ANALISIS KEPERCAYAAN DIRI MELALUI KONSEP 3M PADA SANTRI SD ISLAM ANNAJAH EKSTRAKURIKULER JURNALISTIK

Putri Widia Nur Azizah
Sekolah Tinggi Agama Islam Daarut Tauhiid
putriwidianurazizah@gmail.com

Abstract

Self-confidence is a definite thing that can be possessed by humans. To gain self-confidence, humans need effort by recognizing the essence, which is being able to carry out self-concept. Like SDI Annajah students who participated in journalistic extracurricular activities, it turned out to have different self-confidence when appearing in front of the class. So in this extracurricular journalistic activity can be a way to restore students' self-confidence by developing the potential that exists within them. In this study in order to be more meaningful in each process, a qualitative method was used with the type of case study, then the data collection technique used observation, interviews and documentation. Furthermore, data processing is carried out using data analysis that takes thematic analysis techniques, namely konsep 3M and triangulation of data sources. So the results of this study can be described based on the konsep 3M category including; (1) Mulai dari diri sendiri, SDI Annajah students gain their confidence through perception control. (2) Mulai dari yang terkecil, SDI Annajah students try to focus on optimizing their strengths and improving the shortcomings that exist within them. (3) Mulai dari sekarang, SDI Annajah students perform exercises consistently which refers to internalizing actions.

Keywords:
Self-Confidence, concept 3M, Santri SD Islam Annajah, Extracurricular Journalism.

Abstrak

Kepercayaan Diri merupakan hal pasti yang dapat dimiliki oleh manusia. Untuk mendapatkan Kepercayaan Diri manusia perlu usaha dengan cara mengenali hakikatnya yaitu mampu dalam melakukan konsep diri. Seperti pada santri SD Islam Annajah yang ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, ternyata memiliki rasa kepercayaan diri yang berbeda-beda pada saat tampil didepan kelas. Maka dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik ini dapat menjadi jalan untuk mengembalikan rasa kepercayaan diri santri dengan mengembangkan potensi yang ada didalam dirinya. Pada penelitian ini agar lebih memaknai disetiap prosesnya maka digunakan metode kualitatif dengan jenis studi kasus, lalu teknik pengumpulan datanya menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Selanjutnya dilakukan pengolahan data yaitu menggunakan analisa data yang mengambil teknik analisa tematik yaitu konsep 3M dan triangulasi sumber data. Maka hasil penelitian ini dapat dijabarkan berdasarkan kategori konsep 3M diantaranya yaitu; (1) Mulai dari diri sendiri, santri SD Islam Annajah mendapatkan kepercayaan dirinya melalui pengendalian persepsi. (2) Mulai dari yang terkecil, santri SD Islam Annajah berupaya fokus dalam mengoptimalkan kelebihan diri dan memperbaiki kekurangan yang ada didalam dirinya. (3) Mulai dari sekarang, santri SD Islam Annajah melakukan latihan secara konsisten yang mengacu pada internalisasi tindakan.

Kata Kunci :
Kepercayaan Diri, konsep 3M, Santri SD Islam Annajah, Ekstrakurikuler Jurnalistik.

Pendahuluan

Seiring berkembangnya zaman manusia dituntut untuk dapat beradaptasi yang sesuai dengan zamannya, agar keberadaannya tidak terasingkan atau bahkan tertinggal jauh. Sehingga tidak dapat dipungkiri proses adaptasi pada suatu individu tidak hanya didorong oleh faktor eksternal akan tetapi dibantu juga, oleh faktor internalnya. Salah satu faktor internal yang ada yaitu kemampuan dalam mengendalikan masalah kepercayaan diri, yang mana erat hubungannya dengan pribadi manusia itu sendiri. Meski manusia memiliki karakteristik yang berbeda-beda dalam hal watak, akan tetapi kepercayaan diri dapat dimiliki oleh seluruh umat manusia di muka bumi ini. Karena manusia memiliki keistimewaan yang Allah Ta'ala berikan, yaitu akal dan hati nurani, sehingga itulah yang membedakan manusia dengan makhluk lainnya. Seperti yang terkandung dalam firman-Nya sebagai berikut.

وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِيٓ ءَادَمَ وَحَمَلْنَٰهُمْ فِى ٱلْبَرِّ وَٱلْبَحْرِ وَرَزَقْنَٰهُم مِّنَ ٱلطَّيِّبَٰتِ وَفَضَّلْنَٰهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا

Artinya: "*Dan sesungguhnya telah Kami muliakan anak-anak Adam, Kami angkut mereka di daratan dan di lautan, Kami beri mereka rezeki dari yang baik-baik dan Kami lebihkan mereka dengan kelebihan yang sempurna atas kebanyakan makhluk yang telah Kami ciptakan*." (Q.S Al-Isra :70)

