


Self-Confidence dan Pemaknaan Hijrah bagi Muslim dilihat dari Perspektif Konseling Islam

Langgeng Sutopo¹ , Heru Masfiyatul Asriyah², M. Ari Wibowo³, Hernisawati⁴

STIT Darul Fattah Bandar Lampung, Indonesia, Indonesia^{1,2,3}
Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIM NU) Metro Lampung, Indonesia⁴

 31langgeng@gmail.com

Submitted:
2022-03-19

Revised:
2022-04-29

Accepted:
2022-05-23

Copyright holder:
© Sutopo, L., Asriyah, H. M., Wibowo, M. A., & Hernisawati, H. (2022)

This article is under:



How to cite:

Sutopo, L., Asriyah, H. M., Wibowo, M. A., & Hernisawati, H. (2022). Self-Confidence dan Pemaknaan Hijrah bagi Muslim dilihat dari Perspektif Konseling Islam. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 4(2). <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.180>

Published by:
Kuras Institute

Journal website:
<https://journal.kurasinstitute.com/index.php/bocp>

E-ISSN:
2656-1050

ABSTRACT: *Students with positive self-esteem tend to be confident, easy to make friends, happy, optimistic, have high motivation both academically and non-academically, dare to take risks, are independent, responsible and achieve. The meaning of hijrah is also a trend to show off that it has routine activities that are useful not on the basis of the heart's movement to change, then the meaning of hijrah is also limited to changing clothes that are more closed and more arrogant, of course this has the wrong meaning. Full meaning of something will certainly produce good conclusions, especially on the meaning of hijrah. Having the wrong meaning of hijrah that is not in accordance with Islamic values will certainly make a teenager who does not have a positive self-concept. The findings show that Islamic counseling is effective in increasing students' self-esteem in terms of power, significance, virtue, and competence.*

KEYWORDS: *Self-Confident, Meaning of Hijrah, Counseling*

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Keyakinan tersebut muncul karena individu mampu mengukur benarnya kemampuan yang dimiliki. Kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Supriyo (2008) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa dirinya mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya, umatnya dan agamanya. Sebaliknya orang yang kurang memiliki rasa percaya diri merasa tidak puas terhadap dirinya, mengasihani dirinya dan mudah menyerah. Menurut Pintrich & Schunk (dalam Woolfolk, 2004) Harga Diri merupakan penilaian seseorang terhadap gambaran dirinya dalam berbagai aspek kehidupan.

Siswa dengan harga diri yang positif cenderung percaya diri, mudah berteman, bahagia, optimis, memiliki motivasi yang tinggi baik secara akademis maupun non akademis, berani mengambil resiko, mandiri, bertanggung jawab dan berprestasi (Murk, 2006). Harga diri yang positif pun mendukung remaja untuk percaya diri dalam mengerahkan potensinya, bersosialisasi dan beradaptasi dengan lingkungan, serta mendorongnya untuk mencapai prestasi dengan lingkungan, serta mendorongnya untuk mencapai prestasi tertentu di sekolah. Sebaliknya, harga diri yang rendah di usia remaja memprediksikan kesehatan fisik dan mental yang kurang baik, kesejahteraan ekonomi

yang buruk, dan tingkat kriminal yang tinggi saat dewasa. Oleh karena itu, intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan harga diri seseorang terutama remaja perlu dilakukan (Erol & Urich, 2011).

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa Harga diri merupakan masalah yang krusial pada masa remaja, hasil penelitian dari beberapa tokoh menunjukkan bahwa harga diri cenderung mengalami penurunan ketika seseorang menginjak masa remaja. Simmons & rosenberg (dalam Brown, 2008) bahwa remaja yang memiliki harga diri yang rendah dan memiliki persepsi yang negatif terhadap penilaian orang lain terhadap diri mereka. Temuan lain mengatakan harga diri merupakan masalah yang penting pada masa remaja karena Harga Diri yang rendah pada seorang remaja merupakan prediktor munculnya permasalahan pada masa dewasa. Masalah pada harga diri seseorang disebabkan adanya tidak kesesuaian antara pandangan yang memiliki seseorang mengenai dirinya saat ini *perceived self* dengan pandangan idealnya terhadap dirinya atau yang disebut dengan *ideal self*. Hal tersebut mendorong seseorang menampilkan perilaku tertentu yang ia tampilkan kepada orang lain, terkadang perilaku yang tampak menjadi tampak dibuat-buat dan dipaksakan.

