

Pengaruh Evaluasi Diri Terhadap Kepercayaan Diri Dalam Pergaulan di Masa Pembelajaran Daring

Nur Auliya Rahmah Faizin*, Rakhmaditya Dewi Noorrizki

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: nur.auliya.2108116@students.um.ac.id

Abstract

In 2020, the COVID-19 virus was declared to have entered Indonesia. The World Health Organization has designated COVID-19 as a pandemic. President Joko Widodo decided to impose large-scale social restrictions (PSBB), activities in schools and workplaces were closed and activities in public places or facilities and religious places were also restricted. Online learning as an alternative to learning is immediately implemented so that students continue to get an education and can still interact with friends and teachers even though they are quarantining at home during a pandemic. Online learning which initially became a new experience for students then began to bring up one by one obstacles, one of which was the lack of interaction by students with the social environment. The purpose of this study was to identify the factors causing the lack of social interaction of students with their social environment and determine whether self-evaluation can affect self-confidence and can be a solution to increase self-confidence. The method used in this article is literature review. It was found that the lack of social interaction caused by lack of intense communication with peers, lack of social support, and self-evaluation was influential in increasing self-confidence.

Keywords: self-confidence; self-evaluation; online learning; social interaction

Abstrak

Pada tahun 2020, virus COVID-19 dinyatakan telah masuk ke Indonesia. World Health Organization telah menetapkan status COVID-19 sebagai pandemi. Presiden Joko Widodo memutuskan untuk memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), kegiatan di sekolah dan tempat kerja diliburkan lalu kegiatan di tempat atau fasilitas umum dan tempat keagamaan juga dibatasi. Pembelajaran daring sebagai alternatif pembelajaran segera dilaksanakan agar para pelajar tetap mendapatkan pendidikan dan tetap dapat berinteraksi dengan teman dan juga para guru meskipun sedang melakukan karantina di rumah disaat pandemi. Pembelajaran daring yang awalnya menjadi pengalaman baru bagi para pelajar kemudian mulai memunculkan satu persatu hambatan, salah satunya kurangnya interaksi oleh para siswa dengan lingkungan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor penyebab kurangnya interaksi sosial siswa dengan lingkungan sosialnya dan mengetahui apakah evaluasi diri dapat mempengaruhi kepercayaan diri serta dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kepercayaan diri. Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah *literature review*. Ditemukan hasil bahwa kurangnya interaksi sosial disebabkan oleh kurangnya komunikasi yang intens dengan teman sebaya, kurangnya dukungan sosial, serta evaluasi diri berpengaruh dalam meningkatkan kepercayaan diri.

Kata kunci: kepercayaan diri; evaluasi diri; pembelajaran daring; interaksi sosial

1. Pendahuluan

Pada tahun 2020, virus COVID-19 dinyatakan telah masuk ke Indonesia. World Health Organization sendiri telah menetapkan bahwa status COVID-19 ini sebagai pandemi, berita ini membuat seluruh negara harus melakukan isolasi untuk mencegah penyebaran virus COVID-19 termasuk juga Indonesia. Dilansir dari data Satuan Tugas Penanganan COVID-19, jumlah kasus terkonfirmasi positif tertinggi yang dicapai di Indonesia adalah sebanyak 64.718 kasus pada 16 Februari 2022. Untuk melakukan pencegahan COVID-19, Presiden Joko Widodo dalam

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 21 Tahun 2020 memutuskan untuk memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), dimana kegiatan seperti di sekolah dan tempat kerja akan diliburkan lalu kegiatan di tempat atau fasilitas umum dan tempat keagamaan juga akan dibatasi.

