

BAB II

LANDASAN TEORI

II.1 Attachment

A. Pengertian Attachment

Istilah kelekatan (attachment) untuk pertamakalinya dikemukakan oleh seorang psikolog dari Inggris pada tahun 1958 bernama John Bowlby. Bowlby menjabarkan konsep kelekatan sebagai sebuah kecenderungan manusia untuk menciptakan ikatan afeksi yang kuat dengan orang tertentu.¹

Menurut pendapat Bowlby, kelekatan adalah ikatan emosional sebagai bentuk perilaku yang ditunjukkan oleh individu dalam mencapai atau menjaga kedekatan dengan individu lain yang diidentifikasi sebagai seseorang yang mempunyai kemampuan lebih baik dalam menghadapi hidup.²

Kelekatan oleh Ainsworth diartikan sebagai suatu ikatan yang bersifat afeksional pada seseorang yang ditujukan pada orang-orang tertentu atau disebut sebagai figure lekat dan berlangsung terus-menerus.³ Sedangkan Papalia dan Old menjabarkan bahwa kelekatan (attachment) adalah ikatan emosional abadi dan resiprokal antara bayi dan pengasuhnya, yang sama-sama memberikan kontribusi terhadap kualitas hubungan tersebut.⁴

¹ Qomariyah, 2011, *Hubungan Kualitas Attachment dengan Kemandirian Siswa Kelas X Dimediasi oleh Self-esteem di SMA Negeri Malang*, Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal 27

² Ibid. Hal. 27

³ Ibid. Hal 28

⁴ Ibid

Thomae mengemukakan bahwa tingkah laku lekat (*attachment behavior*) manusia merupakan hal yang sentral. Ia berpendapat bahwa hal yang penting dalam perkembangan tingkah laku lekat tadi.⁵

Teori mengemukakan bahwa tingkah laku lekat mengatakan bahwa sampai dengan umur satu tahun anak akan mencari objek lekat pada satu orang, biasanya ibunya. Sesudah umur satu tahun maka orang dewasa lain atau anak-anak sebaya akan bisa menjadi objek kelekatan.⁶

Dalam bahasa sehari-hari, kelekatan mengacu pada suatu relasi antara dua orang yang memiliki perasaan yang kuat satu sama lain dan melakukan banyak hal bersama untuk melanjutkan relasi itu. Dalam bahasa psikologi perkembangan, kelekatan ialah adanya suatu relasi antara figure social tertentu dengan suatu fenomena tertentu yang dianggap mencerminkan karakteristik relasi yang unik. Selain itu kelekatan juga didefinisikan sebagai ikatan emosional yang kuat antara bayi dan pengasuhnya.⁷

Berdasarkan hasil penelitian Herry Harlow, psikolog dari universitas Wisconsin, Medison, pada akhir 1950-an terhadap bayi-bayi monyet, berkesimpulan bahwa keterikatan bayi manusia pada ibunya mempunyai fungsi yang sama pentingnya, yaitu memberikan rasa aman yang diperlukan bayi untuk bereksplorasi dengan lingkungannya, dan keterikatan itu membentuk dasar hubungan antarpribadi di kemudian hari. Anak-anak kecil lebih dekatnya. Kegagalan membentuk keterikatan dengan seseorang dengan atau beberapa orang pada tahun pertama kehidupannya, akan berakibat ketidakmampuan berpererat

⁵ Ibid

⁶ Ibid

⁷ Santrock, 2002, *Life Span Development*, Jakarta : Erlangga. Hal. 196

hubungan social yang akrab pada masa dewasa.⁸ Hal ini sudah banyak terjadi, permusuhan antar siswa yang berujung pada perkelahian, dikarenakan mereka kurang memperoleh kasih sayang orang tua yang berpengaruh pada perkembangan mental mereka, sehingga perilaku yang menonjol akan keluar dari jalur norma yang ada.

Penelitian Marshal Klaus dan John Kennel bersama teman-temannya, juga menunjukkan kontak jasmani antara bayi orang tua atau pengasuh pada awal kehidupannya mempunyai peranan yang sangat penting bagi pembentukan pola hubungan mereka di kemudian hari. Sejumlah hasil penelitian lain bahkan menyatakan bahwa ibu yang berkesempatan berinteraksi dengan bayinya yang baru lahir selama berjam-jam setiap hari akan memperlihatkan perilaku yang lebih hangat, lebih perhatian, dan lebih menyayangi bayi dibandingkan dengan ibu yang dipisahkan bayinya segera setelah kelahiran. Dampak interaksi dini antara ibu dan bayi yang baru lahir terhadap pola hubungan mereka tidak hanya terlihat pada masa bayi, melainkan terlihat setelah 2 tahun kemudian. Penelitian baltes dan rekan-rekannya, juga menunjukkan bahwa ibu-ibu yang berinteraksi segera setelah dia melahirkan anaknya, ternyata di kemudian hari jarang ditemui persoalan-persoalan, seperti ibu yang melalaikan anak, menyiksa anak atau pergi meninggalkan anak.⁹

Berdasarkan beberapa teori di atas, peneliti menyimpulkan bahwa intensitas kedekatan antara orang tua dan anak sangat dibutuhkan, bahkan semenjak anak lahir. Pentingnya meningkatkan intensitas kedekatan tersebut sejak

⁸ Desmita, 2007, *Psikologi perkembangan*, Bandung : Rosdakarya. Hal. 122

⁹ Ibid

lahir hingga dewasa adalah memberikan rasa aman pada anak sehingga anak tidak mencari rasa aman tersebut pada seseorang di luar lingkungan keluarga. Selain itu, perkembangan mental anak berkembang dengan baik. Orang tua yang dekat dengan anak, mampu mencurahkan kasih sayangnya dengan maksimal, ketika kebutuhan kasih sayang anak tercukupi, anak akan merasa dihargai secara penuh dan akhirnya anak akan merasa percaya diri untuk menjalani hari-harinya di kehidupan social. Dengan adanya hubungan yang dekat tersebut, orang tua lebih mampu untuk mengetahui dan memenuhi kebutuhan anak, sebelum anak mencari kepuasan di luar lingkungan keluarga guna memenuhi kebutuhannya, karena masih banyak anak yang kurang mampu memilih jalur untuk mengaktualisasikan dirinya, seperti penggunaan narkoba, seks bebas, dll, hal itu disebabkan anak tidak menemukan cara untuk memenuhi kebutuhannya di lingkungan keluarganya.

