

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian Nilai

Nilai merupakan kualitas dari suatu yang menjadikan hal itu disukai, diinginkan, dikejar, dihargai, berguna dan dapat membuat orang menjadi bermantabat. Selain itu nilai juga mempunyai makna lain, sebagai prinsip yang mempromosikan kesejahteraan atau mencegah diri dari bahaya. Nilai juga diartikan sebagai keyakinan emosional dalam prinsip-prinsip yang sangat penting bagi individu.⁵¹ Nilai menurut Kattsoff merupakan suatu kualitas objek atau perbuatan tertentu.⁵²

Beberapa definisi nilai dikutip oleh Gie, antara lain: (1) Howard Becker dalam bukunya *A Dictionary of the Social Sciences* menyatakan nilai menunjuk pada suatu objek dari sesuatu kebutuhan, sikap atau keinginan (*any object of any need, attitude, or desire*), yaitu suatu objek apa pun yang mempunyai hubungan interaksi nyata dengan berbagai kebutuhan, sikap, atau keinginan manusia; (2) Henry Pratt Fairchild dalam bukunya *Dictionary of Sociology and Related Sciences*, menyatakan nilai dirumuskan sebagai kemampuan yang dipercayai dari suatu objek untuk memuaskan suatu keinginan manusia. Nilai merupakan suatu realitas psikologis atau soal kepercayaan.⁵³ Perilaku atau perbuatan seseorang diketahui merupakan cerminan dari

⁵¹Sulastrri, *Nilai Karakter Dalam Pembelajaran Kimia* (Banda Aceh: Syiah Kuala University Press, 2018), hlm. 14.

⁵²Syaiful Sagala, *Etika & Moralitas Pendidikan* (Jakarta: Kencana, 2013), hlm. 5.

⁵³*Ibid.*, hlm. 6.

nilai yang dianut oleh orang tersebut, yang mendasari seseorang untuk melakukan atau tidak melakukan suatu tindakan. Nilai itulah menyebabkan seseorang mendorong atau memiliki semangat untuk melakukan hal yang baik atau buruk, salah atau benar, jujur atau tidak dan sebagainya.⁵⁴

Dari definisi diatas dapat dipahami bahwa perilaku dan tindakan seseorang itu ditentukan oleh nilai yang menepat dalam diri. Nilai itulah yang mendorong dirinya untuk melakukan suatu tindakan. Maka nilai tersebut sangatlah penting bagi setiap individu. Nilai baik atau buruk yang terdapat didalam diri individu akan berdampak pada tindakan yang mereka lakukan.

B. Pengertian Karakter

Menurut Kamus Bahasa Indonesia definisi karakter adalah tabi'at atau kebiasaan.⁵⁵ Secara umum karakter diartikan sebagai perilaku yang dilandasi oleh nilai-nilai berdasarkan norma agama, kebudayaan, hukum/konstitusi, adat istiadat, dan estetika.⁵⁶ Watak diartikan sebagai sifat batin manusia yang mempengaruhi segenap pikiran dan perbuatannya, dan berarti pula tabiat, dan budi pekerti.⁵⁷

Menurut Abdul Majid karakter merupakan sesuatu yang mengkualifikasi seorang pribadi. Karakter menjadi indentitas yang mengatasi pengalaman kontigen yang selalu berubah. Dari kematangan karakter inilah, kualitas seorang pribadi

⁵⁴*Ibid.*, hlm. 7.

⁵⁵Safuan Alfandi, *Kamus Lengkap Bahasa Indonesia*, (Solo: Sendang Ilmu, 2012), hlm. 278.

⁵⁶Abdullah Munir, *Pendidikan Karakter (membangun Karakter Anak Sejak dari Rumah)*, (Yogyakarta: Pedagogia, 2011), hlm. 2.