Dari ayat tersebut dapat diketahui bahwa manusia diberi kemuliaan serta kehormatan oleh Allah Ta'ala, artinya menempati kedudukan tertinggi diantara semua makhluk lainnya. Kemudian Allah Ta'ala memberikan karunianya dengan memberikan kelebihan akal untuk manusia agar dapat berpikir mengenai kehidupannya di muka bumi ini dengan begitu manusia dapat memelihara dirinya sendiri dan mampu memanfaatkan dengan baik pada rezeki yang sudah Allah Ta'ala turunkan di daratan dan di lautan. Oleh karena itu Allah Ta'ala menjadikan Nabi Muhammad Shalallahu Alaihi Wassalam sebagai Rasul sekaligus penutup dan penyempurna agama, tujuannya agar manusia dapat memiliki pedoman dalam hidup. Seperti yang disinggung sebelumnya mengenai akal, manusia dapat membedakan yang baik dan buruk serta memiliki kemampuan dalam berikhtiar untuk mencapai jalan yang diridhoi Allah Ta'ala (Al-Qodsi, 2015).

Kaitannya dengan kepercayaan diri manusia kerap kali diuji dengan berbagai hal yang dapat menggoyahkan keyakinannya seperti keraguan, rasa rendah diri, pesimis dan prasangka yang buruk. Sehingga tidak jarang kepercayaan diri itu akan memudar, apabila manusianya tidak berikhtiar untuk menemukan solusi yang dapat memantapkan keyakinan dirinya.

Seperti halnya yang dialami oleh sebagian santri di SD Islam Annajah khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, pada kegiatan ekstrakurikuler ini tentu memiliki tujuan yang baik untuk membantu mengembangkan bakat dan minat santri dalam bidang yang ditekuninya. Adanya kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik ini dapat menjadi salah satu pendukung sekolah agar tujuan untuk mencerdaskan anak bangsa dapat tercapai. Oleh karena itu ekstrakurikuler jurnalistik dapat menjadi wadah bagi para santri SD Islam Annajah untuk dapat mengembangkan kepercayaan diri dalam berpikir kritis serta mampu menyampaikan informasi dengan baik dan benar (Apriliyandari & Imron, 2014).

Akan tetapi setelah dilakukan praktek berbicara didepan kelas pada santri SD Islam Annajah yang ikut kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, beberapa santri masih tampak malu dan ragu untuk tampil di depan kelas, walaupun dalam praktiknya diperbolehkan untuk melihat catatan. Dan sebagian santri lainnya tampak antusias untuk tampil maju kedepan, meski dalam intonasi maupun penekanan disetiap kalimatnya masih keliru, sebagian santri tersebut masih mau mencoba tampil kembali dengan percaya diri serta mau memperbaiki setiap kekeliruan yang ada. Sedangkan untuk beberapa santri lainnya masih terlihat enggan untuk mencoba tampil, meski saat berlatih dengan ustadzahnya, secara penyampaian setiap kata atau kalimat intonasi dan penekanannya terbilang lebih baik.

Dari adanya perbedaan dalam kepercayaan diri santri SD Islam Annajah yang ikut kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik ini tentu terdapat faktor-faktor lain yang dapat mendasarinya. Salah satu faktornya itu berkaitan dengan kemandirian, individu yang memiliki kemandirian akan cenderung untuk berinisiatif dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Sehingga dapat mengetahui kelebihan maupun kekurangan yang ada didalam dirinya, dengan begitu individu tersebut mampu dalam memaksimalkan potensi kelebihan yang ada didalam dirinya. Dari kemandirian inilah yang dapat menciptakan kepercayaan diri. Sedangkan individu yang belum memiliki kepercayaan diri akan tampak pada reaksi psikologi dan fisiologisnya, seperti menarik diri dari hadapan banyak orang, cenderung berpikiran negatif dan tubuhnya bergetar disertai dengan keringat dingin (Wahyuni, 2013).

Akan tetapi kepercayaan diri pada individu bukanlah sesuatu yang sifatnya bawaan yang dimiliki orang tertentu saja, akan tetapi semua manusia dengan kepercayaan dirinya dapat dilatih melalui pembiasaan yang terus-menerus diterapkan. tujuannya agar kepercayaan diri dapat terpatri dalam diri manusia itu sendiri. Sehingga mampu mengendalikan emosi dalam setiap situasi dan kondisi yang berbeda-beda. Ketika dihadapan banyak orang, individu yang memiliki kepercayaan diri akan dapat dengan lugas dalam menyampaikan informasi kepada khalayak dengan baik dan benar. Oleh sebab itu, keaktifan individu dalam melakukan komunikasi yang dilakukan secara terus-menerus sebagai bagian dari upaya untuk melatih kemampuan berbicara dihadapan khalayak, akan mendapatkan banyak pengalaman. Dari pembiasaan lalu berubah menjadi pengalaman, tentu individu akan lebih percaya diri tampil dihadapan khalayak, karena individu tersebut sudah siap secara mental dalam menghadapi berbagai watak manusia dan percaya bahwa dirinya dapat menghadapi situasi sesulit apapun, berbekal dari pengalaman yang sebelumnya sudah dilakukan (Bukhori, 2016).