Melihat berita ini, membuat masyarakat Indonesia tidak punya pilihan lain selain mengikuti aturan pemerintah agar tetap terjaga dari COVID-19. Masyarakat terpaksa harus merubah rutinitas harian mereka dengan tetap berada di dalam rumah dalam jangka waktu yang belum dapat ditentukan. Karantina atau isolasi ini menjadi pengalaman yang tidak biasa dan tidak menyenangkan bagi semua orang karena melibatkan kontak dengan teman dan keluarga, juga kegiatan rutinitas sehari-hari yang biasanya dilakukan, pengaruh dari isolasi ini dapat mengakibatkan munculnya gejala mental, seperti stres, tekanan emosional, kebosanan, kesepian, dan lain-lain (Usher dkk., 2020). Memperhatikan nasib para penerus bangsa yaitu para pelajar, Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Nadiem Makarim segera mengambil tindakan dengan mengeluarkan Surat Edaran No. 4 Tahun 2020 agar dilaksanakannya pembelajaran daring sebagai alternatif pembelajaran agar para pelajar tetap mendapatkan pendidikan dan tetap dapat berinteraksi dengan teman dan juga para guru meskipun sedang melakukan karantina di rumah disaat pandemi.

Seiring berjalannya waktu hingga sekarang pandemi sudah jadi lebih membaik, namun pembelajaran daring masih diberlakukan hingga saat ini di banyak sekolah di Indonesia. Pembelajaran daring yang awalnya menjadi pengalaman baru bagi para pelajar kemudian mulai memunculkan satu persatu hambatan. Tidak bertemu dengan orang lain dan hanya mengurung diri di rumah dapat menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi munculnya sikap anti sosial (Fikri, 2020). Bersosialisasi dengan lingkungan terutama teman dapat mendukung perkembangan psikososial anak, anak akan lebih memahami situasi sekitar dan dapat mengembangkan kemampuan emosinya ketika berhubungan dengan orang lain (Dwiputra, 2020).

Dari pemaparan di atas, salah satu hambatan yang muncul di saat pembelajaran daring yaitu kurangnya interaksi oleh para siswa dengan lingkungan sosial mereka merupakan permasalahan yang menarik untuk dibahas agar para orang dewasa dapat meminimalisir dampak negatif yang dapat muncul di masa mendatang nanti. Oleh karena itu, dalam penulisan artikel ini akan dibahas mengenai hambatan interaksi siswa saat pembelajaran daring melalui perspektif psikologi sosial. Adapun tujuan dari penulisan artikel ini adalah untuk mengidentifikasi faktor penyebab kurangnya interaksi sosial siswa dengan lingkungan sosialnya dan mengetahui apakah evaluasi diri dapat mempengaruhi kepercayaan diri serta dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kepercayaan diri. Teori yang akan digunakan dalam penulisan artikel *literature review* ini adalah teori model pemeliharaan evaluasi diri yang dikemukakan oleh Tesser.

1.1. Kajian Literatur

1.1.1. Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)

Bandura mengungkapkan bahwa makna kepercayaan tidak memiliki penegasan terhadap suatu perilaku atau kompetensi yang ada dalam diri individu, hanya mencerminkan seberapa kuat kepastian tentang suatu kinerja atau persepsi (Cramer dkk., 2009). Suatu keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menampilkan perilaku tertentu atau mencapai target tertentu merupakan kepercayaan diri yang dimaknai oleh

Taylor (Taylor, 2013). Individu yang tidak memiliki kepercayaan diri, mereka cenderung berpandangan negatif, dan beranggapan apapun rintangan yang mereka lalui tidak ada terdapat jalan keluar. Mereka juga berpandangan bahwa kemampuan mereka terbatas dan tidak mungkin dapat mencapai keberhasilan. Individu yang memiliki kepercayaan diri rendah, cenderung bersikap pesimis dalam menjalani sesuatu. Terdapat beberapa aspek-aspek *self-confidence*, antara lain:

- a) Keyakinan terhadap kemampuan diri bahwa individu sangat memahami dirinya sendiri.
- b) Optimisme dalam memandang segala hal seperti diri sendiri, kemampuan yang dimiliki, dan harapan.
- c) Objektif dalam memandang suatu permasalahan dan tidak membawa opini pribadi tanpa mencari kebenaran aslinya.
- d) Bertanggung jawab terhadap konsekuensi yang telah menjadi tanggungannya.
- e) Rasional atau realistis terhadap segala hal menggunakan pemikiran yang masuk akal (Andayani & Amir, 2019).