⁵⁷Abuddin Nata, *Kapita Selekta Pendidikan Islam: Isu-isu Kontemporer tentang Pendidikan Islam*, (Jakarta: Rajawali Pers, 2012), hlm. 163.

diukur.⁵⁸ Menurut Siti Azisah karakter mengacu pada serangkaian sikap, tingkah laku, motivasi dan keterampilan.⁵⁹

Whyne dalam Suyanto menyatakan karakter berasal dari bahasa Yunani yang berarti *to mark* (menandai) dan memfokuskan bagaimana mengaplikasikan nilai kebaikan dalam bentuk tindakan atau tingkah laku. Oleh sebab itu, orang yang berperilaku tidak jujur, kejam atau rakus dikatakan sebagai orang yang berkarakter jelek, sementara orang yang berperilaku jujur, suka menolong dikatakan sebagai orang yang berkarakter mulia. Jadi, istilah karakter erat kaitannya dengan *personality* (kepribadian seseorang, dimana seseorang bisa disebut orang yang berkarakter jika tingkah lakunya sesuai dengan kaidah moral.⁶⁰

Arnold Toynbee pernah mengungkapkan dari dua puluh satu peradaban dunia yang dapat dicatat, sembilan belas hancur bukan karena penaklukan dari luar, melainkan karena pembusukan moral dari dalam⁶¹ alias karena lemahnya karakter.

Seperti pada sabda Rasulullah:

Artinya: ‘‘Sesungguhnya aku diutus untuk menyempurnakan akhlak yang baik.’’ (HR. Bukhari, Baihaqi, dan Hakim).⁶²

Beberapa definisi tentang karakter di atas menunjukkan bahwa karakter dapat dikatakan sebagai moralitas, kebenaran, kebaikan, kekuatan, dan sikap seseorang yang ditunjukkan kepada orang lain melalui tindakan. Karakter adalah penerapan

⁵⁸Abdul Majid, Dian Andayani, *Pendidikan Karakter Perspektif Islam*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012), hlm. 8.

⁵⁹Siti Azisah, *Guru dan Pengembangan Kurikulum Berkarakter*, (Cet I; Makassar: Alauddin Universitas Perss, 2014), hlm. 51.

⁶⁰Suyanto, *Pendidikan Karakter*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2012), hlm. 39.

⁶¹Saptono, *Dimensi-dimensi Pendidikan Karakter* (Jakarta: Esensi Erlangga Group, 2011), hlm. 16.

⁶²Ridwan Abdullah Sani dan Muhammad Kadri, *Pendidikan Karakter Mengembangkan Karakter Anak yang Islam* (Jakarta: Bumi Aksara, 2016), hlm. 76.

nilai-nilai kebajikan dalam diri seseorang. Jadi seseorang dikatakan berkarakter kalau menerapkan nilai-nilai kebajikan. Sebaliknya orang yang tidak menerapkan nilai-nilai kebajikan tetapi menerapkan nilai-nilai keburukan itu dikatakan tidak berkarakter. Akhlak terpuji disebut *akhlak karimah* atau akhlak mulia.⁶³

C. Kajian Percaya Diri

1. Pengertian Percaya Diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Penilaian positif inilah yang nanti akan menimbulkan sebuah motivasi dalam diri individu untuk lebih mau menghargai dirinya. Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya.⁶⁴ Taylor mengemukakan bahwasanya rasa percaya diri merupakan individu yang memiliki perasaan aman terhadap dirinya dengan mengetahui bakat yang dimiliki, dan merasa rileks dalam mengembangkan kemampuan juga meyakini kemampuannya.⁶⁵

Anthony mendefinisikan bahwa percaya diri merupakan sikap pada diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran

⁶³Mardeli dkk, *Penanaman Nilai-nilai Akhlak Dalam Pembelajaran Pendidikan Agama Islam Menghadapi Era Milenial Di SMA Negeri 2 Rejang Lebong*. Tadrib: Jurnal Pendidikan Agama Islam 6, no. 2 (2020), hlm. 204.

⁶⁴Hakim, Thursan, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 2012), hlm. 6.