Kemudian selama dalam masa latihan yang dilakukan secara rutin juga memerlukan adanya penunjang lain, tujuannya untuk memberikan keyakinan yang kuat, dengan begitu akan berdampak kepada kepercayaan diri yang semakin memadai. Beberapa hal penunjang yang dapat dilakukan untuk membentuk kepercayaan diri yaitu; melalukan penilaian terhadap diri sesuai dengan kenyataan yang mana akan ada perbaikan secara berkala, setelah itu memberikan apresiasi terhadap hasil usaha sendiri dengan begitu akan muncul perasaan dihargai dan dihormati sehingga semakin semangat untuk terus melakukan latihan, kemudian selalu memikirkan hal yang positif karena pemikiran ini akan berdampak pada sudut pandang yang

dapat mempengaruhi tingkah laku individu, kemudian selalu mengucapkan kata-kata yang baik pada diri sendiri baik dengan cara lisan maupun tulisan karena hal ini dapat menjadi stimulasi untuk memunculkan kepercayaan diri dan terakhir mampu dalam mengambil keputusan disetiap situasi karena ada rasa tanggung jawab individu dengan begitu dapat mengambil keputusan dengan baik sebagai bagian dari penyelesaian masalah yang sedang dihadapinya (Blegur, 2020).

Dari berbagai penunjang diatas tentu akan lebih sempurna lagi apabila individu dapat diberikan pujian sebagai bentuk bahwa usahanya telah berhasil dilakukan dengan begitu seseorang akan merasa dirinya dipedulikan, diperhatikan serta didukung. Maka bentuk pujian ini dapat lebih memantapkan kepercayaan dirinya didepan khalayak. Hal ini menyesuaikan dengan santri SD Islam Annajah yang ikut dikegiatan ekstrakurikuler jurnalistik dengan rata-rata berusia 8 tahun sampai 12 tahun yang tentunya mentalnya masih dapat dikuatkan dan kemampuan kognitifnya masih dapat berkembang secara optimal. Dengan memberikan pujian terhadap individu akan membantu dalam membentuk kepribadiannya, hal ini dapat berdampak pada kreativitas yang dilakukan oleh seseorang ketika setelah atau sebelum mendapatkan pujian. Seseorang yang jarang mendapatkan pujian akan lebih memudar rasa percaya dirinya berbeda dengan seseorang yang selalu diberikan pujian secara mental akan lebih stabil dan merasa didukung oleh kelompok sosialnya, pujian ini lebih tepatnya dapat dilakukan oleh orang-orang terdekat maupun yang berada dilingkungannya (Rohmah, 2018).

Dikarenakan adanya perbedaan dalam hal kepercayaan diri pada santri SD Islam Annajah yang ikut kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, sudah tentu akan timbul citra diri yang berbeda juga dari setiap masing-masing santri, meski para santri masih terbilang di usia yang masih kategori anak-anak kepercayaan diri ini tentu akan membentuk citra diri dilingkungan teman-temannya. Dengan begitu setiap orang yang sudah memiliki kepercayaan diri yang baik otomatis akan mendapatkan kesan yang baik juga dari orang-orang yang melihatnya, begitupun sebaliknya dengan kurangnya kepercayaan diri pada santri, seseorang akan diberi kesan sebagai ketidak mampuannya dalam menghadapi masalah. Oleh karena itu citra diri ini akan didapatkan setelah orang tersebut memiliki kepercayaan diri yang baik (Ramadhani & Putrianti, 2014).

Oleh sebab itu untuk mengetahui kepercayaan diri pada santri ini diperlukan berbagai cara agar proses pelatihannya lebih bervariasi sehingga membuka peluang untuk para santri dalam memberikan ekspresi dan ide-ide terbaiknya. Karena setiap santri tentu memiliki gaya belajar yang berbeda-beda, apabila para santri diberi kesempatan dengan diberi ruang dalam melakukan berbagai kreasi hasil idenya sendiri tentu kepercayaan dirinya akan semakin timbul, seperti halnya latihan berbicara didepan kelas, dapat dilatih dengan berbagai macam cara salah satunya memberikan cermin untuk para santri agar dapat latihan dengan menatap dirinya sendiri lalu dapat mengetahui bagaimana penampilan yang baik ketika didepan maka ketika sudah mulai menunjukkan ketertarikannya untuk tampil berarti kepercayaan diri itu sudah muncul. Maka dari itu harus ada variasi agar santri dapat memilih dimana cara latihan ternyamannya untuk mendapatkan kepercayaan diri tersebut (Rizqi et al., 2016).

Sehubungan dengan itu seseorang yang memiliki kepercayaan diri tentu akan secara sadar mengetahui apa yang diingikannya serta dapat merasakan kendala yang terjadi pada dirinya, dengan begitu seseorang akan dengan cepat tanggap dalam meminimalkan dan memaksimalkan kelebihan serta kekurangan yang ada didalam diri. Ini disebut dengan konsep diri individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik, berarti sudah memiliki konsep diri yang benar pula, dikarenakan konsep diri merupakan suatu pengenalan terhadap diri dan secara sadar mampu mengendalikannya, artinya ini didasari pada kemampuan dalam melihat situasi bagaimana individu tersebut dalam pandangan orang lain, dengan begitu secara otomatis akan dapat memahami situasi tersebut (Novita, 2021).