Penelitian yang dilakukan oleh Mastur (2012) yang menunjukkan bahwa tingkat *Self-confidence* siswa kelas VIII SMP N 4 Bae Kudus dalam kategori sedang dan rendah, hal ini menunjukkan perlunya perlakuan. Meskipun ada yang sebagian besar memiliki tingkat Harga Diri sedang. Perkembangan yang sehat akan ditandai dengan Harga Diri yang dimanifestasikan dalam sikap tegar ketika menghadapi suatu masalah. Hendel (2006) melalui hasil penelitiannya mengemukakan bahwa masalah harga diri pada remaja umumnya lebih banyak ditemui pada remaja pria yang tidak memiliki karakteristik seperti tidak memiliki tubuh atletis, kuat, mandiri, dan pintar. Padahal, tahapan usia ini merupakan periode kritis dalam perkembangan harga diri individu. Keadaan ini akan menimbulkan pikiran dan perasaan yang negatif sehingga merasa minder dan sulit berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Kondisi ini muncul dikarenakan rendahnya harga diri pada siswa sehingga siswa tidak mampu mengubah pandangan negatif dirinya untuk berkembang secara optimal. Hijrah merupakan perjalanan batin, di mana setiap manusia yang berhijrah dapat memaknai hijrah dengan makna yang berbeda. Fenomena hirah menjadi hal yang mulai ramai diperbincangkan pada akhir tahun 2016, khususnya pada fenomena Aksi bela Islam dan pergerakan Remaja Islam Shift yang dipelopori oleh Ust. Hanan Attaki. Shift memiliki misi untuk mengedukasi serta mengajak para generasi muda berhijrah atau berpindah dari kebiasaan buruknya dan mengajak para remaja lebih mencintai agama islam ditengah arus globalisasi yang mendorong para generasi milenial untuk tetap hidup dalam nuansa atau nilai-nilai keislaman (Sari dalam Fitri, 2021).

Namun dalam proses hijrah pemaknaan hijrah masih belum memiliki makna yang bersifat islamiyah atau hanya sebatas *trend* sesaat khususnya bagi mahasiswi. Seperti pada penelitian Anandita (2014) makna hijrah memiliki arti lain sebagai sebuah identitas fashion yang terkadang berlebihan dan sebagai peluang sikap konsumtif yang tentunya merugikan, dan memiliki makna yang jauh dengan nilai-nilai keislaman, bahwa hijab sebagai identitas muslim. Pemaknaan hijrah juga sebagai trend untuk pamer bahwa ia memiliki kegiatan rutin yang bermanfaat bukan atas dasar gerakan hati untuk berubah, selanjutnya pemaknaan hijrah juga hanya sebatas perubahan busana yang lebih tertutup dan lebih kearah-araban, tentunya hal ini memiliki makna yang salah (Qodariah, 2017) Pemaknaan sepenuhnya akan suatu hal tentunya akan menghasilkan kesimpulan yang baik pula, khususnya pada makna hijrah. Memiliki makna hijrah yang salah tidak sesuai dengan nilai-nilai keislaman tentunya akan menjadikan pribadi remaja yang tidak memiliki konsep diri yang positif.

Untuk membantu permasalahan bagaimana meningkatkan pemahaman pemaknaan hirah bagi remaja muslim salah satu cara yang bisa dilakukan yaitu dengan menggunakan layanan konseling menggunakan pendekatan islam. Pendekatan yang digunakan ialah pendekatan konseling Islam. Pendekatan humanistik digunakan untuk mengetahui seberapa efektif pendekatan tersebut mampu meningkatkan pemahaman terhadap isu hijrah. Konseling Islam dengan berfokus pada kondisi manusia sebagai makhluk tuhan. Pendekatan ini terutama adalah suatu sikap yang menekankan pada

suatu pemahaman atas manusia. Manusia sebagai makhluk yang memiliki otoritas atas kehidupan dirinya. Manusia bebas untuk menjadi apa dan siapa sesuai keinginannya. Manusia adalah makhluk hidup yang menentukan sendiri apa yang ingin dia lakukan dan apa yang tidak ingin dia lakukan, karena manusia adalah makhluk yang bertanggung jawab atas segala apa yang dilakukannya. Asumsi ini menunjukkan bahwa manusia adalah makhluk yang sadar, mandiri, aktif yang dapat menentukan (hampir) segalanya aktivitas kehidupannya karena tuhan yang maha esa. Manusia adalah makhluk dengan julukan "*the self-determining being*" yang mampu sepenuhnya menentukan tujuan-tujuan yang paling diinginkannya dan cara-cara mencapai tujuan itu yang dianggapnya paling benar dan paling tepat.