B. Perkembangan *Attachment* Remaja

Penelitian *attachment* remaja berbeda dari penelitian *attachment* pada bayi dan orang dewasa. *Attachment* pada remaja cenderung berbicara tentang kualitas *attachment*, dari pada gaya *attachment* yang spesifik, seperti *anxious attachment* atau *abivalent attachment*. Para peneliti memfokuskan pada kualitas hubungan remaja dan bagaimana hal ini berdampak pada aspek psikologis mereka. Hubungan remaja dengan orang tua menjadi focus penelitian, sama dengan penelitian hubungan orang tua dengan bayi. Namun terdapat perluasan figure *attachment*, yakni kawan sebaya (*peer*) dan teman akrab. Kualitas *attachment*

orang tua dan kawan sebaya dilaporkan berkaitan dengan kesehatan psikologis dan penyesuaian remaja.¹⁰

Terdapat perubahan yang kompleks pada hubungan anak dan orang tua selama masa remaja. Beberapa studi menunjukkan bahwa kualitas *attachment* yang aman pada kedua orang tua mengalami penurunan bersama dengan datangnya pubertas. Namun, penelitian yang lain menunjukkan bahwa hanya komponen-komponen tertentu yang mengalami perubahan, dan yang lain tetap stabil. Misalnya, kebutuhan mencari kedekatan dan sandaran pada orang tua saat kondisi stress, mengalami penurunan, namun mereka masih tetap membutuhkan keyakinan akan kehadiran orang tua. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemeliharaan kedekatan fisik dengan orang tua dan kebutuhan untuk dilindungi pada kondisi yang mengancam atau stress, kurang begitu penting bagi remaja, disebabkan oleh kapasitas mental dan fisik remaja mengalami peningkatan (antara lain mekanisme *coping* yang semakin kompleks). Namun, keyakinan bahwa figure lekat (orang tua) tetap ada (seperti keyakinan bahwa orang tua selalu terbuka untuk komunikasi dan siap membantu ketika remaja membutuhkan) tetaplah penting. Terlebih lagi, meskipun frekuensi dan intensitas beberapa perilaku kelekatan diakui mengalami penurunan bersamaan dengan usia, namun kualitas *attachment* dianggap relatif stabil.¹¹

Hubungan dengan pacar pada remaja awal dan remaja pertengahan seringkali tidak bertahan lama, dan orangtua, terutama ibu, tetap menjadi figure *attachment* yang utama bagi remaja. Pada akhir masa remaja, ketika pada masa

¹⁰ Qomariyah, 2011, *Hubungan Kualitas Attachment dengan Kemandirian Siswa Kelas X Dimediasi oleh Self-esteem di SMA Negeri Malang*, Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal 29.

¹¹ Ibid. Hal 29-30

dewasa, hubungan romantic menjadi hubungan *attachment* utama individu dewasa, orangtua tetaplah penting, sekalipun hanya sebagai figure *attachment* sekunder. Dapat dikatakan bahwa *attachment* orangtua masih tetap menonjol dan konstan sepanjang masa remaja. Mayoritas penelitian menunjukkan bahwa *attachment* orangtua merupakan pemrediksi yang signifikan pada kesejahteraan psikologis remaja dari pada *attachment* pada *peer*, meskipun hal ini bergantung pada definisi kesejahteraan psikologis yang digunakan.¹²

Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Desiani Maentingsih pada tahun 2008, bahwa motivasi berprestasi meningkat salah satunya dipengaruhi oleh peran aktif orang tua, tidak hanya rasa aman dan kasih sayang yang didapat anak, melainkan dukungan yang dominan dari orang tua. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan kedekatan orang tua dan anak tidak hanya berpengaruh sampai masa remaja akhir saja, melainkan akan berpengaruh sepanjang kehidupan anak.

C. Dimensi *Attachment* Remaja

Mengacu pada paradigm Bowlby, Armsden dan Greenberg mendesain IPPA (*Inventory of Parent and Peer Attachment*) untuk mengukur kualitas *attachment* remaja terhadap orangtua dan teman sebaya. Armsden dan Greenberg mengembangkan IPPA berdasarkan pada tiga dimensi dasar konstruksi *attachment* yakni¹³ ; komunikasi (*communication*), kepercayaan (*trust*), dan keterasingan (*alienation*) yang akan dijelaskan dalam paparan di bawah ini, yakni :

1. Komunikasi (*communication*)

¹² Ibid. Hal

¹³ Ibid. Hal 32-33

Komunikasi dua arah antara orangtua dan anak menjadi focus dari sebagian besar penelitian *attachment*. Komunikasi didefinisikan sebagai komunikasi yang terjadi secara harmonis, adalah aspek yang membantu menciptakan ikatan emosional yang kuat antara orangtua dan anak-anak pada masa bayi. Hubungan antara orang tua dan anak yang kuat adalah hal penting sepanjang hidup. Pada awal kehidupan, bayi mencari kedekatan dan kenyamanan dengan orangtuanya saat merasakan bahaya. Pada remaja, mereka mencari kedekatan dan kenyamanan dalam bentuk nasihat, ketika mereka merasa memerlukannya. Oleh karena itu, komunikasi menjadi sangat penting pada masa remaja. Selama masa remaja hubungan orangtua dan anak tergantung pada kedekatan yang dikembangkan dan berkelanjutan dari tahap awal kehidupan, dan konflik yang membantu memberikan jarak bagi remaja (dalam arti psikologis) dari orang tuanya.