Selaras dengan hal tersebut yang membahas mengenai kepercayaan diri yang berbeda-beda pada santri SD Islam Annajah yang ikut berkegiatan di ekstrakurikuler jurnalistik, maka penelitian ini menggunakan rumus konsep 3M sebagai bagian dari penentuan konsep diri dengan melihat proses santri dalam memunculkan rasa kepercayaan dirinya. konsep 3M ini merupakan rumus yang dicetuskan oleh gurunda Kyai Haji Abdullah Gymnastiar salah satu ulama terkemuka di Indonesia sekaligus pimpinan di Pesantren Daarut Tauhiid. Rumus konsep 3M ini diperuntukkan bagi seseorang yang ingin melakukan perubahan dengan cara yang tepat dan cepat. Rumus konsep 3M ini juga dapat menjadi pendukung untuk membentuk kepercayaan diri santri dalam melakukan perubahan dalam dirinya untuk selalu berikhtiar dalam hal ketaatan.

Maka tujuan dari adanya penelitian ini, untuk mengetahui Kepercayaan Diri yang ada pada santri SD Islam Annajah khususnya yang ikut kegiatan di ekstrakurikuler jurnalistik dengan menggunakan rumus konsep 3M yaitu (Mulai dari diri sendiri, Mulai dari yang terkecil, Mulai dari sekarang).

Metodologi

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kualitatif dengan jenis penelitiannya yaitu studi kasus. Menurut Kirk & Miller diungkapkan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu kebiasaan yang secara khusus dilakukan untuk meninjau ilmu pengetahuan sosial yang selalu didasari dari hasil pengamatan manusia baik dari segi lingkungannya maupun pemaknaannya. Persoalan tersebut digunakan untuk mengenali hal-hal yang sesuai dengan pengambilan makna yang baik dari adanya keberagaman pada manusia seperti tindakan, kepercayaan dan minat yang masing-masing dapat memiliki makna. Untuk itu berdasarkan pada permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini yaitu analisis kepercayaan diri melalui konsep 3M pada santri SD Islam Annajah dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, yang tentu akan membutuhkan pengamatan mendalam mengenai suatu kasus yang terjadi berkaitan dengan perbedaan kepercayaan diri santri ketika tampil di depan kelas (Anggito & Setiawan, 2018).

Sumber data yang digunakan yaitu sumber data primer dan sekunder. Sumber data primer diperoleh dari wawancara dan observasi. Sedangkan data sekundernya diperoleh dari dokumentasi dan berbagai referensi ilmiah lainnya yang membahas mengenai penelitian yang

terkait. Kemudian untuk teknik pengumpulan datanya menggunakan wawancara dengan narasumber yang daftar pertanyaannya sudah disesuaikan dengan kaidah pedoman wawancara, dengan tujuan agar tetap dalam ranah yang akan dibahas. Sedangkan hasil observasi, selama kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik berlangsung dengan waktu 4 minggu yang dilakukan melalui pengamatan secara langsung terkait kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik. Untuk itu narasumber yang terpilih yaitu sebanyak empat santri SD Islam Annajah yang ikut berkegiatan ekstrakurikuler jurnalistik akan dijadikan sebagai subjek penelitian ini yaitu dengan kriteria sudah mampu menghafal teks narasi yang diberikan oleh gurunya dan sudah praktik tampil berbicara di depan kelas. Maka dari keempat santri ini akan diamati proses kepercayaan dirinya melalui konsep 3M (Mulai dari diri sendiri, Mulai dari yang terkecil, Mulai dari sekarang).

Selanjutnya data akan dilakukan pengolahan melalui proses analisis data yang akan disusun secara sistematis dan tematik berdasarkan tiga kategori yaitu konsep 3M; Mulai dari diri sendiri, Mulai dari yang terkecil, Mulai dari sekarang. Dengan melalui pendekatan triangulasi sumber data, untuk menjamin keabsahan data yang dapat mencegah dari kekeliruan, sehingga peneliti dapat mengamati secara seksama keterkaitan antara berbagai data yang sudah diperoleh. Kelebihan pada triangulasi sumber data ini juga dapat menambahkan data sebagai pelengkap, dari data yang sudah diperoleh sebelumnya (Rukajat, 2018).

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Penelitian ini membahas mengenai kepercayaan diri santri SD Islam Annajah dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik, yang mana subjek memiliki kemampuan dalam berproses untuk mengembalikan rasa kepercayaan dirinya sehingga berani tampil dengan baik di depan kelas. Adapun proses dalam mengembalikan kepercayaan diri pada santri yaitu dengan menggunakan analisa pada konsep 3M (Mulai dari diri sendiri, Mulai dari yang terkecil, Mulai dari sekarang), berikut sebagai pembahasannya:

1. Gambaran Umum Tentang Ekstrakurikuler Jurnalistik di SD Islam Annajah

Kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik di SD Islam Annajah dilaksanakan setiap hari Kamis setelah semua pelajaran di sekolah berakhir, tepatnya di jam 13.00-14.30 WIB. Pada bidang jurnalistik anggotanya berjumlah 20 orang diantaranya yaitu ada santri kelas 2, kelas 4 dan kelas 6.