1.1.2. Evaluasi Diri (*Self-Evaluation*)

Model pemeliharaan evaluasi diri mendeskripsikan dua proses dasar, yaitu proses refleksi dan proses perbandingan yang berkaitan dengan dimensi kinerja, kedekatan, dan relevansi. Model pemeliharaan evaluasi diri menunjukkan kondisi yang mendorong seseorang akan menuju pada proses pencerminan atau proses perbandingan. Evaluasi diri seseorang dapat ditingkatkan oleh kinerja baik orang lain (proses pencerminan) atau diturunkan oleh kinerja baik orang lain (proses perbandingan). Semakin tidak relevannya dimensi (kinerja, kedekatan, dan relevansi) dengan identitas diri seseorang maka akan semakin terlibat dalam pencerminan dengan orang lain (Beach & Tesser, 2000).

Dalam beberapa kasus, untuk tetap mempertahankan pandangan positif tentang diri sendiri, secara umum seorang individu akan lebih dekat dengan orang lain yang berkinerja lebih buruk dan akan lebih menjauh dari orang lain yang berkinerja lebih baik daripadanya agar harga dirinya tetap terlindungi (Baron & Branscombe, 2012). Kegiatan evaluasi diri ini terdiri dari pengukuran dan penilaian (Hidayat & Asyafah, 2019), bagaimana individu dapat mengukur kelebihan dan kekurangannya sehingga individu dapat menilai dirinya sebagai pribadi yang positif atau negatif.

Prinsip implementasi evaluasi diri berorientasi pada tujuan untuk mengukur dan menilai suatu kemampuan atau kinerja individu, kriteria keberhasilan yakni kontribusi diri sendiri dan pihak luar, asas manfaat yaitu memberikan manfaat jelas dan memiliki sebuah masukan untuk kedepannya, dan perlu objektivitas yakni dengan menyadari seluruh kekurangan dan kelebihan yang dimiliki individu (Nuchron dkk., 2013). Kemudian hasil dari evaluasi diri akan menjadi bahan perbaikan dan peningkatan bagi individu, hasil dari evaluasi ini perlu dilakukan secara kontinu agar individu dapat mengetahui bagaimana perkembangan dalam dirinya.

2. Metode

Artikel ini dirancang dengan penelitian kualitatif. Analisis data yang dilakukan adalah dengan menggunakan metode *literature review*. *Literature review* dapat diartikan sebagai metode yang memadukan perspektif dan temuan dari penelitian sebelumnya agar dapat menjawab pertanyaan penelitian, posisi *literature review* sangat penting sebagai landasan semua jenis penelitian (Snyder, 2019). Subjek penelitian yang dipilih oleh penulis untuk

menyusun artikel *literature review* ini adalah para siswa yang merasakan pembelajaran daring. Instrumen dan prosedur pengumpulan data yang dilakukan penulis adalah studi dokumentasi dari dokumen resmi internal yaitu peraturan-peraturan resmi pemerintah dan eksternal yaitu berita dari media massa (Nilamsari, 2014). Pengumpulan data juga didukung oleh Google Scholar, Scopus, dan PubMed.gov dengan menggunakan kata kunci dan sinonimnya yang terdiri dari: pembelajaran daring (*online school*); interaksi sosial (*social interaction*); evaluasi diri (*self-evaluation*); dan kepercayaan diri (*self-confidence*).