2. Kepercayaan (*Trust*)

Dimensi kedua *attachment* adalah kepercayaan yang didefinisikan sebagai perasaan aman dan keyakinan bahwa orang lain akan membantu atau memenuhi kebutuhan individu pada saat yang dibutuhkan. Kepercayaan merupakan *outcomes* dari hubungan yang terjalin kuat, dimana masing-masing mitra merasa bahwa mereka dapat bergantung satu sama lain. Kepercayaan merupakan salah satu komponen dari hubungan yang terjalin kuat antara anak dan figure *attachment* mereka. Sebagaimana dijelaskan sebelumnya anak-anak membangun kepercayaan dalam sebuah hubungan melalui proses belajar yang kemudian akan terbentuk kepercayaan bahwa figure *attachment* konsisten terhadap mereka. Dasar

pembentukan rasa aman menekankan pada keyakinan tentang keberadaan figure *attachment* pada saat yang dibutuhkan. Dengan kata lain, rasa percaya terhadap figure *attachment* berhubungan dengan pengalaman-pengalaman positif sebelumnya yang berhubungan dengan terbentuknya kepercayaan.

3. Keterasingan (*alienation*)

Dimensi ketiga *attachment* adalah keterasingan, yang berkaitan erat dengan penghindaran dan penolakan, serta merupakan dua konstruksi yang sangat penting untuk pembentukan *attachment*. Ketika seseorang merasa bahwa figure *attachment* tidak hadir, *attachment* menjadi kurang aman. Hal ini didasarkan pada munculnya perasaan keterasingan, demikian pula sebaliknya.

D. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Attachment

Menurut Erikson, seorang bapak perkembangan berpendapat bahwa faktor-faktor penyebab gangguan *attachment* ada tujuh poin¹⁴, yaitu perpisahan yang tiba-tiba antara anak dengan orang tua atau pengasuh, penyiksaan emosional atau penyiksaan fisik, penyiksaan emosional atau penyiksaan fisik, pengasuhan yang tidak stabil, sering berpindah tempat atau domisili, Ketidak konsistenan cara pengasuhan, problem psikologis yang dialami orangtua, dan problem neurologis/saraf.

1. Perpisahan yang tiba-tiba antara anak dengan orangtua atau pengasuh

¹⁴ Qomariyah, 2011, *Hubungan Kualitas Attachment dengan Kemandirian Siswa Kelas X Dimediasi oleh Self-esteem di SMA Negeri Malang*, Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal. 35-37

Perpisahan traumatic bagi seorang anak bisa berupa : kematian orangtua, orangtua dirawat di rumah sakit dalam jangka waktu yang lama, atau anak yang harus hidup tanpa orangtua karena sebab-sebab lain.

2. Penyiksaan emosional atau penyiksaan fisik

Setiap anak rentan terhadap penyiksaan emosional maupun fisik dari orangtua atau pengasuh sebagai bagian dari pola asuh dan interaksi sehari-hari. System pendidikan tradisional yang seringkali menggunakan cara hukuman (baik fisik maupun emosional) untuk mendidik dan mendisiplinkan anak. Orangtua sering bersikap menjaga jarak dan bahkan ada yang membangun image “menakutkan” agar anak hormat dan patuh pada mereka. Padahal cara ini malah membuat tumbuh menjadi pribadi yang penakut, mudah berkecil hati dan tidak percaya diri. Anak akan merasa bukan siapa-siapa atau tidak bisa berbuat apa-apa tanpa orangtua.

3. Pengasuhan yang tidak stabil

Pengasuhan yang melibatkan terlalu banyak orang, bergantian, tidak menetap oleh satu/dua orangtua, menyebabkan ketidakstabilan yang dirasakan anak, baik dalam hal “ukuran” cinta kasih, perhatian, kelekatan, dan kepekaan respon terhadap kebutuhan anak. Anak jadi sulit membangun kelekatan emosional yang stabil karena pengasuhnya selalu berganti-ganti tiap waktu. Situasi ini kelak mempengaruhi kemampuannya menyesuaikan diri karena anak cenderung mudah cemas dan kurang percaya diri (merasa kurang ada dukungan emosional).

4. Sering berpindah tempat atau domisili

Seringnya berpindah tempat membuat proses penyesuaian diri anak menjadi lebih sulit, terutama bagi seorang batita atau balita. Situasi ini akan menjadi lebih berat baginya jika orangtua tidak memberikan rasa aman dengan mendampingi mereka dan mau mengerti atas sikap atau perilaku anak-anak yang mungkin saja jadi “aneh” akibat dari rasa tidak nyaman saat harus menghadapi orang baru. Tanpa kelekatan yang stabil, reaksi negative anak (yang sebenarnya normal) akhirnya menjadi bagian dari pola tingkah laku yang sulit diatasi.

5. Ketidak konsistenan cara pengasuhan

Banyak orangtua yang tidak konsisten dalam mendidik anak. Ketiadaan kepastian sikap orangtua, membuat anak sulit membangun kelekatan tidak hanya secara emosional tetapi juga secara fisik. Sikap orangtua yang tidak dapat diprediksi, membuat anak bingung, tidak yakin dan sulit mempercayai dan patuh pada orangtua.

6. Problem psikologis yang dialami orangtua

Orangtua mengalami problem emosional atau psikologis sudah tentu membawa pengaruh yang kurang menguntungkan bagi anak. Hambatan psikologis, misalnya gangguan jiwa, depresi atau problem stress yang sedang dialami orangtua tidak hanya membuat anak tidak bisa berkomunikasi yang baik dengan orangtua, tapi membuat orangtua kurang peka terhadap kebutuhan dan masalah anak.

7. Problem neurologis/syaraf

Adakalanya gangguan syaraf yang dialami anak bisa mempengaruhi proses persepsi atau pemrosesan informasi anak tersebut, sehingga ia tidak dapat merasakan adanya perhatian yang diarahkan padanya.