Peraturan yang diberlakukan selama kegiatan berlangsung yaitu, seluruh santri yang hadir di kelas sebelum kegiatan berlangsung, dianjurkan untuk membaca buku yang telah disediakan pembimbing terlebih dahulu selama 15 menit. Buku-buku yang disediakan oleh pembimbing ini jenisnya mengenai cerita teladan atau kisah-kisah para Nabi. Selanjutnya setelah selesai membaca buku, para santri diajak untuk bermain terlebih dahulu. Permainan yang sering dilakukan ini berhubungan dengan pengolahan informasi atau pesan, tujuannya sebagai stimulus para santri agar lebih semangat dalam berkegiatan.

Permainan yang dilakukan diantaranya yaitu ada main tebak gaya yang dilakukan dengan cara menggerakan tubuh sebagai komunikasi non-verbal oleh salah seorang santri

dan santri yang lainnya menutup matanya ketika gilirannya barulah dibuka matanya untuk menyampaikan kembali gerakan yang tadi diterima dari temannya, permainan ini bentuknya seperti pesan berantai tujuannya agar santri dapat berpikir secara kritis dan lebih percaya diri dalam menyampaikan pesan kepada orang lain.

Setelah permainan dilaksanakan selanjutnya adalah inti dari kegiatan jurnalistik, di SD Islam Annajah para santri diberikan pendidikan sesuai syariat Islam sehingga santri dibekali diri untuk dapat berdakwah kepada dirinya sendiri maupun orang lain. Untuk itu pada kegiatan jurnalistik di SD Islam Annajah berfokus pada keterampilan santri dalam menyampaikan informasi atau pesan kepada khalayak. Karena pada umumnya santri yang berada di tingkat sekolah dasar masih sederhana dalam mengolah informasinya. Jadi pesan yang dapatkan santri yaitu bersumber dari bacaan yang telah disediakan oleh pembimbing.

Santri yang sudah mendapatkan teks narasi ditugaskan untuk membaca, dan menghafal teks narasi tersebut. Selama dalam masa menghafal, santri diberi waktu untuk latihan sesuai kemampuannya. Setelah itu bagi santri yang sudah siap untuk tampil didepan akan disimak terlebih dahulu oleh pembimbing, lalu barulah dapat tampil ke depan untuk menyampaikan informasi sesuai dengan yang diingatnya lengkap dengan pembuka dan penutup.

2. Analisis 3M pada Santri SD Islam Annajah

a. M yang Pertama, Mulai dari Diri Sendiri

Dari keempat subjek tersebut didapatkan bahwa untuk mengembalikan kepercayaan dirinya yaitu santri SD Islam Annajah dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik dengan menjadi yang pertama untuk maju tampil di depan kelas. Subjek mengatakan bahwa mereka lebih merasa bersemangat ketika menjadi yang lebih dulu untuk tampil di depan, merekapun tidak menunggu ditunjuk oleh guru untuk maju kedepan. Karena menurut mereka ketika bersedia tampil tanpa disuruh adalah sebuah kebanggaan tersendiri untuk mengembalikan kepercayaan dirinya. Meski begitu dari keempat subjek ini memiliki bentuk yang berbeda dalam mengembalikan proses kepercayaan diri yang dimulai dari dirinya. Seperti pada subjek yang berinisial S1 menyatakan bahwa dengan menjadi orang yang lebih dulu tampil akan semakin memperkuat hafalan teksnya sehingga tidak mudah lupa. Pada subjek S2 menyatakan karena hafalannya sudah banyak jadi merasa sudah siap tampil. Kemudian pada subjek S3 mengatakan bahwa dirinya memang suka sekali tampil di depan kelas karena hal itu sangat menyenangkan bagi dirinya. Sedangkan pada S4 mengatakan karena untuk melawan rasa malu yang ada di dalam dirinya maka berusaha untuk mau tampil berbicara di depan kelas.

Tabel 1. Mulai dari diri sendiri

S1	Menjadi orang yang lebih dulu tampil akan semakin memperkuat hafalan teksnya
S2	Hafalannya sudah banyak jadi merasa sudah siap tampil

S3	Dirinya memang suka sekali tampil di depan kelas karena hal itu sangat menyenangkan
S4	Melawan rasa malu dengan berusaha tampil

Maka dapat diketahui bahwa hasil dari penelitian pada konsep M yang pertama yaitu Mulai dari diri sendiri, dapat mengindikasikan bahwa Subjek dapat mengendalikan diri dalam mengembalikan kepercayaan dirinya dengan menggunakan pengendalian persepsinya. Seperti yang dikatakan oleh Slameto bahwa persepsi merupakan suatu tahapan yang berkaitan dengan menginput pesan dan informasi yang diterima oleh otak. Lalu informasi dan pesan tersebut akan memicu adanya stimulus yang akan menjalar ke otak dengan begitu akan berubah menjadi suatu perilaku (Supratman & Mahadian, 2018).