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Faktor penyebab kurangnya interaksi

Dalam pembelajaran daring ini, siswa diharuskan untuk terbiasa belajar melalui gadget dengan memanfaatkan fitur-fitur pendukung belajar seperti WhatsApp, Google, Zoom, Google Meet, Youtube, E-Learning, dan sebagainya. Dengan siswa melakukan pembelajaran melalui gadget hingga hitungan bulan, siswa jadi memiliki pengalaman bersosialisasi yang kurang. Tidak adanya interaksi yang intens antar sesama teman sekolah dapat memunculkan rasa tidak percaya diri, susah berbaur, dan canggung dalam diri siswa tersebut. (Yusuf & Setiawan, 2021). Rasa tidak percaya diri tersebut kemudian membuat siswa lebih memilih untuk diam daripada mengobrol dengan teman-teman mereka (Aisyiyah, 2021). Dukungan sosial yang diberikan kepada siswa dalam tingkat yang tidak dalam kategori tinggi dapat menunjukkan bahwa siswa tersebut tidak selalu mendapat bantuan dan pengakuan, perhatian dan penghargaan orang lain. Siswa tersebut juga kurang mendapat perasaan dibutuhkan atau dianggap penting dari lingkungan (Muflihah & Savira, 2021), dari penelitian ini kurang dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap kepercayaan diri. Sangat disayangkan karena kepercayaan diri merupakan kemampuan yang sangat penting bagi seseorang agar dapat hidup dan bertahan di kehidupan bermasyarakat yang luas.

3.2. Meningkatkan kepercayaan diri

Cara seseorang berpikir tentang dirinya sendiri tergantung standar perbandingan yang digunakan. Secara umum, seseorang lebih ingin untuk melihat dirinya secara positif. Namun, dengan mengevaluasi diri seseorang dapat mengetahui kelebihan dan kekurangan apa yang perlu diperbaiki dalam dirinya. Begitu juga untuk meningkatkan kepercayaan diri, seseorang bisa mengevaluasi kemampuan apa saja yang bisa dikembangkan agar mampu untuk bertahan di lingkungan sosialnya, ini merupakan langkah pertama dan utama dalam membangun rasa percaya diri. Dengan mengetahui kemampuan yang dimiliki ini, siswa dapat menempatkan diri mereka dengan kelompok sosial yang sama dengan sehingga dapat memudahkan interaksi sosial.

Kepercayaan diri dibentuk dan dipelajari melalui proses belajar bersama lingkungan sosialnya. Memberikan dukungan dan arahan oleh para guru dan orangtua kepada anak atau siswa bagaimana cara untuk membuat interaksi yang baik dapat melatih anak agar dapat lebih terbuka kepada temantemannya. Memberikan semangat dan pujian terhadap segala hal baik yang telah dilakukan anak juga dapat membuat anak jadi pribadi yang lebih berani dalam melakukan segala hal. Setiap ucapan yang dapat menyakiti anak dapat berpengaruh besar terhadap kehidupan anak hingga masa dewasanya nanti (Erniwati & Fitriani, 2020). Kepercayaan diri adalah kemampuan yang dapat dipelajari setiap orang dan membangun kepercayaan diri akan mempengaruhi aspek-aspek dalam kehidupan kita, sehingga penting untuk memiliki kepercayaan diri yang baik. Sama pentingnya juga dengan interaksi sosial. Interaksi sosial dapat membantu siswa mendapatkan pengalaman dan pengetahuan dari

orang lain, belajar untuk bekerja sama, melatih solidaritas dengan teman, dapat memecahkan masalah bersama-sama, dan masih banyak lagi.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa evaluasi berpengaruh terhadap kepercayaan diri. Penyebab kurangnya interaksi dalam pembelajaran *daring* adalah karena kurangnya kepercayaan diri yang dapat disebabkan oleh kurangnya dukungan sosial sehingga siswa jadi merasa kurang diperhatikan, kurang dibutuhkan, dan tidak adanya komunikasi secara intens dengan teman sebaya. Penyebab ini dapat diatasi dengan evaluasi diri. Evaluasi diri dapat membantu siswa untuk menemukan kelebihan dan kekurangannya, dari dua komponen ini dapat membantu siswa untuk menempatkan diri di lingkungan sosial yang relevan sehingga dapat memudahkan dan menambah kepercayaan diri mereka dalam berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Interaksi sosial dan kepercayaan diri sangatlah penting untuk mempersiapkan para siswa agar dapat menyesuaikan diri di lingkungan bermasyarakat yang lebih luas.