E. Attachment Dalam Perspektif Islam

Setiap anak Adam yang terdiri dari beragam warna, beragam bahasa, beragam kultur dan akhirnya berhimpun dalam berbagai suku bangsa di dunia itu, hakikatnya lahir dalam keadaan fitrah (bertauhid kepada Allah 'Azza wa Jalla). Ini merupakan warisan Robbani sekaligus modal dasar yang paling kokoh yang akan menentukan eksistensi kemanusiaan setiap insan. Bagaimana nilai-nilai keyakinan yang diajarkan pada anak serta sistem pembinaan karakter yang diterapkan terhadap dirinya, kelak yang akan menentukan akan menjadi seperti apa anak di kemudian hari. Apakah anak tetap dalam fitrahnya, atau apakah bahkan ia kelak menjadi penentang fitrah yang dimilikinya, tergantung kedua orangtuanya¹⁵. Karena itu Nabi mulia saw menegaskan¹⁶ :

مَوْلُودٌ يُوَلِّكُلُ عَلَى الْفِطْرَةِ فَأَبَوَاهُ يُهَوِّدَانِهِ أَوْ يَنْصَرَانِهِ أَوْ يمجسانه كمثل البهيمة
تنتج البهيمة هل ترى فيها جدعاء

Artinya: “Setiap bayi yang lahir dalam keadaan fitrah. Maka orangtuanyalah yang kemudian berperan dalam merubah fitrahnya, apakah ia kelak menjadi Yahudi, menjadi Nasrani, atau menjadi Majusi sebagaimana binatang ternak yang melahirkan binatang ternak dengan sempurna, apakah kalian melihat ada cacat padanya?”

Allah SWT menciptakan makhluk-Nya dengan sangat sempurna, khususnya makhluk pilihan Allah SWT yang dipercaya menjadi sebagai khalifah-

¹⁵ <http://labbaik.wordpress.com/2007/05/28/orang-tuanyalah-yang-menjadikan-yahudi-majusi-dan-nashrani/> Diakses pada 24 September 2013

¹⁶ Shahih al-Bukhari, *kitab al-Jana'iz, bab Ma Qila fi Aulad al- Musyrikin*. No Hadits 1296

Nya di bumi yakni manusia. Manusia terlahir dengan segudang potensi, dengan potensi itu ia mampu menjaga bumi yang diamanahkan Allah SWT kepadanya dengan baik, dan juga mampu melangsungkan kehidupan secara baik. Potensi-potensi yang dimiliki tidak secara langsung terbentuk dalam dirinya, melainkan harus ada pemaksimal yang menjadikan potensi-potensi tersebut bisa “aktif” dalam diri manusia. Salah satu pemaksimal potensi dalam diri manusia adalah lingkungan keluarga khususnya orangtua. Pembentukan karakter dalam diri manusia saat bersosialisasi atau yang lain sangat dipengaruhi bagaimana cara pendidikan yang diterapkan oleh orangtua pada anak-anaknya. Penerapan pendidikan yang baik pasti memunculkan karakter yang luar biasa pada diri anak, namun sebaliknya bila orangtua menanamkan pendidikan yang buruk pada diri anak, maka akan melahirkan anak yang tidak bermoral. Hal ini dipertegas dalam firman Allah SWT dalam Al-Quran surat At-Tahrim ayat 6, yaitu :¹⁷

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا قُوًا أَنفُسِكُمْ وَأَهْلِيكُمْ نَارًا وَقُودُهَا النَّاسُ وَالْحِجَارَةُ عَلَيْهَا مَلَائِكَةٌ غِلَاظٌ شِدَادٌ لَا يَعْصُونَ اللَّهَ مَا أَمَرَهُمْ وَيَفْعَلُونَ مَا يُؤْمَرُونَ ﴿٦﴾

Artinya : Hai orang-orang yang beriman, peliharalah dirimu dan keluargamu dari api neraka yang bahan bakarnya adalah manusia dan batu; penjaganya malaikat-malaikat yang kasar, keras, dan tidak mendurhakai Allah terhadap apa yang diperintahkan-Nya kepada mereka dan selalu mengerjakan apa yang diperintahkan.

Maksud dari ayat di atas adalah perintah Allah SWT kepada para keluarga agar menjaga keluarganya, termasuk anaknya, terhindar dari api neraka. Allah SWT memerintahkan agar orangtua menjaga anak-anaknya tidak bertindak yang

¹⁷ Departemen Agama RI. *Al-Quran dan Terjemahan*

mengakibatkan dosa besar yang nanti balasannya adalah api neraka, dengan cara mendidik, menanamkan akhlaqul karimah, menjaga intensitas komunikasi, dan menunjukkan hal-hal yang bermanfaat agar anak bisa memiliki prinsip untuk menjalankan kehidupan secara positif dan menjalankan ajaran Islam dengan benar.

II.2 Kepercayaan Diri

A. Pengertian kepercayaan diri

Percaya diri adalah suatu keyakinan pada kemampuan-kemampuan diri, keyakinan pada adanya sesuatu maksud di dalam kehidupan dan kepercayaan bahwa dengan akal budi, mereka akan mampu melaksanakan apa yang mereka inginkan, rencanakan dan harapkan.¹⁸ Percaya diri (*confidence*) berarti percaya terhadap kemampuan diri sendiri. Yakni, mempercayai atas segala kemampuan yang ada dalam diri individu tersebut.