⁶⁵Taylor, *Meraih Kepercayaan Diri Hanya dalam Tujuh Hari* (Jogjakarta: Dive Press, 2013), hlm. 19.

diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan.⁶⁶

Menurut Willis percaya diri adalah keyakinan bahwa seseorang mampu menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain.⁶⁷

Hakim berpendapat, rasa percaya diri secara sederhana bisa dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya.⁶⁸

Menurut de Angelis rasa percaya diri yang sejati senantiasa bersumber dari hati nurani, bukan dibuat-buat. Rasa percaya diri berawal dari tekad dari diri sendiri untuk melakukan segala yang diinginkan dan dibutuhkan dalam hidup seseorang, yang terbina dari keyakinan diri sendiri.⁶⁹

Agama Islam sangat mendorong umatnya untuk memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Manusia adalah makhluk ciptaan-Nya yang memiliki derajat paling tinggi karena kelebihan akal yang dimiliki, sehingga sepatutnyalah ia percaya dengan kemampuan yang dimilikinya, sebagaimana firman Allah SWT dalam Surat AL-Imron Ayat 139, sebagai berikut:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ ۝ ١٣٩

⁶⁶M. Nur Ghufron & Rini Risnawita S, *Teori-teori Psikologi* (Jogjakarta: Ar-Ruzz Media, 2014), hlm. 34.

⁶⁷*Ibid.*, hlm. 34.

⁶⁸Hakim, *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri* (Jakarta: Puspa Swara, 2012), hlm. 6.

⁶⁹de Angelis, Barbara. *Self Confident: Percaya Diri Sumber Kesuksesan Dan Kemandirian* (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2011), hlm. 57-58.

Artinya: “*Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah (pula) kamu bersedih hati padahal kamulah orang yang paling tinggi (derajatnya) jika kamu beriman.*” (Q.S. Al-Imron: 139).⁷⁰

Dalam tafsir Q.S Al-Imron ayat 139, yakni janganlah kalian menjadi lemah dan patah semangat karena apa yang baru kalian alami. Akibat yang terpuji dan kemenangan pada akhirnya akan kalian peroleh, wahai orang-orang muslimin.⁷¹

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa percaya diri atau *self confident* adalah percaya akan kemampuan terbaik diri sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki, dapat memanfaatkannya secara tepat untuk menyelesaikan serta menanggulangi suatu masalah dengan situasi terbaik dan dapat memberikan sesuatu yang menyenangkan bagi orang lain. Percaya diri tidak terbentuk dengan sendirinya melainkan berkaitan dengan kepribadian seseorang dan dipengaruhi oleh faktor-faktor yang berasal pengalaman-pengalaman sejak kecil dari dalam diri individu sendiri.

2. Jenis-jenis Percaya Diri

Gael Lindenfield menjelaskan bahwa ada dua jenis rasa percaya diri yaitu Percaya Diri Batin dan Percaya Diri Lahir.⁷²

a. Percaya Diri Batin

Percaya diri batin adalah percaya diri yang memberi kepada kita perasaan dan anggapan bahwa kita dalam keadaan baik. Jenis percaya diri batin memungkinkan individu untuk tampil dan berperilaku dengan cara menunjukkan kepada dunia luar

⁷⁰Al-Quran dan terjemahnya (Semarang: Raja Publishing, 2011), hlm. 98.

⁷¹Al-Imam Abdul Fida Isma'il Ibnu Kasir Ad-Dimasyqi, *Tafsir Ibnu Kasir* Jilid IV, (Sinar Baru Algensindo), hlm. 171.

⁷²Gael Lindenfield, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri* (Jakarta: Arcan, 2017), hlm. 4-7.

bahwa kita yakin akan diri kita. Lebih lanjut Lindenfield mengemukakan empat ciri utama seseorang yang memiliki percaya diri batin yang sehat, ke empat ciri itu adalah:

1. Cinta Diri

Orang yang cinta diri mencintai dan menghargai diri sendiri dan orang lain. Mereka akan berusaha memenuhi kebutuhan secara wajar dan selalu menjaga kesehatan diri. Mereka juga ahli dalam bidang tertentu sehingga kelebihan yang dimiliki bisa dibanggakan, hal ini yang menyebabkan individu tersebut menjadi percaya diri.

2. Pemahaman Diri

Orang yang percaya diri batin sangat sadar diri. Mereka selalu intropeksi diri agar setiap tindakan yang dilakukan tidak merugikan orang lain.

3. Tujuan Yang Positif

Orang yang percaya diri selalu tahu tujuan hidupnya. Ini disebabkan karena mereka punya alasan dan pemikiran yang jelas dari tindakan yang mereka lakukan serta hasil apa yang bisa mereka dapatkan.