Daftar Rujukan

- Aisyiyah, D. F. (2021). Pola interaksi sosial dengan teman sebaya pada proses pembelajaran jarak jauh: Studi kasus siswa Kelas 7 di SMP 3 Muhammadiyah Kepanjen.
- Andayani, M., & Amir, Z. (2019). Membangun Self-Confidence Siswa melalui Pembelajaran Matematika. *Desimal: Jurnal Matematika*, 2(2), 147-153. <http://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/desimal/index>
- Baron, R. A., & Branscombe, N. R. (2012). *Social Psychology* (13th ed.). Pearson Education, Inc.
- Beach, S. R. H., & Tesser, A. (2000). *Self-Evaluation Maintenance and Evolution*. Springer, Boston, MA. https://doi.org/10.1007/978-1-4615-4237-7_7
- Cramer, R. J., Neal, T. M. S., & Brodsky, S. L. (2009). SELF-EFFICACY AND CONFIDENCE: THEORETICAL DISTINCTIONS AND IMPLICATIONS FOR TRIAL CONSULTATION. *Consulting Psychology Journal*, 61(4), 3119-334. <https://doi.org/10.1037/a0017310>
- Dwiputra, K. O. (2020, September 12). Agar Anak Tidak 'Kuper' Selama Sekolah di Rumah. *KlikDokter*. Retrieved Mei 16, 2022, from <http://klikdokter.com/info-sehat/read/3643885/agar-anak-tidak-kuper-selama-sekolah-di-rumah>
- Erniwati, & Fitriani, W. (2020). FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB ORANG TUA MELAKUKAN KEKERASAN VERBAL PADA ANAK USIA DINI. *Yaa Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(1), 1-8. <https://doi.org/10.24853/yby.4.1.1-8>
- Fikri, D. A. (2020, August 23). Apakah Sekolah Daring Bikin Anak Jadi Anti-Sosial? *Lifestyle Okezone*. <https://lifestyle.okezone.com/read/2020/08/23/196/2265996/apakah-sekolah-daring-bikin-anak-jadi-anti-sosial>
- Hidayat, T., & Asyafah, A. (2019). KONSEP DASAR EVALUASI DAN IMPLIKASINYA DALAM EVALUASI PEMBELAJARAN PENDIDIKAN AGAMA ISLAM DI SEKOLAH. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, 10(1), 159-181. <https://doi.org/10.24042/atjpi.v10i1.3729>
- Muflihah, L., & Savira, S. I. (2021). Pengaruh Persepsi Dukungan Sosial Terhadap Burnout Akademik Selama Pandemi. *Jurnal Penelitian Psikologi Mahasiswa*, 8(2), 201-211.
- Nilamsari, N. (2014). MEMAHAMI STUDI DOKUMEN DALAM PENELITIAN KUALITATIF. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 13(2), 177-181. <https://doi.org/10.32509/wacana.v13i2.143>
- Nuchron, N., Soenarto, & Sudarsono, F. (2013). Model evaluasi diri sekolah menengah kejuruan di Daerah Istimewa Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Vokasi*, 3(1), 40-52. <https://doi.org/10.21831/jpv.v3i1.1583>
- Peraturan Pemerintah No. 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2020 No. 91)
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, 104, 333-339. <https://doi.org/10.1016/j.jbusres.2019.07.039>

Surat Edaran Menteri Pendidikan Dan Kebudayaan No. 4 Tahun 2020 tentang Pelaksanaan Kebijakan Pendidikan Dalam Masa Darurat Penyebaran Coronavirus Disease (Covid-19)

Taylor, R. (2013). *Kiat-Kiat Pedagogis Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Usher, K., Bhullar, N., & Jackson, D. (2020). Life in the pandemic: Social isolation and mental health. *Journal of Clinical Nursing*, 29(15-16), 2756–2757. 10.1111/jocn.15290

Yusuf, D., & Setiawan, R. (2021). COVID-19: RELASI SOSIAL SISWA DI BANTEN PADA PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ). *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 10(2), 115-128. <https://doi.org/10.21831/dimensia.v10i2.47297>