Kepercayaan diri menurut Lauster mendefinisikan 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 dengan kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab. Lauster menambahkan bahwa kepercayaan diri berhubungan dengan kemampuan melakukan sesuatu yang baik. Anggapan seperti ini membuat individu tidak pernah menjadi orang yang mempunyai kepercayaan diri yang sejati. Bagaimana pun kemampuan

¹⁸ Philippa Davies, 2004, *Meningkatkan Rasa Percaya Diri Increasing Confidence*, Yogyakarta : Torrent Books. Cet I. Hal. 1-2

manusia terbatas pada sejumlah hal yang dapat dilakukan dengan baik dan sejumlah kemampuan yang dikuasai.¹⁹

Daryo menyatakan percaya diri adalah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Biasanya mereka bersikap inisiatif, kreatif, dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya.²⁰

Kepercayaan diri adalah sikap positif individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya. Sedangkan, percaya diri menurut Lauster merupakan suatu sikap yakin dan percaya terhadap kemampuan diri sendiri sehingga dalam melakukan suatu tindakan-tindakan, individu tersebut tidak bergantung pada orang lain dan bersikap toleransi.²¹

Berdasarkan pendapat beberapa tokoh di atas, dapat disimpulkan bahwa percaya diri merupakan keyakinan teguh dalam hati individu, disertai sikap yakin dan percaya akan kemampuan diri sendiri sehingga mampu melakukan sesuatu yang diinginkan, direncanakan, diharapkan dan juga mampu mengatasi segala rintangan yang menghambat serta memiliki sikap inisiatif, kreatif, dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif, memiliki integritas diri, wawasan pengetahuan, keberanian, sudut

¹⁹ Eka D, Bayu, 2012, *Hubungan Percaya Diri dengan Kemandirian Siswa MTs M 01 Pondok Modern Muhammadiyah Paciran Lamongan*, Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal. 9

²⁰ Dariyo, Agoes, 2007, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama*, Jakarta : Refika Aditama. Hal. 206

²¹ Lauster, Peter, 2001, *Tes Kepribadian*, Jakarta : Bumi Aksara. Cet : XII. Hal. 4

pandang yang luas dan harga diri. Dengan adanya rasa kepercayaan diri yang tinggi dan disertai dengan doa, seseorang akan mampu menjalani kehidupannya dengan mudah.

B. Ciri-Ciri Percaya Diri

Hakim menyebutkan beberapa ciri yang dimiliki individu yang memiliki rasa percaya diri, yaitu²² :

1. Selalu bersikap tenang dalam mengerjakan segala sesuatu. Sikap ini ditandai adanya tindakan sabar, penuh perhitungan, tidak terburu-buru dalam mengerjakan sesuatu.
2. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai. Rasa percaya diri selalu dicirikan pada individu yang cerdas, siap diajak berpikir cepat serta memiliki kelebihan atau ahli dalam bidangnya.
3. Mampu menetralkan ketegangan yang muncul di dalam berbagai situasi. Memiliki ketahanan, kemampuan adaptasi dan persatif serta kadar emosional yang terlatih.
4. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi di berbagai situasi. Kemampuan beradaptasi yang baik, gaya berkomunikasi dan dialogis yang menarik serta kepandaian dalam bergaul dengan orang lain.
5. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup menunjang penampilannya. Kondisi fisik, psikis dan sosialnya dapat dimanfaatkan untuk membuat tertarik orang-orang disekitarnya, meski sekilas berpenampilan sederhana.

²² Ibid. hal. 11

6. Memiliki kecerdasan yang cukup. Kecerdasan dalam membuka peluang, menciptakan suasana, mengendalikan serta menafsirkan sesuatu secara tepat dan cepat.
7. Memiliki tingkat pendidikan formal yang cukup. Aspek pendidikan yang tinggi dapat mengantarkan individu memiliki percaya diri yang tinggi, merasa cukup dalam pendidikan yang membuatnya merasa paling mampu dan berani untuk melakukan segala sesuatu.
8. Memiliki keahlian atau ketrampilan lain yang menunjang kehidupannya, misalnya ketrampilan berbahasa asing, jiwa kepemimpinan dan manajerial yang bagus.
9. Memiliki kemampuan bersosialisasi. Gaya adaptasi yang baik, bermasyarakat, bergaul dan mudah diterima di lingkungannya sebagian ciri individu yang percaya diri.
10. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik. Lingkungan keluarga sangat memiliki andil besar terhadap terbentuknya rasa percaya diri pada individu dan individu dengan rasa percaya diri yang tinggi biasanya dilahirkan dan dibesarkan pada keluarga yang juga memiliki kebiasaan hidup dan pendidikan yang baik, bukan tinggi dan mesti kaya.
11. Memiliki pengalaman hidup yang menempa mentalnya menjadi kuat dan tahan di dalam menghadapi berbagai cobaan hidup. Perjalanan kehidupan dan pengalaman yang cukup, secara perlahan membentuk individu dengan percaya diri yang tinggi dan sikap terlatih.

12. Selalu bereaksi positif di dalam menghadapi berbagai masalah, misalnya dengan tetap tegar, sabar dan tabah dalam menghadapi persoalan hidup.

Selain ciri-ciri diatas, terdapat pula beberapa ciri-ciri siswa yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, di antaranya : siswa memiliki keberanian untuk bertanya kepada guru dan menjawab pertanyaan-pertanyaan, senang berdiskusi atau berdebat guna mencari kebenaran dalam persoalan maupun mempertahankan gagasan-gagasan yang dilontarkan, berani mengerjakan atau menyelesaikan soal di depan kelas, bersaing dalam prestasi belajar, aktif dalam kegiatan-kegiatan OSIS dan ekstrakurikuler, memiliki disiplin yang konsisten, berani menjadi ketua atau pemimpin dalam upacara-upacara sekolah, ikut dalam kegiatan pencinta alam dan memiliki pergaulan yang sehat.

C. Proses Terbentuknya Percaya Diri

Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada individu. Ada proses tertentu di dalam pribadi seseorang sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri. Secara garis besar, terbentuknya rasa percaya diri yang kuat terjadi melalui proses berikut²³ :

1. Terbentuknya kepribadian yang baik sesuai dengan proses perkembangan yang melahirkan kelebihan-kelebihan tertentu.
2. Pemahaman seseorang terhadap kelebihan-kelebihan yang dimilikinya dan melahirkan keyakinan kuat untuk bisa berbuat segala sesuatu dengan memanfaatkan kelebihan-kelebihannya.