Kemudian dapat diketahui juga bahwa, semua Subjek memiliki kemampuan dalam mengubah persepsi yang ada didalam dirinya yang dimana hal tersebut dapat mendorong dirinya untuk dapat bertindak. Inilah yang merupakan bagian dari kepercayaan diri dengan didasari oleh faktor yang ada didalam dirinya, karena Subjek mendapatkan kepercayaan diri yang didasari dari dirinya sendiri dengan tidak melihat orang lain. Oleh karena itu, kepercayaan diri pada santri SD Islam Annajah yang ikut ekstrakurikuler jurnalistik muncul akibat dari Subjek yang memiliki kemauan untuk memulai atas dirinya sendiri untuk memunculkan kepercayaan diri tersebut. Hal ini disebut dengan *Roles You Pay – Roles You Taking* yaitu bagian dari tahapan dalam melakukan konsep diri dengan cara melakukan perilaku yang selayaknya untuk ditunjukkan kepada khalayak, sehingga mendapatkan kesan yang baik bagi dirinya (Hartanti, 2018).

Sehubungan dengan keilmuan dalam bidang komunikasi Islam hal ini termasuk kedalam aktivitas yang melibatkan dialog diri untuk menyelaraskan antara pikiran,hati dan perilaku. Aktivitas tersebut dikenal dengan sebutan komunikasi intrapersonal, yaitu komunikasi yang dilakukan dalam rangka mengenal hakikat dirinya dan Tuhannya, sebagaimana yang telah dilakukan oleh nabi Ibrahim Alaihi Salam. Dari adanya komunikasi intrapersonal ini diperuntukkan agar manusia dapat memelihara dirinya dengan dapat merenungkan dan mempertimbangkan segala sesuatu baik dan buruknya sebelum diaplikasikan melalui tindakan. Tentunya dialog diri ini berdampak baik untuk menjaga keseimbangan dari sisi rasional dan sisi emosional manusia itu sendiri, karena adanya peran dari akal yang dapat menengahi dan mengontrol antara kepribadian manusia dan nafsunya supaya tetap berada di jalan yang benar (Arbi, 2019).

b. M yang Kedua, Mulai dari yang Terkecil

Berdasarkan dari hasil wawancara dapat diketahui bahwa keempat subjek memiliki langkah yang berbeda-beda dalam melakukan dari tahapan yang terkecilnya. Meskipun keempat subjek ini berbeda-beda dalam melakukan langkah-langkah kecilnya akan tetapi mereka memiliki tujuan yang sama yaitu untuk mengembalikan kepercayaan dirinya. Seperti yang diungkapkan oleh subjek yang berinsial S1 bahwa dirinya lebih fokus pada teks yang paling

dihafalnya terlebih dahulu meskipun masih terbilang sedikit hafalannya yang paling penting itu dapat membuatnya bisa tampil dengan lancar di depan kelas. Kemudian pada subjek S2 mengatakan bahwa dirinya akan memastikan terlebih dahulu bahwa hafalan dan penyampaiannya sudah baik dengan cara meminta bantuan kepada pembimbing untuk menyimak tampilan dirinya sebelum maju tampil di depan kelas. Lalu pada subjek S3 mengatakan bahwa meskipun dirinya tidak terlalu hafal pada teks narasi yang diberikan gurunya, akan tetapi dia memiliki caranya yaitu dengan membuat catatan dengan ukuran yang besar dan meminta bantuan teman untuk memegangi catatan tersebut yang dihadapkan kepada dirinya ketika tampil di depan kelas. Sedangkan pada subjek S4 karena dirinya merasa malu ketika tampil didepan kelas, jadi untuk mengembalikan rasa kepercayaan dirinya adalah dengan menatap teman yang terdekat terlebih dahulu lalu sesekali menatap ke arah depan dengan memandangi dinding kelas, tujuannya agar tetap fokus.

Table 2. Mulai dari yang terkecil

S1	Lebih fokus pada teks yang paling dihafalnya terlebih dahulu meskipun masih terbilang sedikit hafalannya
S2	Memastikan terlebih dahulu bahwa hafalan dan penyampaiannya sudah baik dengan cara meminta bantuan kepada pembimbing
S3	Membuat catatan dengan ukuran yang besar dan meminta bantuan teman untuk memegangi catatan tersebut
S4	Menatap teman yang terdekat terlebih dahulu lalu sesekali menatap ke arah depan dengan memandangi dinding kelas, tujuannya agar tetap fokus.

Dari hasil pernyataan tersebut maka dapat diketahui bahwa mereka melakukan berbagai cara agar dirinya dapat percaya diri untuk tampil didepan kelas. Dengan melakukan berbagai hal yang menurutnya paling mudah untuk dilakukan, dari sini keempat subjek mengetahui apa yang diinginkan oleh dirinya, sehingga dapat menutupi kekurangan dan lebih fokus untuk menunjukkan kelebihannya. Dari adanya hal tersebut maka keempat subjek sudah memiliki kemadirian dan inisiatif yang baik dalam membuat suatu keputusan. Menurut Jusuf Blegur bahwa individu yang dapat melihat situasi bahwa dirinya juga mampu memiliki kepercayaan diri yang baik seperti orang lain, akan dapat dengan mudah mengambil keputusan yang berkaitan dengan meyakininya bahwa tindakan yang akan dilakukannya untuk mengembalikan rasa kepercayaan diri sudah sesuai dengan kebutuhan situasi dan kondisi dirinya. Dengan begitu individu berarti sudah dapat mengatasi masalah yang ada di dalam dirinya dengan melakukan suatu keputusan yang dapat menunjukkan kelebihan yang ada didalam dirinya (Blegur, 2020).

