri dan pengetahuan bahwa mereka

memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah yang muncul. Sikap positif yang mereka miliki membantu menjaga semangat dan motivasi, bahkan dalam situasi yang sulit. Tanggung jawab atas keputusan yang diambil dengan objektif menunjukkan kematangan dan kesadaran akan konsekuensi dari tindakan mereka. Kombinasi dari semua kualitas ini membuat individu tersebut menjadi seseorang yang sangat efektif dalam menyelesaikan masalah dan mencapai tujuan dalam hidupnya.

(Bachtiar, 2020) menjelaskan aspek-aspek kepercayaan diri sebagai berikut:

1. Keyakinan pada kemampuan seseorang, oleh karena itu sikap positif terhadap diri sendiri bahwa seseorang memahami apa yang dilakukan.

Kalimat tersebut menggarisbawahi hubungan yang erat antara keyakinan pada kemampuan individu dan sikap positif terhadap diri sendiri. Keyakinan pada kemampuan seseorang adalah keyakinan dalam kemampuan dirinya untuk melakukan atau mencapai sesuatu. Ketika seseorang memiliki keyakinan yang kuat pada kemampuannya, mereka cenderung memiliki sikap positif terhadap diri sendiri. Sikap positif terhadap diri sendiri adalah pandangan yang optimis dan percaya diri tentang diri seseorang. Ini mencakup penghargaan terhadap diri sendiri, kepercayaan bahwa individu memiliki nilai dan potensi yang berharga, serta keyakinan bahwa mereka dapat mengatasi tantangan dan meraih tujuan mereka. Ketika seseorang memiliki keyakinan pada kemampuan mereka sendiri, mereka cenderung memiliki sikap positif terhadap diri sendiri karena mereka yakin bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi tantangan yang mungkin mereka hadapi. Ini memberi mereka rasa percaya diri yang kuat dalam melakukan tindakan dan membuat keputusan yang tepat. Ketika individu memahami bahwa mereka memiliki kemampuan untuk mengatasi hambatan dan mencapai tujuan mereka, ini memperkuat sikap positif mereka terhadap diri sendiri.

2. Optimis, yaitu sikap positif seseorang yang selalu mempunyai gagasan yang baik tentang dirinya, keinginan dan kemampuannya.

Optimisme adalah sikap mental yang menandai keyakinan individu bahwa hal-hal akan berkembang dengan baik di masa depan, baik secara keseluruhan maupun dalam konteks spesifik, seperti dalam hal kehidupan pribadi, karir, atau keberhasilan dalam tugas tertentu. Optimisme melibatkan pandangan yang positif terhadap diri sendiri, keinginan, dan kemampuan individu. Optimisme adalah bentuk sikap positif yang memandang dunia dengan cara yang optimis, melihat peluang daripada tantangan, dan mencari solusi daripada terjebak pada masalah. Ini melibatkan fokus pada hal-hal yang baik dan membangun harapan akan hasil yang positif. Orang yang optimis cenderung

memiliki pandangan yang baik tentang diri mereka sendiri. Mereka memahami kekuatan dan potensi yang mereka miliki, dan mereka percaya bahwa mereka mampu mengatasi rintangan dan meraih tujuan mereka. Optimisme juga melibatkan keinginan yang kuat untuk mencapai hasil yang positif. Orang yang optimis memiliki semangat dan motivasi untuk berusaha mencapai tujuan mereka, bahkan dalam situasi yang sulit. Optimisme juga terkait dengan keyakinan pada kemampuan diri sendiri. Orang yang optimis percaya bahwa mereka memiliki keterampilan, pengetahuan, dan sumber daya yang diperlukan untuk berhasil dalam upaya mereka. Mereka yakin bahwa mereka dapat belajar dan berkembang melalui pengalaman.

3. Objektif, yaitu orang yang percaya diri melihat masalah atau sesuatu sebagai kebenaran yang harusnya, bukan menurut pribadi atau diri sendiri.