Pemilihan pendekatan hakikat konseling islami menekankan renungan keagamaan tentang apa artinya menjadi manusia sebagai makhluk Allah SWT. Konseling Islami mencoba untuk melihat kehidupan manusia sebagaimana manusia itu sendiri melihat kehidupan mereka sebagai hambanya. Manusia memiliki kemampuan untuk berfikir secara sadar dan rasional dalam mengendalikan hasrat biologisnya, serta dalam meraih potensi maksimal mereka (Zulfikar, 2017). Melalui pemaknaan yang tepat sesuai dengan konsep konseling islam maka diharapkan pendekatan dan strategi ini menjadi pendekatan yang ampuh dalam menemukan kebermaknaan yang tepat apa arti hijrah sehingga membantu meningkatkan *self-confidence*.

METODE

Menurut Strauss dan Corbin (2014) metode penelitian ini merupakan penelitian yang temuannya tidak didapatkan melalui prosedur statistik atau bentuk hitungan lainnya (Rahmi, 2015). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperkenalkan dan memberikan pemahaman kepada mahasiswa mengenai kenikmatan surga melalui layanan informasi konseling Islam. Subjek yang ada di dalam penelitian ini adalah 15 orang mahasiswa Program Studi BKPI IAIM NU Metro Lampung. Dalam hal ini, subjek diambil dengan mempertimbangkan karakteristik yang ada pada dirinya yang berkaitan dengan rendahnya pemahaman subjek tentang hakikat surga dan apa saja kenikmatan yang ada di dalam surga. Sedangkan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah teknik wawancara dan teknik observasi. Adapun analisis data pada penelitian ini adalah analisis data deskriptif kualitatif. Penelitian ini didukung oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) Institut Agama Islam Ma'arif NU (IAIMNU) Metro Lampung No: 11/0264/IAIMNU/LPM/IX/2021.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari penelitian ini diperoleh dari wawancara, observasi dan dokumentasi. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kepercayaan diri dari mahasiswa dapat teratasi melalui konseling kelompok dengan menemukan pemaknaan yang benar berkaitan dengan hijrah. Konseling kelompok berbasis hadits diterapkan melalui beberapa tahapan. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa pentingnya Konseling kelompok berbasis hadits dalam memberikan perubahan terhadap peningkatan pemaknaan hijrah. Kesungguhan siswa dalam mengikuti kegiatan konseling kelompok cognitive behavior selama enam kali sesi konseling memberikan dampak yang positif terhadap perubahan harga dirinya. Kepercayaan diri adalah hal yang seharusnya dimiliki remaja untuk mencapai kesuksesan. Terkadang remaja tidak menyadari bahwa kurangnya kepercayaan diri dapat menghambat kegiatan sehari-hari. Sikap remaja yang menunjukkan rendahnya kepercayaan diri, seperti: selalu ragu-ragu dalam melakukan suatu hal, mudah cemas, tidak memiliki keyakinan, cenderung menghindari, menutup diri, kurang inisiatif, mudah patah semangat, takut untuk tampil di depan orang banyak, dan lain-lain akan menghambatnya untuk melakukan sesuatu.