4. Pemikiran yang Positif

Orang yang percaya diri biasanya merupakan teman yang menyenangkan. Salah satu penyebabnya karena mereka terbiasa melihat kehidupan dari sisi yang cerah dan mereka mengharap serta mencari pengalaman dan hasil yang bagus.

b. Percaya Diri Lahir

Percaya diri lahir membuat individu harus bisa memberikan kesan pada dunia luar bahwa ia yakin akan dirinya sendiri (percaya diri lahir), melalui pengembangan keterampilan dalam empat bidang sebagai berikut:

1. Komunikasi

Keterampilan komunikasi menjadi dasar yang baik bagi pembentukan sikap percaya diri. Menghargai pembicaraan orang lain, berani berbicara didepan umum, tahu kapan harus berganti topik pembicaraan, dan mahir dalam berdiskusi adalah bagian dari keterampilan komunikasi yang bisa dilakukan jika individu memiliki rasa percaya diri.

2. Ketegasan

Sikap tegas dalam melakukan suatu tindakan juga diperlukan, agar kita terbiasa untuk menyampaikan aspirasi dan keinginan serta membela hak kita, dan menghindari terbentuknya perilaku agresif dan positif dalam diri.

3. Penampilan Diri

Seorang individu yang percaya diri selalu memperhatikan penampilan dirinya, baik dari gaya pakaian, aksesoris dan gaya hidupnya tanpa terbatas pada keinginan untuk selalu ingin menyenangkan orang lain.

4. Pengendalian Perasaan

Pengendalian perasaan juga diperlukan dalam kehidupan kita sehari-hari, dengan kita mengelola perasaan kita dengan baik akan membentuk suatu kekuatan besar yang pastinya menguntungkan individu tersebut.

Sikap percaya diri yang dimiliki seorang individu memiliki beberapa kriteria yang menonjol. Hakim mengemukakan beberapa ciri-ciri tertentu dari orang-orang yang memiliki rasa percaya diri, yaitu:

- a. Selalu bersikap tenang didalam mengerjakan segala sesuatu.
- b. Mempunyai potensi dan kemampuan yang memadai.
- c. Memiliki latar belakang pendidikan keluarga yang baik.
- d. Mampu menyesuaikan diri dan berkomunikasi diberbagai situasi.
- e. Memiliki kondisi mental dan fisik yang cukup baik untuk menunjang penampilannya.

Menurut de Angelis dalam bukunya *Self Confident* menjelaskan bahwasanya percaya diri itu berkenaan dengan tiga hal, yaitu:⁷³

1. Tingkah laku, percaya diri untuk mampu bertindak dan melakukan segala sesuatu sendiri. Dengan tiga ciri penting, yaitu:
 - a. Keyakinan atas kemauan sendiri untuk melakukan sesuatu.
 - b. Keyakinan atas kemampuan untuk menindak lanjuti segala prakarsa sendiri secara konsekuen.
 - c. Keyakinan atas kemampuan pribadi dalam menanggulangi segala kendala.

⁷³De Angelis, Barbara, *Op.Cit.*, hlm 57-58.

2. Emosi, adalah percaya diri untuk yakin dan mampu menguasai emosi, ada empat ciri penting, yaitu:
- a. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengetahui perasaan diri sendiri.
 - b. Keyakinan terhadap kemampuan untuk mengungkapkan perasaan dengan baik.
 - c. Keyakinan untuk dapat bersosialisasi dengan baik.
 - d. Keyakinan untuk mengetahui manfaat apa yang bisa disumbangkan pada orang lain.
3. Spiritual, percaya diri spiritual merupakan percaya diri yang terpenting, karena tidak mungkin kita dapat mengembangkan kedua jenis percaya diri yang lain jika percaya diri spiritual tidak kita dapatkan.

Berdasarkan pemaparan para ahli mengenai jenis percaya diri diatas dapat disimpulkan bahwa jenis percaya diri yaitu: (1) percaya diri dalam tingkah laku, (2) percaya diri yang berkenaan dengan emosi, (3) percaya diri yang berkaitan dengan spiritual, (4) percaya diri lahir dan batin.