Konsep objektivitas sebagai sikap mental di mana seseorang melihat masalah atau situasi dari sudut pandang yang netral dan tidak dipengaruhi oleh preferensi pribadi atau opini subjektif. Konsep ini menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki keyakinan yang kuat pada dirinya sendiri dan kemampuannya untuk menilai situasi secara obyektif tanpa harus dipengaruhi oleh bias pribadi. Ini menunjukkan bahwa individu tersebut menganggap kebenaran atau fakta sebagai landasan utama dalam menilai situasi. Mereka tidak membiarkan preferensi pribadi atau opini subjektif mempengaruhi pemikiran atau penilaian mereka. Konsep ini juga menekankan bahwa pandangan atau evaluasi individu tersebut didasarkan pada fakta-fakta yang objektif dan universal, bukan pada pandangan pribadi atau preferensi mereka sendiri. Mereka tidak membiarkan ego atau kepentingan pribadi mengaburkan persepsi mereka tentang kebenaran atau kenyataan.

4. Bertanggung jawab, yaitu kemauan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang diakibatkannya.

Bertanggung jawab sebagai kemauan seseorang untuk menerima konsekuensi dari tindakan atau keputusan mereka sendiri, baik itu hasil positif maupun negatif. Konsep ini menunjukkan bahwa individu tersebut siap untuk menghadapi konsekuensi dari tindakan atau keputusan mereka, tanpa mencari-cari alasan atau mencoba menghindar dari tanggung jawab mereka. Mereka mengakui bahwa mereka memiliki kewajiban untuk menerima hasil dari apa yang mereka lakukan. Konsep ini juga menekankan bahwa tanggung jawab berhubungan dengan akibat dari tindakan atau keputusan seseorang. Individu bertanggung jawab untuk segala sesuatu yang terjadi sebagai hasil langsung dari tindakan atau keputusan mereka, baik itu positif maupun negatif.

5. Rasional, yaitu menganalisis suatu masalah, isu, peristiwa menggunakan pemikiran yang rasional dan realistis.

Rasionalitas sebagai cara berpikir yang didasarkan pada pemikiran yang logis, realistis, dan berlandaskan pada fakta-fakta yang objektif. Rasionalitas melibatkan kemampuan untuk memecahkan masalah atau memahami situasi dengan melakukan analisis yang teliti dan sistematis. Ini melibatkan penggunaan pemikiran kritis untuk memahami akar masalah atau implikasi dari suatu isu. Menekankan pentingnya menggunakan logika dan penalaran yang tepat dalam proses analisis. Individu yang rasional tidak terpengaruh oleh emosi atau bias subjektif dalam mengevaluasi situasi, tetapi mengandalkan fakta-fakta dan bukti yang tersedia. Rasionalitas melibatkan penilaian yang realistis tentang situasi, mengakui keterbatasan dan konsekuensi dari tindakan atau keputusan tertentu. Ini berarti mempertimbangkan semua faktor yang relevan dan menghindari idealisme yang tidak masuk akal.

Berdasarkan pendapat di atas dapat dipahami hubungan antara keyakinan pada kemampuan seseorang dan sikap positif terhadap diri sendiri sangat erat. Keyakinan pada kemampuan individu memberikan pondasi bagi sikap positif yang kuat, yang pada gilirannya membantu individu untuk memahami, menghargai, dan mengembangkan potensi mereka dengan lebih baik. Optimisme adalah sikap mental yang positif dan proaktif yang mencakup keyakinan pada diri sendiri, keinginan untuk mencapai hasil yang baik, dan keyakinan bahwa hal-hal akan berjalan dengan baik di masa depan. Orang yang optimis cenderung memiliki pandangan yang baik tentang diri mereka sendiri dan dunia di sekitar mereka, dan mereka cenderung menciptakan realitas yang sesuai dengan keyakinan dan harapan mereka. Objektivitas adalah sikap mental di mana seseorang dapat melihat situasi atau masalah dari sudut pandang yang netral, tidak dipengaruhi oleh bias pribadi atau opini subjektif. Ini melibatkan kemampuan untuk mengabaikan preferensi pribadi dan mempertimbangkan fakta-fakta secara obyektif dalam pengambilan keputusan atau evaluasi situasi. Orang yang objektif cenderung menggunakan logika, bukti, dan rasionalitas dalam penilaian mereka, daripada bergantung pada emosi atau preferensi pribadi. Bertanggung jawab adalah sikap mental di mana seseorang siap menerima dan menanggung akibat dari tindakan atau keputusan mereka sendiri. Ini melibatkan kesiapan untuk menghadapi konsekuensi, belajar dari pengalaman, dan bertanggung jawab atas dampak dari tindakan atau keputusan tersebut. Orang yang bertanggung jawab cenderung berkomitmen untuk bertindak dengan integritas, mengakui kesalahan mereka, dan melakukan perubahan yang diperlukan untuk memperbaiki situasi jika diperlukan. Rasionalitas adalah cara berpikir yang menggunakan logika, realisme, dan