Maka hal ini sesuai dengan teori tahapan dalam membangun kepercayaan diri, Mulai dari yang terkecil yaitu berkaitan dengan kelebihan dan kekurangan. Karena memusatkan titik fokus pada kelebihan diri akan menjadi kekuatan individu dengan terus mengoptimalkan dirinya pada apa yang dapat dikehendaki oleh dirinya sendiri. Setelah itu apabila sudah mampu dalam

menunjukkan kelebihannya, maka yang perlu menjadi perhatian adalah dengan memperbaiki kekurangan sedikit demi sedikit tentunya dengan tetap fokus untuk mengasah pada kelebihan diri daripada kekurangannya (Mildawani, 2014).

Adanya keterkaitan dengan komunikasi yaitu pada peran subjek sebagai komunikator yang mana untuk menyampaikan suatu informasi atau pesan komunikator harus memiliki penguasaan terhadap keilmuannya artinya komunikator mengetahui betul apa pesan yang disampaikannya sehingga meminimalisir dari adanya keberagaman persepsi. Berdasarkan pada prinsip komunikasi Islam, komunikator harus merujuk pada Al-Qur'an dan Sunnah sebagai petunjuk hidup maupun nasihat bagi dirinya. Seperti yang dialami oleh nabi Muhammad Shalallahu'alaihi Wassalam ketika jibril turun untuk memberi wahyu surat yang pertama turun adalah Al-Alaq yang dimana beliau diperintahkan untuk membaca, melalui kata *iqra* inilah kemudian beliau memulai langkah kecilnya dengan menelaah, meneliti dan mampu mengetahui ciri sesuatu yang baik maupun yang buruk.

c. M yang Ketiga, Mulai dari Sekarang

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa keempat subjek dapat mengembalikan kepercayaan dirinya melalui tindakan yang dilakukan secara cepat tanpa mengulur-ulur waktu. Karena ketika mereka diberi teks narasi lalu diperintahkan untuk membacakan di depan kelas, keempat subjek tidak melalaikan tugas tersebut, mereka langsung berlatih dengan caranya masing-masing untuk mempersiapkan diri tampil didepan kelas. Seperti pada subjek yang berinisial S1 mengatakan bahwa agar lebih tampil percaya diri, subjek langsung latihan didepan cermin yang tersedia di kelas. Lalu pada subjek S2 agar lebih percaya diri subjek langsung mencoba berlatih didepan kelas dengan menentukan posisi tubuh yang pas agar lebih menguasai panggung. Kemudian pada subjek S3 hampir sama dengan subjek S2 yaitu dengan mencoba tampil di depan kelas untuk melakukan latihan berbicara, subjek merasa tidak kesulitan karena baginya tampil didepan kelas merupakan suatu hal yang menyenangkan. Sedangkan pada subjek S4 untuk mengurangi rasa malunya ketika di depan kelas, subjek meminta bantuan pembimbing untuk melatih subjek agar dapat tampil dengan baik ketika tampil di depan kelas.

Table 2. Mulai dari sekarang

S1	Subjek langsung latihan didepan cermin yang tersedia di kelas
S2	Berlatih didepan kelas dengan posisi tubuh yang pas dapat menguasai panggung
S3	Berlatih di depan kelas secara langsung, merupakan kesenangan untuknya
S4	Meminta bantuan pembimbing untuk melatih subjek

Dari adanya pernyataan pada keempat subjek dapat diketahui bahwa untuk membangun kepercayaan diri merupakan sesuatu hal yang memerlukan latihan secara konsisten serta rutin untuk membentuk perwujudan dirinya agar lebih tampil optimal. Karena pada dasarnya untuk mengembalikan kepercayaan diri pada subjek itu memerlukan proses

sebagai pembentukan mentalnya. Oleh karena itu individu harus melakukan latihan secara rutin sehingga pembentukan kepercayaan dirinya cenderung lebih stabil dan tidak dapat berubah secara drastic (Supratman & Mahadian, 2018).

Selain itu proses pada M yang ketiga ini yaitu Mulai dari sekarang, sesuai dengan pembahasan yang berkaitan dengan internalisasi tindakan. Internalisasi tindakan ini individu memiliki kemauan dalam melakukan inisiatif pada kemandirian proses belajarnya. Berbagai tindakan yang dilakukan oleh individu diyakininya sebagai suatu perbuatan yang memiliki dampak baik untuk mengembalikan kepercayaan diri. Selain itu hal yang menjadi landasan utama dalam internalisasi tindakan adalah tidak berfokus pada "hambatan", untuk itu intenalisasi ini merupakan bagian dari keteladanan yang dapat dipraktikkan dalam mengembalikan kepercayaan diri subjek (Blegur, 2020).