3. Aspek-aspek Percaya Diri

Menurut Akram Ridha aspek-aspek percaya diri adalah:

- a. Keyakinan akan kemampuan diri yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya bahwa mengerti sungguh akan apa yang dilakukannya.
- b. Optimis yaitu sikap positif seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri, harapan dan segala kemampuan.

- c. Objektif yaitu orang yang percaya diri memandang permasalahan atau segala sesuai dengan kebenaran semestinya.
- d. Bertanggung jawab yaitu kesediaan seseorang untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya.
- e. Rasional dan realistis yaitu analisa terhadap sesuatu masalah, suatu hal, suatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.⁷⁴

Menurut Ach Syaifullah aspek-aspek percaya diri adalah:

- a. Selalu berinteraksi dengan baik

Interaksi adalah hubungan timbal balik antara individu dengan individu, kelompok, dan antara kelompok dengan kelompok.

- b. Bersikap tegas

Sifat ketegasan berawal dari pembentukan mental yang kuat, orang yang percaya diri akan selalu berpegang teguh pada prinsipnya.

- c. Mengendalikan diri

Orang yang percaya diri mempunyai otoritas penuh atas dirinya, dirinyalah pemilik dirinya yang utuh, yang sepenuhnya dapat mengarahkan. Pribadi yang percaya diri memosisikan dirinya sebagai raja. Ia memiliki kekuatan dan wewenang atas dirinya.⁷⁵

⁷⁴Akram Ridha, *Menjadi Pribadi Sukses* (Bandung: Syaamil Cipta Media, 2016), hlm. 43.

⁷⁵Ach Syaifullah, *Tips Bisa Percaya Diri* (Jogjakarta: Gara Ilmu, 2012), hlm. 83.

d. Kreatif

Kreatif adalah usaha untuk selalu bisa menciptakan suatu hal. Orang yang kreatif biasanya selalu menemukan ide-ide menarik, bahkan kadang kala diluar dugaan. Ada beberapa cara sederhana untuk menjadi pribadi kreatif, yaitu mencintai segala hal, semangat, mimpi, kerja keras, belajar, berhubungan dengan orang-orang kreatif, mahir dalam bidang komunikasi, serta menciptakan lingkungan yang kondusif. Orang yang percaya diri selalu berpikir bahwa kreatif tidak selalu identik dengan menemukan hal baru, namun ia selalu melihat segala sesuatu dengan cara berbeda dan baru, yaitu biasanya tidak dilihat oleh orang lain.⁷⁶

Dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek dari percaya diri yaitu konsep dari individu menilai dirinya sendiri secara positif, optimis, objektif, rasional, realistis dan kreatif, tidak ragu-ragu dalam mengambil keputusan, tidak tergantung pada orang lain dan mampu berinteraksi dengan baik.

4. Ciri-ciri Individu yang Memiliki Rasa Percaya Diri

Individu yang memiliki rasa percaya diri akan menunjukkan gejala-gejala percaya diri dalam setiap tindakannya. Berikut ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang dikemukakan oleh para ahli, antara lain menurut Mastuti, ada beberapa ciri atau karakteristik individu yang memiliki rasa percaya diri yang proporsional, diantaranya adalah:

- a. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain, berani menjadi diri sendiri.

⁷⁶Ach Syaifullah, *Op.Cit.*, hlm. 83.

- b. Punya pengendalian diri yang baik.
- c. Memiliki internal *locus of control* (memandang keberhasilan atau kegagalan, tergantung dari usaha diri sendiri dan tidak mudah menyerah pada nasib atau keadaan serta tidak tergantung/mengharapkan bantuan orang lain.
- d. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan situasi diluar dirinya.
- e. Memiliki harapan yang realistik terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan itu tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.⁷⁷

Sedangkan Taylor mengemukakan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri sebagai berikut:

- a. Merasa rileks, nyaman dan aman.
- b. Yakin kepada diri sendiri.
- c. Tidak percaya bahwa orang lain selalu lebih baik.
- d. Merasa nyaman dengan diri sendiri dan tidak khawatir dengan apa yang dipikirkan orang lain.
- e. Memiliki keberanian untuk mencapai apa yang diinginkan.⁷⁸

Berdasarkan ciri-ciri individu yang memiliki rasa percaya diri yang telah dikemukakan oleh para ahli, maka dapat disimpulkan yaitu: Percaya pada kemampuan diri sendiri, tidak konformis, berani menerima dan menghadapi penolakan, mampu mengendalikan diri, positif thinking, realistis, dan maju terus.