analisis yang sistematis dalam memahami dan menyelesaikan masalah. Orang yang rasional cenderung membuat keputusan berdasarkan bukti dan fakta yang tersedia, daripada berdasarkan pada emosi atau keinginan pribadi. Mereka juga mampu mempertimbangkan konsekuensi dari tindakan mereka dengan cermat sebelum mengambil langkah tertentu.

C. FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEPERCAYAAN DIRI

Percaya diri merupakan kemampuan berpikir secara rasional. Kemampuan ini diwujudkan dalam bentuk keyakinan, gagasan, dan proses berpikir yang tidak dipengaruhi oleh kebutuhan pribadi. Dengan demikian, saat menghadapi masalah, kita mampu berpikir, menilai, mempertimbangkan, menganalisis, memutuskan, dan bertindak. Percaya diri adalah aspek penting dari harga diri, yang merupakan penilaian menyeluruh terhadap diri sendiri. Percaya diri juga dikenal sebagai harga diri atau citra diri. Dalam kehidupan, kepercayaan diri diperlukan untuk mencapai kesuksesan. Kunci dari percaya diri adalah memahami diri sendiri. Setiap individu harus mempercayai kemampuan dan potensi yang dimilikinya. Faktor-faktor yang dapat memengaruhi kepercayaan diri terbagi menjadi dua kategori, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi konsep diri, harga diri, kondisi fisik, dan pengalaman hidup. Sementara itu, faktor eksternal mencakup pendidikan, pekerjaan, dan lingkungan. (Yulianti & Bulkani, 2018)

Konsep diri adalah pandangan dan perasaan kita terhadap diri sendiri. Persepsi ini dapat mencakup aspek psikologis, sosial, dan fisik. Konsep diri akademik adalah pandangan individu mengenai kemampuan akademisnya, termasuk kemampuannya dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, meraih prestasi akademik, serta berpartisipasi dalam aktivitas sekolah atau kelas. Ini melibatkan persepsi, pikiran, perasaan, dan penilaian seseorang terhadap kemampuan akademisnya. (Khotimah et al., 2016). Untuk meningkatkan konsep diri akademik, diperlukan pendekatan yang holistik dan berfokus pada berbagai aspek yang mempengaruhi pandangan individu tentang kemampuan akademisnya. Solusi yang efektif melibatkan upaya yang terkoordinasi antara pendidik, orang tua, dan lingkungan belajar. Guru dan orang tua harus berperan aktif dalam mendampingi siswa, membantu mereka mengatasi kesulitan yang dihadapi, dan merayakan setiap pencapaian yang mereka raih. Selanjutnya, penguatan positif memainkan peran krusial. Memberikan pujian yang tulus atas usaha dan kemajuan siswa, bukan hanya hasil akhirnya, dapat meningkatkan rasa percaya diri mereka. Hal ini membantu siswa untuk fokus pada proses belajar dan mendorong mereka untuk menghadapi tantangan dengan lebih percaya diri. Lingkungan belajar yang mendukung adalah faktor lain yang tidak kalah penting. Menciptakan suasana kelas yang inklusif dan penuh dukungan, di mana siswa merasa aman untuk berpartisipasi dan bertanya, dapat

mengurangi tekanan dan stres. Sebuah lingkungan belajar yang positif mendorong siswa untuk lebih aktif dalam berpartisipasi dan meraih prestasi akademik.

Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai dirinya secara rasional dan objektif, serta lebih mudah menjalin hubungan dengan orang lain. Mereka cenderung melihat diri mereka sebagai individu yang sukses dan percaya pada kemampuan mereka, serta mudah menerima orang lain sebagaimana mereka menerima diri mereka sendiri. Sebaliknya, orang yang memiliki harga diri rendah cenderung bergantung pada orang lain, kurang percaya diri, sering menghadapi kesulitan sosial, dan bersikap pesimis dalam pergaulan. (Aliansyah et al., 2017). Untuk meningkatkan harga diri, penting untuk fokus pada pengembangan diri secara keseluruhan. Bagi mereka yang memiliki harga diri rendah, langkah pertama adalah membangun kesadaran diri dengan memahami kekuatan dan kelemahan pribadi secara lebih mendalam. Terapi atau konseling bisa sangat membantu dalam proses ini, memberikan individu alat untuk mengatasi ketergantungan dan meningkatkan kepercayaan diri. Selain itu, melibatkan diri dalam aktivitas yang menantang namun dapat dicapai, serta menetapkan tujuan yang realistis, dapat memberikan rasa pencapaian yang meningkatkan harga diri. Mengembangkan keterampilan sosial melalui latihan interaksi dan komunikasi juga akan membantu mengatasi kesulitan sosial dan mengurangi pesimisme dalam pergaulan. Lingkungan yang mendukung dan hubungan yang positif dengan orang lain juga memainkan peran penting dalam membangun harga diri yang lebih sehat.

Citra tubuh, atau body image, adalah pengalaman individu mengenai tubuhnya sendiri, termasuk gambaran mental yang meliputi pikiran, persepsi, perasaan, emosi, imajinasi, penilaian, sensasi fisik, kesadaran, dan perilaku terkait penampilan serta bentuk tubuhnya. Citra ini dipengaruhi oleh idealisasi tubuh dalam masyarakat dan berkembang melalui interaksi sosial seseorang seiring waktu, berubah sepanjang hidup sebagai respons terhadap umpan balik dari lingkungan sekitar (D.m et al., 2014). Meningkatkan citra tubuh yang positif sangat penting untuk membangun kepercayaan diri yang sehat. Menyadari bahwa standar kecantikan yang ideal dalam masyarakat sering kali tidak realistis dan tidak mencerminkan keragaman tubuh yang sebenarnya adalah langkah awal yang penting. Edukasi yang menekankan bahwa nilai seseorang tidak ditentukan oleh penampilan fisik dapat membantu individu menerima dan menghargai tubuh mereka sebagaimana adanya. Selanjutnya membentuk lingkungan yang mendukung, di mana individu merasa dihargai dan diterima tanpa penilaian berdasarkan penampilan fisik, sangatlah penting. Keluarga, teman, dan komunitas harus menekankan penerimaan dan penghargaan terhadap beragam bentuk tubuh dan keunikan individu. Melibatkan diri dalam praktik mindfulness dan refleksi diri

dapat membantu individu lebih menerima dan menghargai tubuh mereka. Teknik-teknik ini mengajarkan individu untuk fokus pada kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan, daripada hanya penampilan fisik. Dengan mengambil langkah-langkah ini, individu dapat mengembangkan citra tubuh yang lebih positif, yang pada akhirnya akan meningkatkan kepercayaan diri mereka secara keseluruhan. Melalui penerimaan diri yang lebih baik dan lingkungan yang mendukung, seseorang dapat mencapai kesejahteraan emosional yang lebih baik dan merasa lebih percaya diri dalam berbagai aspek kehidupan.

D. PRESTASI AKADEMIK

Prestasi akademik adalah pencapaian belajar yang dinyatakan dalam bentuk angka, menggambarkan tingkat penguasaan dan penyelesaian tugas-tugas belajar oleh siswa dalam periode tertentu (Fuadi, 2020). Winkel dalam bukunya Hamdani mengatakan prestasi akademik adalah keberhasilan yang telah dicapai seseorang setelah melakukan usaha-usaha belajar (Hamdani, 2011). Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami bahwa prestasi akademik merupakan hasil belajar siswa yang dinyatakan dalam bentuk angka, mencerminkan tingkat penguasaan dan penyelesaian tugas dalam periode tertentu. Selain itu, prestasi akademik juga mencakup keberhasilan yang diperoleh melalui usaha dan proses belajar, menekankan pentingnya upaya yang dilakukan dalam mencapai hasil tersebut.