²³ Ibid. Hal. 15

3. Pemahaman dan reaksi positif seseorang terhadap kelemahan-kelemahan yang dimilikinya agar tidak menimbulkan rasa rendah diri atau rasa sulit menyesuaikan diri.
4. Pengalaman di dalam menjalani berbagai aspek kehidupan dengan menggunakan segala kelebihan yang ada pada dirinya.

Tidak terlaksananya salah satu proses dari proses-proses di atas, kemungkinan individu akan mengalami hambatan untuk memperoleh rasa percaya diri. Oleh karena itu, setiap tahapan pada proses tersebut seharusnya terlaksana dengan baik oleh setiap individu yang menginginkan terbentuknya rasa percaya diri pada dirinya.

D. Fator-Faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Menurut Jacinta F Rini, kepercayaan diri dapat dipengaruhi oleh beberapa factor yang dapat digolongkan menjadi dua, yaitu faktor internal dan factor eksternal²⁴ :

- a. Faktor internal, meliputi :

1. Konsep diri

Terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulan suatu kelompok. Menurut Centi, konsep diri merupakan gagasan tentang dirinya sendiri. Seseorang yang

²⁴ Sari, Yolanda, 2012, Hubungan Pola Asuh Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa Kelas VII SMP Kristen 2 Salatiga Tahun 2012/2013, Salatiga : Universitas Kristen Satya Wacana. Hal 14-19

mempunyai rasa rendah diri biasanya mempunyai konsep diri negative, sebaliknya orang yang mempunyai rasa percaya diri akan memiliki konsep diri positif.

2. Harga diri

Meadow mengungkapkan mengenai definisi harga diri yaitu penilaian yang dilakukan terhadap diri sendiri. Orang yang memiliki harga diri tinggi akan menilai pribadi secara rasional dan benar bagi dirinya serta mudah mengadakan hubungan dengan individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu lain. Orang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung melihat dirinya sebagai individu yang berhasil percaya bahwa usahanya mudah menerima orang lain sebagaimana menerima dirinya sendiri. Akan tetapi orang yang mempunyai harga diri rendah bersifat tergantung, kurang percaya diri dan biasanya terbentur pada kesulitan social serta pesimis dalam pergaulan.

3. Kondisi fisik

Perubahan fisik juga berpengaruh pada kepercayaan diri. Anthony mengatakan penampilan fisik merupakan penyebab utama rendahnya harga diri dan percaya diri seseorang. Lauster juga berpendapat bahwa ketidakmampuan fisik dapat menyebabkan rasa rendah diri yang kentara.

4. Pengalaman hidup

Lauster mengatakan bahwa kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman yang mengecewakan adalah paling sering menjadi sumber timbulnya rasa rendah diri.

Lebih-lebih jika pada dasarnya seseorang memiliki rasa tidak aman, kurang kasih sayang dan kurang perhatian.

b. Faktor eksternal meliputi :

1. Pendidikan

Pendidikan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Anthony lebih lanjut mengungkapkan bahwa : tingkat pendidikan yang rendah cenderung membuat individu merasa dibawah kekuasaan yang lebih pandai, sebaliknya individu yang pendidikannya lebih tinggi cenderung akan menjadi mandiri dan tidak perlu bergantung pada individu lain. Individu tersebut akan mampu memenuhi keperluan hidup dengan rasa percaya diri dan kekuatannya dengan memperhatikan situasi dari sudut kenyataan.

2. Pekerjaan

Rogers mengemukakan bahwa bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Lebih lanjut dikemukakan bahwa rasa percaya diri dapat muncul dengan melakukan pekerjaan, selain materi yang diperoleh. Kepuasan dan rasa bangga didapat karena mampu mengembangkan kemampuan diri.

3. Lingkungan dan pengetahuan hidup

Lingkungan disini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dukungan yang baik yang diterima dari lingkungan keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberi rasa nyaman dan percaya diri yang tinggi. Begitu juga dengan lingkungan masyarakat semakin bisa memenuhi norma dan diterima oleh masyarakat, maka semakin lancer harga diri

berkembang. Sedangkan pembentukan kepercayaan diri juga bersumber dari pengalaman pribadi yang dialami seseorang dalam perjalanan hidupnya.

4. Perkembangan rasa percaya diri

a. Pola asuh

Para ahli berkeyakinan bahwa kepercayaan diri bukanlah diperoleh secara instant, melainkan melalui proses yang berlangsung sejak usia dini, dalam kehidupan bersama orang tua. Meskipun banyak factor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang, namun factor pola asuh dan interaksi di usia dini, merupakan factor yang amat mendasar bagi pembentukan rasa percaya diri. Sikap orang tua, akan diterima oleh anak sesuai dengan persepsinya pada saat itu. Orang tua yang menunjukkan kasih, perhatian, penerimaan, cinta dan kasih sayang serta kelekatan emosional yang tulus dengan anak, akan membangkitkan rasa percaya diri pada anak tersebut.

Anak akan merasa bahwa dirinya berharga dan bernilai di mata orang tuanya. Dan, meskipun ia melakukan kesalahan, dari sikap orang tua anak melihat bahwa dirinya tetaplah dihargai dan dikasihi. Anak dicintai dan dihargai bukan tergantung pada prestasi atau perbuatan baiknya, namun karena eksistensinya. Di kemudian hari anak tersebut akan tumbuh menjadi individu yang mampu menilai positif dirinya dan mempunyai harapan realistis terhadap dirinya.

b. Pola pikir negative

Dalam hidup bermasyarakat, setiap individu mengalami berbagai masalah, kejadian, bertemu orang-orang baru, dsb. Reaksi individu terhadap seseorang atau

pun sebuah peristiwa, amat dipengaruhi oleh cara berpikirnya. Individu dengan rasa percaya diri yang lemah, cenderung mepersepsi segala sesuatu dari sisi negative. Ia tidak menyadari bahwa dari dalam dirinya lah semua negativisme itu berasal.