⁷⁷Kamil, *Mendidik Anak Agar Percaya Diri* (Jakarta: Arean, 2017), edisi revisi keempat, hlm. 13-14.

⁷⁸R. Taylor, *Kiat Membangun Percaya Diri* (Yogyakarta: Diva Press, 2019), hlm. 20.

5. Ciri-ciri Individu yang Kurang Memiliki Rasa Percaya Diri

Adapun ciri-ciri individu yang kurang memiliki rasa percaya diri, yaitu:

- a. Seringkali tampak murung dan depresi.
- b. Takut dikritik dan merespon pujian dengan negatif.
- c. Takut untuk mengambil tanggung jawab.
- d. Takut untuk membentuk opininya sendiri.
- e. Hidup dalam keadaan pesimis dan suka menyendiri.⁷⁹

Bentuk tidak percaya diri menurut Prof. Dr. Abdul Aziz El Qussy ialah ragu-ragu, lidah terasa terkunci dihadapan orang banyak, gagap, murung, malu, tidak dapat berpikir bebas, tidak berani, menyangka akan terjadi bahaya, bertambah takut, sangat hati-hati, merasa rendah diri, dan takut memulai suatu hubungan baru dengan orang lain, serta pasif dalam pergaulan, tidak berani mengemukakan pendapat, dan tidak berani bertindak.⁸⁰

6. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Rasa Percaya Diri

Lauster mengemukakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi rasa percaya diri adalah sebagai berikut:

- a. Kemampuan pribadi, yaitu kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengembangkan diri, dimana individu yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakannya, tidak tergantung dengan orang lain, dan mengenal kemampuan diri.

⁷⁹Centi, P. J, *Mengapa Rendah Diri* (Yogyakarta: Kanisius, 2015), hlm. 45.

⁸⁰Abdul Aziz El Qussy, *Pokok-pokok Kesehatan Jiwa/Mental* (Jakarta: Bulan Bintang, 2017), hlm. 156.

- b. Interaksi sosial, yaitu mengenai bagaimana individu dalam berhubungan dengan lingkungannya dan mengenal sikap individu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, bertoleransi dan dapat menerima serta menghargai orang lain.
- c. Konsep diri, yaitu bagaimana individu memandang dan menilai dirinya sendiri secara positif atau negatif mengenai kelebihan dan kekurangannya.⁸¹

Menurut Heru Mugiasro mengemukakan faktor penyebab kurang percaya diri antara lain sebagai berikut:

- a. Perasaan tidak mampu untuk berbuat lebih baik, dalam segala hal.
- b. Tidak percaya bahwa dirinya memiliki kelebihan.
- c. Beranggapan bahwa orang lainlah yang harus berubah.
- d. Kegagalan/kekecewaan yang berulang kali tanpa diimbangi dengan optimisme yang memadai.
- e. Sikap orang tua yang memberikan pendapat dan evaluasi negatif terhadap perilaku dan kelemahan anak.⁸²

7. Manfaat Percaya Diri dan Dampak Negatif Kurang Percaya Diri

Banyak sekali keuntungan yang didapatkan individu dari sikap berani dan percaya diri, yaitu:

- a. Individu pemberani, kelak akan lebih mudah bergaul dimasyarakat. Ia pun tanggap dalam penyelesaian masalah, dan optimis.

⁸¹Nur Ghufro dan Rini Risnawita S, *Op.Cit.*, hlm. 37.

⁸²Heru Mugiarso, *Bimbingan dan Konseling* (Semarang: UPT UNNES Press, 2018), hlm. 46.