Tingkat prestasi akademik siswa, yang mengindikasikan hasil belajar mereka, dipengaruhi oleh dua faktor utama. Faktor internal mencakup aspek fisiologis dan psikologis, seperti tingkat kecerdasan, sikap belajar, bakat, minat belajar, dan motivasi. Sedangkan faktor eksternal melibatkan lingkungan sosial dan faktor-faktor lain yang bersifat nonsosial yang mempengaruhi pendekatan belajar siswa (Angelia et al., 2023). Pendapat ini memberikan pandangan yang komprehensif mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi akademik siswa. Faktor internal seperti tingkat kecerdasan, sikap belajar, bakat, minat belajar, dan motivasi memang memiliki peran penting dalam menentukan seberapa baik siswa dapat mencapai hasil belajar mereka. Kecerdasan dan motivasi dapat mempengaruhi kemampuan siswa dalam memahami dan menguasai materi pelajaran, sedangkan sikap belajar dan minat belajar dapat mempengaruhi tingkat keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Di sisi lain, faktor eksternal seperti lingkungan sosial dan nonsosial juga sangat berpengaruh. Lingkungan sosial di sekitar siswa, termasuk dukungan dari keluarga, teman sebaya, dan guru, dapat memberikan dukungan yang penting dalam menciptakan kondisi belajar yang baik. Sementara faktor nonsosial seperti metode pembelajaran yang diterapkan di sekolah, ketersediaan sumber daya belajar, dan kondisi fisik ruang belajar juga berperan dalam membentuk pendekatan belajar siswa. Dengan mempertimbangkan kedua

faktor ini secara seimbang, sekolah dan pendidik dapat merancang strategi pendidikan yang lebih holistik dan berkesinambungan. Hal ini akan membantu meningkatkan prestasi akademik siswa dengan mempertimbangkan baik faktor internal yang dimiliki siswa maupun faktor eksternal yang memengaruhi kondisi belajar mereka.

E. KEPERCAYAAN DIRI SEBAGAI PREDIKTOR PRESTASI AKADEMIK SISWA

1. Keyakinan Diri Terhadap Kemampuan

Pada dasarnya, pembentukan rasa percaya diri pada setiap individu adalah sebuah proses yang berlangsung dalam jangka waktu yang panjang. Proses ini serupa untuk setiap orang, tergantung pada situasi dan kondisi yang dihadapi. Percaya diri dapat tumbuh ketika seseorang mengembangkan pikiran yang positif tentang dirinya sendiri. Dengan memiliki rasa percaya diri yang kuat, seseorang dapat lebih memahami dan mengenali dirinya sendiri. Dalam konteks pembelajaran, mencapai tujuan yang diharapkan membutuhkan pengembangan diri yang berkelanjutan. Kepercayaan diri yang baik menjadi modal penting untuk mencapai pembelajaran yang efektif dan berhasil. Kepercayaan diri dapat mempengaruhi motivasi berprestasi individu. Oleh karena itu, kepercayaan diri penting untuk mendukung aktivitas belajar dan peningkatan prestasi belajar yang baik bagi siswa (Sari & Purwaningish, 2018).

Kepercayaan diri memiliki peran krusial dalam memengaruhi motivasi berprestasi individu, terutama dalam konteks aktivitas belajar dan peningkatan prestasi akademik siswa. Ketika seseorang percaya pada kemampuan dan potensi dirinya, mereka cenderung lebih termotivasi untuk mengejar tujuan akademik mereka dengan tekun dan percaya diri. Hal ini terjadi karena kepercayaan diri memberikan keyakinan bahwa usaha yang dilakukan akan membuahkan hasil yang positif. Siswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi biasanya lebih siap menghadapi tantangan belajar dan mengatasi rintangan yang mungkin timbul. Mereka memiliki sikap yang lebih proaktif dalam pembelajaran, termotivasi untuk terus belajar dan meningkatkan kemampuan mereka. Sebaliknya, kekurangan kepercayaan diri dapat menghambat motivasi siswa dalam mengambil inisiatif belajar dan mengejar prestasi akademik yang lebih tinggi.

Siswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi cenderung akan berusaha keras dalam proses belajar. Mereka yang optimis dengan kepercayaan diri mereka juga percaya bahwa mereka dapat mencapai hasil yang diinginkan. Sebaliknya, siswa yang kurang percaya diri cenderung meragukan kemampuan mereka sendiri. Penilaian negatif terhadap kemampuan mereka ini dapat menghambat upaya mereka untuk mencapai

tujuan yang diharapkan. Pandangan dan penilaian negatif tersebut juga bisa membuat siswa tidak menggunakan potensi mereka sepenuhnya dalam kegiatan yang mereka lakukan. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh (Risnawita & Ghufron, 2010) ketidakpercayaan diri menyebabkan berbagai masalah bagi individu. Kepercayaan diri dianggap sebagai karakteristik yang sangat berharga dalam kehidupan sosial seseorang karena memungkinkan mereka mencapai potensi maksimal. Kepercayaan diri dianggap sebagai hal yang esensial bagi setiap individu.

2. Keterampilan Sosial dan dan Emosional

Siswa yang memiliki keterampilan sosial yang baik mampu berinteraksi secara efektif dengan teman sekelas dan guru, meningkatkan kerja sama dalam kegiatan kelompok, dan mengurangi konflik. Kemampuan untuk bekerja dalam tim dan berempati terhadap orang lain juga mendorong lingkungan belajar yang positif. Hal ini sejalan dengan pendapat (Aprilia et al., 2023) komunikasi yang baik antar peserta didik dapat meningkatkan proses pembelajaran yang aktif. Dari pendapat ini dapat dipahami bahwa interaksi yang efektif antara siswa memainkan peran kunci dalam menciptakan lingkungan belajar yang dinamis dan kolaboratif. Komunikasi yang baik memungkinkan siswa untuk saling bertukar ide, bekerja sama, memberikan umpan balik konstruktif, dan mengelola emosi serta konflik dengan lebih baik. Semua ini berkontribusi pada peningkatan motivasi, keterlibatan, dan pemahaman materi, yang pada akhirnya mendukung proses pembelajaran yang lebih aktif dan efektif. Oleh karena itu, pengembangan keterampilan komunikasi di antara peserta didik perlu menjadi fokus utama dalam strategi pendidikan untuk mencapai hasil belajar yang optimal.

Siswa yang mampu mengelola emosi mereka dengan baik lebih mampu menghadapi stres akademik, menghindari kecemasan berlebihan saat menghadapi ujian atau tugas, dan tetap termotivasi. Regulasi emosi yang baik membantu siswa tetap fokus dan tenang dalam proses belajar. Dengan kecerdasan emosional, seseorang mampu mengetahui dan menanggapi perasaan mereka sehingga kemungkinan besar mereka akan berhasil dalam kehidupan karena mereka memiliki motivasi untuk meraih prestasi (Sulastri et al., 2021).

3. Dukungan Lingkungan

Lingkungan yang mendukung dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif, di mana siswa merasa aman, dihargai, dan termotivasi untuk mencapai prestasi akademik yang lebih tinggi. Interaksi yang positif dengan guru dan teman-teman dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dalam proses belajar dan meningkatkan pemahaman mereka terhadap materi pelajaran. Selain itu, dukungan dari orang tua dalam bentuk bimbingan

belajar di rumah dan pemberian dorongan moral dapat membantu siswa untuk lebih fokus dan disiplin dalam belajar. Hal ini sejalan dengan pendapat (Zaini, 2024) budaya pembelajaran yang inklusif, kolaboratif, dan mendukung eksplorasi serta diskusi berhubungan erat dengan peningkatan prestasi akademik siswa. Ketika siswa merasa dihargai, didorong untuk berpartisipasi, dan diberikan kesempatan untuk berbagi ide dan pendapat, mereka cenderung lebih terlibat dan aktif dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan pendapat tersebut dapat dipahami betapa pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang inklusif dan kolaboratif untuk meningkatkan prestasi akademik siswa. Dalam lingkungan seperti itu, siswa merasa dihargai dan termotivasi untuk berpartisipasi aktif, yang mendorong keterlibatan mereka dalam proses belajar. Ketika siswa memiliki kesempatan untuk berbagi ide dan berdiskusi, mereka tidak hanya meningkatkan pemahaman mereka sendiri tetapi juga berkontribusi pada pembelajaran kolektif. Hal ini pada akhirnya berkontribusi pada pencapaian akademik yang lebih tinggi, karena keterlibatan aktif dan dukungan positif memperkuat motivasi dan pemahaman siswa.