5. Memupuk rasa percaya diri

Untuk menumbuhkan rasa percaya diri yang proporsional maka individu harus memulainya dari dalam diri sendiri. Hal yang sangat penting mengingat bahwa hanya individu yang bersangkutan yang dapat mengatasi rasa kurang percaya diri yang sedang dialaminya. Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk memupuk rasa percaya diri antara lain : evaluasi diri secara obyektif, beri penghargaan yang jujur terhadap diri, positive thinking, gunakan *self-affirmation*, berani mengambil resiko, belajar mensyukuri dan menikmati rahmat Tuhan menetapkan tujuan yang realistik.

II.3 Hubungan Antara *Attachment* dengan Kepercayaan Diri

Menurut Martin Herbert dalam *The Social Sciences Encyclopedia*, “*attachment* mengacu pada ikatan antara dua orang individu atau lebih; sifatnya adalah hubungan psikologis yang diskriminatif dan spesifik, serta mengikat seseorang dengan orang lain dalam rentang waktu dan ruang tertentu”²⁵. Hubungan ini merupakan tumbuh dengan alamiah antara orang tua dan anak, khususnya dengan ibu, karena adanya hubungan emosional semenjak dalam kandungan hingga lahir. Apa yang dirasa ibu saat mengandung, bayi pun merasakannya. Seorang ayah pun mampu menjalin komunikasi dan membangun

²⁵ Desmita, 2007, *Psikologi perkembangan*, Bandung : Rosdakarya. Hal. 120

hubungan emosional dengan anak sejak dalam kandungan dengan banyak cara, seperti mengajak bicara si janin. Hubungan ini tidak hanya sampai si janin lahir, melainkan seumur hidup. Pernyataan tersebut didukung oleh Ainsworth yang mengatakan bahwa ikatan yang bersifat afeksional tersebut berlangsung terus-menerus.²⁶

Percaya diri (*self confidence*) ialah kemampuan individu untuk dapat memahami dan meyakini seluruh potensinya agar dapat dipergunakan dalam menghadapi penyesuaian diri dengan lingkungan hidupnya. Orang yang percaya diri biasanya mempunyai inisiatif, kreatif dan optimis terhadap masa depan, mampu menyadari kelemahan dan kelebihan diri sendiri, berpikir positif, menganggap semua permasalahan pasti ada jalan keluarnya. Orang yang tidak percaya ditandai dengan sikap-sikap yang cenderung melemahkan semangat hidupnya, seperti *minder*, pesimis, pasif, apatis, dan cenderung *apriori*.²⁷ Hal ini berbeda dengan *attachment*. Bedanya adalah percaya diri pada individu berkembang tidak secara alamiah, melainkan harus ada factor penumbuh dan pendorong agar berkembang secara baik dalam diri. Seperti halnya rasa harga diri seseorang, tidak tiba-tiba muncul dalam diri seseorang, melainkan harus ada factor lain yang akan membantu perkembangannya. Salah satu factor dari keduanya adalah intensitas kedekatan dengan orang tua. Santrock menyatakan

²⁶ Qomariyah, 2011, *Hubungan Kualitas Attachment dengan Kemandirian Siswa Kelas X Dimediasi oleh Self-esteem di SMA Negeri Malang*, Malang : UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Hal 27

²⁷ Dariyo, Agoes, 2007, *Psikologi Perkembangan Anak Usia Tiga Tahun Pertama*, Jakarta : Refika Aditama. Hal. 206

dalam bukunya bahwa remaja yang memiliki relasi nyaman dengan orang tuanya memiliki harga diri dan kesejahteraan emosional yang lebih baik.²⁸

Ada beberapa penelitian yang mengungkapkan bahwa kedua variable tersebut memiliki hubungan yang erat. Dalam buku *life span development* tertulis beberapa penelitian yang dilakukan oleh Allen dkk, 1994; Kobak & Cole, dalam siaran pers; Kobak, dkk, 1993; Onishi & Gjerde, 1994, mereka menyatakan bahwa *attachment* dengan orang tua pada masa remaja dapat membantu kompetensi social dan kesejahteraan social remaja. Hal itu menunjukkan bahwa tanpa adanya rasa kepercayaan diri yang kuat dalam diri seseorang, mustahil ia akan mampu menghadapi setiap problema kehidupan dalam social. Kepercayaan diri erat hubungannya dengan sikap pengambilan keputusan. Dan dalam kehidupan social pengambilan keputusan yang cepat dan tepat sangat dibutuhkan. Oleh karena itu kepercayaan diri ini berhubungan dengan bagaimana kualitas kedekatan seorang remaja dengan orang tuanya.

Dalam jurnal yang berjudul “*Stability and Change in Adult Attachment Style Over the First-Year College Transition: Relations to Self-Confidence, Coping, and Distress Patterns*” yang ditulis oleh Frederick G. lopez dan Barbara Gornley menunjukkan hasil bahwa *attachment* memiliki hubungan yang signifikan dengan kepercayaan diri, *coping*, dan *distrees*. Khusus untuk kepercayaan diri, peneliti melaporkan bahwa siswa yang memiliki gaya kelekatan aman selama tahun pertama kuliah adalah lebih percaya diri dalam kemampuan mereka untuk menarik dan lebih romantic dari pada rekan-rekan mereka yang

²⁸ Santrock, 2002, *Life Span Development* jilid 2, Jakarta : Erlangga. Hal. 41

gaya kekekatannya tidak aman.²⁹ Nilai korelasi dalam penelitian ini sebesar 0,391, $p < 0,01$.³⁰ Selain untuk kehidupan social, dalam dunia pendidikan pun kepercayaan diri sangat dibutuhkan guna mendukung dan mendongkrak prestasi akademik maupun non akademik siswa. Semakin siswa menjalin kedekatan yang intim dengan orang tua, semakin rasa kepercayaan dirinya meningkat.