Sehubungan dengan internalisasi tindakan yaitu erat kaitannya dengan komunikasi intrapersonal dalam membangun karakter manusia. Manusia senantiasa diliputi oleh *asimilasi* dan *sosialisasi* untuk membentuk karakternya. *Asimilasi* berhubungan dengan produktifitas manusia itu sendiri dalam menjalankan kehidupannya, sedangkan *sosialisasi* yaitu bagiaan dari adanya interaksi antara akal dengan hatinya untuk mewujudkan suatu aktivitas. Sehingga manusia dapat mengupayakan perubahan nasib dirinya yang dimulai dari adanya tindakan yang dilakukan secara rutin sehingga menjadi suatu kebiasaan. Adapun tindakan yang berhasil akan didasari pada pribadi yang unggul yaitu seperti adanya keterbukaan, kejujuran, dapat bertanggung jawab, mau mengambil resiko dan selalu mengawali aktivitasnya dengan niat yang benar disertai dengan do'a (Arbi, 2019).

Simpulan

Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada santri SD Islam Annajah yang ikut dalam kegiatan ekstrakurikuler jurnalistik dapat memenuhi seluruh tahapan dalam mengembalikan kepercayaan dirinya melalui konsep 3M (Mulai dari diri sendiri, Mulai dari yang terkecil, Mulai dari sekarang).

Seperti M yang pertama, Mulai dari diri sendiri para santri SD Islam Annajah dapat mengelola persepsinya dengan baik hal itu ditunjukkan dengan antusiasnya para santri untuk berlomba-lomba tampil lebih dulu didepan kelas. M yang kedua, Mulai dari yang terkecil para santri SD Islam Annajah melakukan pengalihan fokus dengan cara yang sederhana artinya mudah untuk dilakukan oleh dirinya untuk memperbaiki kekurangan serta mengoptimalkan kelebihan. M yang ketiga, Mulai dari sekarang para santri SD Islam Annajah melangsungkan latihan yang dilakukan secara konsisten sehingga menjadi suatu kebiasaan, upaya tersebut disebut dengan internalisasi tindakan.

Adanya rumus 3 M ini dapat menjadi tambahan untuk memperluas ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang komunikasi secara intrapersonal yang dapat membangun kepercayaan diri seseorang melalui interaksi kepada diri sendiri. Akan tetapi, untuk mengetahui

kebermanfaatan 3 M ini maka memerlukan pengkajian khusus yang dilakukan secara mendalam. Agar dapat ditetapkan secara teorikal dalam bidang akademik.

Daftar Pustaka

Al-Qodsi, A. S. A. (2015). Manifestasi karamah insaniah dan ciri-ciri keistimewaannya dalam al-Quran al-Karim. *Jurnal Islam Dan Masyarakat Kontemporari*, *11*, 90.

Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).

Apriliyandari, R., & Imron, A. (2014). Pengelolaan ekstrakurikuler jurnalistik untuk meningkatkan keterampilan menulis siswa. *Manajemen Pendidikan*, *24*(4), 305–314.

Arbi, A. (2019). *Komunikasi Intrapribadi: Integrasi Komunikasi Spiritual, Komunikasi Islam, dan Komunikasi Lingkungan*. Prenada Media.

Blegur, J. (2020). *Soft skills untuk prestasi belajar: Disiplin percaya diri konsep diri akademik penetapan tujuan tanggung jawab komitmen kontrol diri*. Scopindo Media Pustaka.

Bukhori, B. (2016). Kecemasan berbicara di depan umum ditinjau dari kepercayaan diri dan keaktifan dalam organisasi kemahasiswaan. *Jurnal Komunikasi Islam*, *6*(1), 158–186.

Hartanti, J. (2018). *Konsep diri (Karakteristik berbagai usia)*. Adhi Sarana Nusantara.

Mildawani, T. S. (2014). Membangun kepercayaan diri. *Jakarta Timur: Lestari Kiranatama*.

Novita, L. (2021). Pengaruh konsep diri terhadap kepercayaan diri siswa. *Jurnal Pendidikan Dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar (JPPGuseda)*, *4*(2), 92–96.

Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antara kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal Spirits*, *4*(2), 22–32.

Rizqi, A. A., Suyitno, H., & Sudarmin, S. (2016). Analisis kemampuan komunikasi matematis ditinjau dari kepercayaan diri siswa melalui blended learning. *Unnes Journal of Mathematics Education Research*, *5*(1), 17–23.

Rohmah, J. (2018). Pembentukan kepercayaan diri anak melalui pujian. *Martabat*, *2*(1), 117–134.

Rukajat, A. (2018). *Pendekatan penelitian kualitatif (Qualitative research approach)*. Deepublish.

Supratman, L. P., & Mahadian, A. B. (2018). *Psikologi komunikasi*. Deepublish.

Wahyuni, S. (2013). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan berbicara di depan umum pada mahasiswa psikologi. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, *1*(4).