KESIMPULAN

Percaya diri melibatkan kepercayaan pada kemampuan seseorang, sikap positif, objektivitas, tanggung jawab, dan rasionalitas. Keyakinan pada kemampuan seseorang memberikan landasan bagi sikap positif yang kuat, yang membantu individu memahami dan mengembangkan potensi mereka. Optimisme melibatkan pandangan positif tentang diri sendiri, keinginan seseorang, dan kemampuan individu, sedangkan objektivitas melibatkan melihat masalah atau situasi dari sudut pandang netral. Tanggung jawab melibatkan menerima konsekuensi dari tindakan seseorang, dan rasionalitas melibatkan penggunaan logika dan penalaran yang tepat dalam pengambilan keputusan.

Rasa percaya diri memegang peranan penting dalam mempengaruhi motivasi berprestasi individu, terutama dalam konteks kegiatan pembelajaran dan peningkatan prestasi akademik siswa. Siswa yang percaya pada kemampuan dan potensi mereka cenderung lebih termotivasi untuk mengejar tujuan akademik mereka dengan tekun dan percaya diri. Lingkungan yang mendukung dapat menciptakan suasana belajar yang kondusif, di mana siswa merasa aman, dihargai, dan termotivasi untuk mencapai prestasi akademik yang lebih tinggi. Komunikasi yang baik, regulasi emosi, dan dukungan orang tua juga berkontribusi pada peningkatan motivasi dan pemahaman siswa, yang pada akhirnya mendukung proses pembelajaran yang lebih aktif dan efektif. Dalam Islam, ada panduan komprehensif dalam

mengembangkan potensi manusia secara holistik. Ini mencakup pengembangan potensi fisik, intelektual, emosional, dan spiritual.

DAFTAR PUSTAKA

- Adlini, M. N., Dinda, A. H., Yulinda, S., Chotimah, O., & Merliyana, S. J. (2022). Metode Penelitian Kualitatif Studi Pustaka. *Edumaspul: Jurnal Pendidikan*, 6(1), 974–980. <https://doi.org/10.33487/edumaspul.v6i1.3394>
- Aliansyah, S., Muswardi, M., & Mayasari, S. (2017). Upaya Meningkatkan Percaya Diri Dalam Belajar Melalui Layanan Konseling Kelompok Teknik Gestalt. *ALIBKIN (Jurnal Bimbingan Konseling)*, 5(3), Article 3. <https://jurnal.fkip.unila.ac.id/index.php/ALIB/article/view/13758>
- Amri, S. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Ekstrakurikuler Pramuka Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Pendidikan Matematika Raflesia*, 3(2), Article 2. <https://doi.org/10.33369/jpmr.v3i2.7520>
- Angelia, I., Raid, N., & F, D. I. (2023). FACTORS AFFECTING PERFORMANCE ACADEMIC STUDENTS IN WEST SUMATRA. *Jurnal Ilmu Pendidikan Ahlussunnah*, 6(1), Article 1.
- Aprilia, B. D., Darmiany, & Nurhasanah. (2023). HUBUNGAN KETERAMPILAN SOSIAL DENGAN PRESTASI BELAJAR PESERTA DIDIK KELAS VI SDN 1 GERUNG SELATAN TAHUN AJARAN 2022/2023. *Pendas : Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 8(3), Article 3. <https://doi.org/10.23969/jp.v8i3.11080>
- Bachtiar, A. (2020). OBAT MINDER Rahasia Menjadi Pribadi Percaya Diri, Berani Tampil Beda dan Dikagumi. Araska Publisher. <https://books.google.co.id/books?id=Okg6EAAAQBAJ>
- D.m, G. A., Yuliadi, I., & Karyanta, N. A. (2014). Hubungan antara Body Image dan Imaginary Audience dengan Kepercayaan Diri pada Siswi Kelas X SMA Negeri 2 Nganjuk. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 3(3 Des), Article 3 Des. <https://candrajiwa.psikologi.fk.uns.ac.id/index.php/candrajiwa/article/view/86>
- Fuadi, A. (2020). Prestasi Akademik Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) Ditinjau Dari Konsep Diri Akademik Dan Kecerdasan Emosi. *Alhadharah: Jurnal Ilmu Dakwah*, 19(2), 18–32. <https://doi.org/10.18592/alhadharah.v19i2.4058>
- Ghufron, M. N., & Rini Risnawita, S. (2010). Teori-Teori Psikologi, yogyakarta. Ar-Ruzz Media, 1(3), 156–165.
- Hamdani. (2011). Strategi Belajar Mengajar. CV. Pustaka Setia.
- Haryani, H., Salong, A., de Vega, N., Januaripin, M., Yohana, Y., Nelly, N., ... & Subaedah, S. (2024). Profesi Keguruan: Teori & Konsep Profesi Keguruan yang Profesional untuk Menghasilkan Peserta Didik yang Unggul. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Januaripin, M. (2024). Analisis Kualitas Pelayanan Akademik dalam Meningkatkan Mutu Lulusan Tepat Waktu. *Ideguru: Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 9(1), 264-270.