Dalam pandangan Islam, kualitas *attachment* dan kepercayaan diri saling berhubungan satu dengan yang lainnya. Alquran menyebutkan dalam surat At-Tahrim ayat 6 bahwa orang tua memiliki tanggung jawab atas dirinya sendiri dan keluarganya, termasuk anak-anaknya, dari api neraka. Untuk melindungi keluarga dari api neraka, orang tua seharusnya mendidik dan membimbing diri sendiri dan anak-anaknya agar selalu berjalan di atas syari'at islam. Saat mendidik dan membimbing tersebut, mustahil tidak terjadi komunikasi antara kedua belah pihak. Komunikasi yang dilandasi dengan ajaran-ajaran islam, pasti terbungkus dengan suasana cinta dan kasih sayang, karena dari semua ajaran dalam islam tidak ada satu pun perintah kecuali kelembahlembutan. Oleh karena itu komunikasi yang terjadi akan membawa kedua belah pihak semakin dekat, mengetahui kebutuhan satu sama lain, dan saling manyayangi.

Dalam sejarah islam telah tercatat bahwa Imam Ali bin Abi Tholib as, sepupu Rasulullah SAW serta suami tercinta Sayyidah Fatimah Az-Zahra, semasa kecilnya telah hidup bersama dengan Rasulullah SAW. Rasulullah SAW merupakan suri tauladan dalam semua aspek kehidupan, termasuk dalam

²⁹ Lopez, Frederick G dan Barbara Gornley, 2002, *Stability and Change in Adult Attachment Style Over the First-Year College Transition: Relations to Self-Confidence, Coping, and Distress Patterns*, Journal Of Counseling Psychology, Vol. 49, No. 3, 355-364.

³⁰ Ibid. hal. 359

mendidik dan mengasuh seorang anak. Dalam Nahjul Balaghoh pada khotbah ke 192, Imam Ali bercerita tentang dirinya di masa kecil: “Aku selalu mengikutinya (Rasulullah SAW) sebagaimana anak kecil selalu membuntuti ibunya. Setiap hari ia menunjukkan kepadaku akhlak yang mulia dan memerintahkanku untuk mengikuti jejaknya”.³¹ Tidak ada satupun ahli sejarah yang memungkiri atas kedekatan Rasulullah SAW dengan Imam Ali, bahkan saat Imam Ali kecil sedang makan, Rasulullah SAW menyuapinya dengan cara Rasulullah mengunyah makanan tersebut terlebih dahulu sampai halus kemudian Rasulullah SAW memasukkan makanan tersebut ke mulut Imam Ali as.

Rasulullah SAW sangat mencintai, menyayangi, dan memenuhi segala kebutuhan baik fisik maupun mental Imam Ali as sejak kecil. Hal tersebut menyebabkan salah satunya adalah mencetak jiwa dan raga Imam Ali as sebagai manusia paling taat kepada Allah SWT setelah Rasulullah, dan pemberani. Buktinya adalah saat masa-masa peperangan. Salah satu peperangan paling dahsyat dalam Islam adalah perang khandaq. Saat itu tidak ada satu yang berani untuk berduel dengan jawara kafir Quraisy Arab saat itu, Amr bin Abdi Wud, kecuali Imam Ali as, sedangkan beliau masih remaja. Rasulullah bertanya sampai tiga kali tidak ada yang berani kecuali Imam Ali as, akhirnya Rasulullah SAW merestui keberanian Imam Ali as untuk membela Islam dengan berduel di medan tempur dengan Amr bin Abdi Wud. Di akhir pertempuran, Imam Ali as yang saat itu masih remaja mampu menumbangkan kecongkakan jawara kafir Quraisy, Amr bin Abdi Wud. Dari cerita sejarah singkat tersebut, menunjukkan bahwa kasih

³¹ <http://www.balaghah.net/nahj-htm/id/id/bio-imam/05.htm> diakses pada 7 April 2014

sayang dan kedekatan Rasulullah SAW kepada Imam Ali as semenjak kecil mampu mencetak mental baja pada diri Imam Ali dan rasa percaya diri yang kuat.

Dari hasil beberapa penelitian dan sejarah singkat dalam Islam di atas menunjukkan bahwa salah satu factor pendukung berkembangnya kepercayaan diri siswa adalah attachment orang tua. Setiap orang tua pasti memiliki keinginan anaknya berkembang secara maksimal baik dari segi fisik maupun mental. Dengan adanya hubungan emosional yang baik antara orang tua dan anak, anak akan merasa diperhatikan, disayang, dilindungi, dan itu semua akan menjadikan anak selalu termotivasi dalam melakukan segala hal, termasuk dalam bidang akademik. Dengan hubungan yang hangat ini, orang tua juga mampu mencurahkan kasih sayang, perhatian, memenuhi kebutuhan anak baik segi fisik maupun mental. Pemenuhan kebutuhan anak sangat berguna, tanpa adanya komunikasi dua arah antara orang tua dan anak, sangat sulit untuk orang tua mengetahui kebutuhan anak, selain itu anak pun akan merasa canggung untuk bercerita mengenai kebutuhannya. Dari hal itu semua, rasa kepercayaan diri anak akan tumbuh kembang dengan maksimal.

II.4 Hipotesis

Dari berbagai penelitian yang telah dilakukan di atas, maka hipotesis dalam penelitian ini adalah: ada hubungan yang positif pada kualitas *attachment* antara orang tua dan siswa dengan kepercayaan diri siswa kelas XI IPA SMA Negeri 1 Probolinggo, semakin tinggi kualitas *attachment* semakin tinggi pula kepercayaan diri siswa, begitu juga sebaliknya.