Tabel 1. Tahapan Konseling islami terhadap pemaknaan hijrah

| Tahapan | Deskripsi |
|--------------------------|--|
| Tahap awal (pembentukan) | Pada tahap awal ini, pemimpin kelompok menerima dengan ramah dan senang hati atas kehadiran anggota kelompok. Diawali dengan mengucapkan lafadz basmallah dan salam, konselor membuka kegiatan konseling kelompok ini. Setelah itu, tidak lupa pemimpin kelompok mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada anggota kelompok yang telah hadir. Kemudian, langkah selanjutnya adalah berdoa. Pemimpin kelompok kemudian menjelaskan tentang hakikat bimbingan kelompok, serta melakukan perkenalan baik pemimpin kelompok maupun anggota kelompok. |
| Tahap peralihan | Pada tahap peralihan, konselor menciptakan suasana agar tetap hangat dan nyaman serta mengajak anggota kelompok untuk bersama-sama membangun kepercayaan. Konselor menjelaskan kembali tentang konseling kelompok. Kemudian konselor menanyakan kepada anggota tentang kesiapan mereka untuk melanjutkan kegiatan. Dalam tahap ini, konselor mencoba mengenali suasana kelompok serta memberikan contoh permasalahan pribadi yang akan dibahas nanti. |
| Tahap kegiatan | Pada tahap ini, langkah pertama adalah memberikan kesempatan kepada anggota kelompok untuk mengemukakan masalah mereka masing-masing secara bergantian. Selanjutnya, melakukan kesepakatan tentang masalah dari anggota mana yang akan dibahas lebih dahulu. |
| Tahap pengakhiran | Ini adalah tahap yang terakhir dari pelaksanaan konseling kelompok di mana konselor mengemukakan bahwa kegiatan akan segera berakhir. Pemimpin kelompok mempersilahkan kepada anggota kelompok untuk mengemukakan kesan dan penilaian mengenai kemajuan yang dicapai masing-masing anggota. |

Selama mengikuti kegiatan tersebut siswa dituntut untuk mampu memikirkan kembali tentang nilainya (kualitas dari perbuatan) hal ini upaya dalam konseling islam terhadap pemaknaan hijrah. Berikut ini akan diuraikan mengenai hasil penelitian tersebut. Konseling kelompok berbasis hadits yang dilakukan oleh peneliti melalui empat tahap yakni tahap awal (pembentukan), tahap peralihan, tahap kegiatan serta tahap pengakhiran, dalam pelaksanaannya diketahui bahwa konseling islam efektif untuk meningkatkan harga diri siswa dilihat dari kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebijakan (*Virtue*), Kompetensi (*competence*).

Fatimah (2006) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap positif seseorang individu yang memungkinkan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif, baik terhadap dirinya maupun terhadap lingkungan/situasi yang dihadapinya. Keyakinan tersebut muncul karena individu mampu mengukur benarnya kemampuan yang dimiliki. Kepercayaan diri merupakan ciri kepribadian yang mengandung arti keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri. Supriyo (2008) menyatakan bahwa kepercayaan diri adalah perasaan yang mendalam pada batin seseorang, bahwa dirinya mampu berbuat sesuatu untuk dirinya, keluarganya, masyarakatnya, umatnya dan agamanya. Sebaliknya orang rang kurang memiliki rasa percaya diri merasa tidak puas terhadap dirinya, mengasihani dirinya dan mudah menyerah.

Truong (2011) kepercayaan diri merupakan hasil dari perpaduan antara pikiran dan perasaan yang melahirkan perasaan rela terhadap dirinya sendiri. Dengan demikian kepercayaan diri, seseorang akan selalu merasa baik rela dengan kondisi dirinya, akan berfikir bahwa dirinya adalah manusia yang berkualitas di dalam berbagai bidang kehidupan, pekerjaan, kekeluargaan, dan kemasyarakatan, sehingga dengan sendirinya seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan selalu merasa bahwa dirinya adalah sosok yang berguna dan memiliki kemampuan untuk bersosialisasi dan bekerja sama dengan masyarakat lainnya dalam berbagai bidang. Rasa kepercayaan diri yang dimiliki seseorang akan mendorongnya untuk menyelesaikan sikap aktivitas dengan baik.

Hakim (2004) rasa kepercayaan diri yaitu suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya. Jadi, dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki

kepercayaan diri akan optimis didalam melakukan semua aktivitasnya, dan mempunyai tujuan yang realistis, artinya individu tersebut akan membuat tujuan hidup yang mampu untuk dilakukan dengan keyakinan akan berhasil atau akan mencapai tujuan yang akan ditetapkannya.