- Januaripin, M. (2024). Relevansi Model Pembelajaran RADEC (read-answer, discuss, explain and create) dalam Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(2), 2057-2063.
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Nasional. (2017). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Pusat Bahasa Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Khotimah, R. H., Radjah, C. L., & Handarini, D. M. (2016). Hubungan Antara Konsep Diri Akademik, Efikasi Diri Akademik, Harga Diri Dan Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Smp Negeri Di Kota Malang. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 1(2), Article 2.
- Marjanti, S. (2015). Upaya Meningkatkan Rasa Percaya Diri Melalui Konseling Kelompok Bagi Siswa Xii Ips 6 Sma 2 Bae Kudus Tahun Pelajaran 2014/2015. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 1(2), Article 2. <https://doi.org/10.24176/jkg.v1i2.412>
- Panggabean, J. Z. Z., Januaripin, M., Husnita, L., Wulandari, T., Pureka, M. N. Y., Arsyati, A. M., ... & Judijanto, L. (2024). *Teknologi Media Pembelajaran: Penerapan Teknologi Media Pembelajaran di Era Digital*. PT. Green Pustaka Indonesia.
- Risnawita, R., & Ghufro, M. N. (2010). *Teori-teori psikologi*. Yogyakarta: ArRuzz.
- Sari, E. P., & Purwaningish, S. M. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Prestasi Belajar Siswa Pada Mata Pelajaran Sejarah Kelas X Program Ipa Di Sma Negeri 1 Cerme Gresik. *AVATARA, e-Journal Pendidikan Sejarah*, 6(3). <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Slameto. (2015). *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi*. Rineka Cipta.
- Sulastri, T., Hidayat, S., & Suryana, Y. (2021). Pengaruh Kecerdasan Emosional Terhadap Prestasi Belajar Matematika Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 1 Manonjaya. *Jurnal Abmas*, 21(1), Article 1. <https://doi.org/10.17509/abmas.v21i1.35467>
- Suryabrata, S. (2006). *Psikologi Pendidikan*. Raja Grafindo Persada.
- Tu'u, T. (2004). *Peran Disiplin pada Perilaku dan Prestasi Siswa*. Grafindo.
- Yulianti, Y., & Bulkani, B. (2018). Studi Kasus Faktor Penyebab Low-Self Confidence Pada Siswa Kelas 1/4 Mutawasit Arunsat Vitaya School Saiburi, Pattani, Thailand Selatan. *Suluh: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 4(1), 35–38. <https://doi.org/10.33084/suluh.v4i1.479>
- Zaini, R. (2024). Pengaruh Lingkungan Belajar terhadap Prestasi Akademik Siswa Madrasah Ibtidaiyah (MI). *Ar-Raudah: Jurnal Pendidikan Dan Keagamaan*, 3(1), 25–30. <https://doi.org/10.61891/ar-raudah.v3i1.201>