- b. Individu akan lebih kritis dan kreatif karena tidak tergantung terus pada sosok orang dewasa atau orang tuanya.
- c. Individu yang percaya diri memiliki kesempatan lebih besar untuk menjadi pemimpin. Ia mampu untuk memimpin dirinya sendiri dan juga kelompoknya dengan cara yang efektif.
- d. Individu mampu mengantisipasi masalah yang akan datang.⁸³

Adapun dampak negatif kurang memiliki rasa percaya diri pada diri adalah sebagai berikut:

- a. Mengalami kegagalan
- b. Selalu mengeluh
- c. Mudah Putus asa
- d. Selalu merasa gelisah
- e. Menyesal dikemudian hari⁸⁴

D. Penghancur Rasa Percaya Diri

Hal-hal yang muncul sebagai penghancur rasa percaya diri yang potensial yaitu:

- a. Hubungan dekat,
- b. Keluarga,
- c. Sekolah dan teman sebaya, dan
- d. Tempat kerja.⁸⁵

⁸³Lindenfield dalam Kamil, *Op.Cit.*, hlm. 52.

⁸⁴Wijaya Kusuma Ali, *Teknik dalam Bimbingan dan Konseling* (Yogyakarta: Al Isan Press, 2018), hlm.165.

E. Latar Belakang Buku *La Tahzan Karya Aidh Al-Qarni*

Penulis kelahiran 1379 H (1960 M) ini memiliki nama lengkap Dr. ‘Aidh Abdullah bin ‘Aidh al-Qarni. Nama al-Qarni diambil dari daerah asalnya di wilayah Selatan Arab Saudi. ‘Aidh al-Qarni menamatkan program sarjana (Lc), magister (M.A.) dan doktor di Universitas Islam Imam Muhammad bin Su’ud, Riyadh, Arab Saudi. Ia hafal Al-Quran dan kitab *Bulughul Maram*, serta telah mengajarkan 5.000-an hadis dan 10.000-an bait syair. Sekitar 1.000-an judul kaset yang berisi ceramah agama, kuliah, serta kumpulan puisi dan syair karyanya telah dipublikasikan.⁸⁶

Berlembar-lembar tulisan pun menjadi bukti ketekunan pria yang lahir di tahun 1379 H dan berasal dari perkampungan al-Qarni, sebelah Selatan Kerajaan Arab Saudi, ini menjalani hari-harinya di penjara.

Sebab Aidh al-Qarni masuk penjara karena ia menentang kehadiran pasukan Amerika Serikat di Arab Saudi (saya masuk penjara karena saya menulis 50 bait qasidah/puisi yang di anggap punya pengaruh politik) ujar Aidh al-Qarni, kemudian ia dijebloskan di penjara selama 10 bulan pada tahun 1996.

Setelah keluar dari penjara, Aidh al-Qarni melanjutkan tulisannya. Untuk menyelesaikan lembar-lembar itu, dia membutuhkan referensi 300 judul buku. Hingga akhirnya, lahirlah buku *La Tahzan* yang diterjemahkan dengan *Jangan*

⁸⁵Ros Taylor, *Kiat-kiat Pedes untuk meningkatkan rasa percaya diri* (Jakarta: Gramedia Pustaka, 2011), hlm. 26.

⁸⁶Nur Ismawati, *Nilai-nilai Karakter dalam Buku La Tahzan (Karangan Aidh al-Qarni) dan Relevansinya dalam Pendidikan Islam* (UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, 2015), hlm. 86.

Bersedih. Hasilnya sungguh fenomenal. Inilah buku yang telah diterbitkan oleh puluhan penerbit dan mencapai angka penjualan fantastis.⁸⁷

Buku *La Tahzan* ini adalah salah satu jenis buku pengembangan diri, motivasi, dan sekaligus keagamaan. Banyak pelajaran-pelajaran penting yang bisa kita petik dengan membaca buku *La Tahzan*. Ketika seseorang membaca buku *La Tahzan* seolah-olah diajak untuk kembali bersemangat dan kemudian berusaha semampu mungkin menggali semua potensi untuk bangkit menjadi manusia yang lebih baik. Sehingga, segala potensi yang ada didalam diri menjadi berkembang lebih baik, oleh karena itu mengapa buku *La Tahzan* ini termasuk jenis buku pengembangan diri.⁸⁸

⁸⁷*Ibid.*, hlm.88.

⁸⁸*Ibid.*, hlm. 89.