Siswa yang memiliki kepercayaan diri akan mampu mengetahui kelebihan yang dimilikinya, karena siswa tersebut menyadari bahwa segala kelebihan yang dimiliki jika tidak dikembangkan, maka tidak akan ada artinya, akan tetapi kalau kelebihan yang dimilikinya mampu dikembangkan dengan optimal maka akan mendatangkan kepuasan sehingga akan menumbuhkan kepercayaan diri Individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihannya dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah diperoleh dapat disimpulkan konseling islam efektif untuk meningkatkan harga diri siswa dilihat dari kekuatan (*power*), keberartian (*significance*), kebijakan (*Virtue*), Kompetensi (*competence*). Lebih lanjut pendekatan konseling islam dengan di dalam penerapannya mampu mempengaruhi komponen kognitif siswa sehingga mampu meningkatkan kepercayaan diri yang dimilikinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anandita, D. (2014). Konsumsi Tanda Pada Fashion Hijab (Deskripsi Konsumsi Fashion Hijab pada Anggota Hijab Beauty Community, Malang). *Jurnal Mahasiswa Sosiologi*, 3(1). [Google Scholar](#)
- Berk, L. E. (2004). *Awakening children's minds: How parents and teachers can make a difference*. Oxford University Press, USA. [Google Scholar](#)
- Burns, R. A., Crisp, D. A., & Burns, R. B. (2018). Competence and affect dimensions of self-concept among higher education students: a factorial validation study of an academic subject-specific self-concept. *European Journal of Psychology of Education*, 33(4), 649-663. <https://doi.org/10.1007/s10212-018-0369-x>
- Brown, C.S (2008). *From k-GED: Maine teenagers describe social, emotional, and relational factors and conditions involved in their decisions to drop out and complete with a GED*. Digitalcommons. [Google Scholar](#)
- Corbin, J., & Strauss, A. (2014). *Basics of qualitative research: Techniques and procedures for developing grounded theory*. Sage publications. [Google Scholar](#)
- Erol, RY., & Ulrich, O. 2011. Self-Esteem Development From age 14 to 30 Years: A Longitudinal Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101,3:607-619. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/a0024299>
- Erford, B.T., 2016. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. [Google Scholar](#)
- Fatimah. E (2006). *Psikologi Perkembangan: Perkembangan Peserta Didik*, Bandung: Pustaka Setia. [Google Scholar](#)
- Feist, Jess. Feist, Gregory J. (2010). *Teori Kepribadian*. Terjemahan. Jakarta: Salemba Humanika. [Google Scholar](#)
- Fitri, H. U., & Kushendar, K. (2021). Konsep Diri Positif Melalui Pemaknaan Hijrah Generasi Milenial Dilihat dari Perspektif Pendekatan Konseling Humanistik. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 3(1), 10-17. <https://doi.org/10.51214/bocp.v3i1.81>
- Saraswati, G. K., Zulpahiyana, Z., & Arifah, S. (2015). Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri remaja di SMPN 13 Yogyakarta. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 3(1), 33-38. [http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(1\).33-38](http://dx.doi.org/10.21927/jnki.2015.3(1).33-38)
- Hakim. T. (2004). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta: Puspa Swara. [Google Scholar](#)

- Hendel, Andrea. (2006). "Restoring Self-Esteem in Adolescent Males". *Reclaiming children And Youth*. 15,3: 175-178. [Google Scholar](#)
- Mastur, Sugiharto, D. Y. P. (2012). Konseling Kelompok Dengan Teknik Restrukturisasi Kognitif Untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri Siswa. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 1(2). [Google Scholar](#)
- Mruk, C.J. 2006. *Self Esteem Research, Theory and Practic: Toward A Positive Psychology of Self Esteem*. New York: Springer. [Google Scholar](#)
- Qodariah, S., Anggari, L. L., Islamiyah, N. N., & Widhy, V. R. (2018). Hubungan *self-control* dengan murū'ah pada anggota Gerakan Pemuda Hijrah di Masjid TSM Bandung. *Jurnal Psikologi Islam*, 4(2), 205-212. [Google Scholar](#)
- Setiawan, E. (2017). Makna Hijrah Pada Mahasiswa Fikom Unisba di Komunitas (followers) Account LINE@ DakwahIslam. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 10(1), 97-108. [Google Scholar](#)
- Supriyo. (2008). *Studi Kasus Bimbingan dan Konseling*. Semarang: Nieuw Setapak. [Google Scholar](#)
- Truong, Y., & McColl, R. (2011). Intrinsic motivations, self-esteem, and luxury goods consumption. *Journal of retailing and consumer services*, 18(6), 555-561. <https://doi.org/10.1016/j.jretconser.2011.08.004>
- Woolfolk, A. (2007). *Educational psychology (10th ed.)*. New York: Pearson Education, Inc. [Google Scholar](#)
- Zulfikar, Z., Hariko, R., Muwakhidah, M., & Aritonang, N. (2017). Konseling Humanistik: Sebuah Tinjauan Filosofi. *JURNAL KONSELING GUSJIGANG*, 3(1). <https://doi.org/10.24176/jkg.v3i1.1655>