



## Pengembangan Jati Diri Melalui Refleksi dan Eksplorasi : Peran Lingkungan Serta Cipta, Rasa, dan Karsa Dalam Membangun Kepercayaan Diri

Nazwa Laila Rizki<sup>1\*</sup>, Edy Soesanto<sup>2</sup>, Fadhli Fathurrahman<sup>3</sup>, Adji Surya Saputra<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Program Studi Teknik Lingkungan, Fakultas Teknik Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, Indonesia

[202410245017@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202410245017@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>1\*</sup>, [edy.soesanto@dsn.ubharajaya.ac.id](mailto:edy.soesanto@dsn.ubharajaya.ac.id)<sup>2</sup>,  
[202410245009@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202410245009@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>3</sup>, [202410245018@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202410245018@mhs.ubharajaya.ac.id)<sup>4</sup>

Korespondensi Penulis: [202410245017@mhs.ubharajaya.ac.id](mailto:202410245017@mhs.ubharajaya.ac.id)\*

**Abstract.** Education plays a very important role in the process of improving the quality of human resources. Improving the quality of education is a process that is integrated with the process of improving the quality of human resources themselves. Improving the quality of human resources, namely development in building self-identity, can be achieved through a process that involves in-depth reflection and exploration of individual potential. This research aims to analyze the role of the environment and the elements of creativity, feeling and initiative in building self-confidence as part of forming one's identity. The environment, whether family, education, or society, plays a major supporting role in providing space that facilitates self-exploration. Meanwhile, the elements of creativity, feeling, and initiative become the internal foundation that moves individuals to recognize potential, face challenges, and achieve their life goals. With this development of identity, it is hoped that this can be a solution for them to gain progress, namely self-confidence, by helping to contribute to various activities, apart from that it can also make them balanced individuals who have great concern for the environment.

**Keywords:** Development of identity, Self-confidence, Challenges, Elements of creativity, Feeling, Intention, Family, Environment.

**Abstrak.** Pendidikan memegang peranan yang sangat penting dalam proses peningkatan kualitas sumber daya manusia. Peningkatan kualitas pendidikan merupakan suatu proses yang terintegrasi dengan proses peningkatan kualitas sumber daya manusia itu sendiri. Peningkatan kualitas sumber daya manusia yaitu pengembangan dalam membangun jati diri dapat dicapai melalui proses yang melibatkan refleksi mendalam dan eksplorasi potensi individu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran lingkungan serta elemen cipta, rasa, dan karsa dalam membangun kepercayaan diri sebagai bagian dari pembentukan jati diri. Lingkungan, baik keluarga, pendidikan, maupun masyarakat, berperan sebagai pendukung utama dalam memberikan ruang yang memfasilitasi eksplorasi diri. Sementara itu, elemen cipta, rasa, dan karsa menjadi fondasi internal yang menggerakkan individu untuk mengenali potensi, menghadapi tantangan, serta mencapai tujuan hidupnya. Dengan Pengembangan jati diri ini diharapkan dapat menjadi salah satu solusi bagi mereka untuk mendapatkan kemajuan yaitu kepercayaan diri, dengan membantu memberikan kontribusi dalam berbagai kegiatan, selain itu juga dapat menjadikan mereka sebagai pribadi yang seimbang dan memiliki kepedulian yang besar terhadap lingkungan.

**Kata Kunci :** Pengembangan jati diri, Kepercayaan diri, Tantangan, Elemen cipta, rasa, Karsa, Keluarga, Lingkungan.

### I. PENDAHULUAN

Pengembangan jati diri merupakan proses penting yang menentukan kepribadian, keyakinan, dan arah hidup seseorang. Dalam konteks ini, jati diri tidak hanya terbentuk dari faktor internal seperti cipta, rasa, dan karsa, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor eksternal, seperti lingkungan sosial. Lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki peran strategis sebagai wadah pembentukan karakter yang membangun kepercayaan diri individu.

Anthony (1992:32) berpendapat bahwa rasa percaya diri adalah sikap seseorang yang menerima kenyataan, mengembangkan rasa percaya diri, berpikir positif, mandiri, serta mempunyai kemampuan untuk memiliki dan mencapai apa pun yang diinginkannya. Menurut Angelis, ciri-ciri orang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi antara lain rasa aman dan kemampuan dalam melakukan sesuatu, rasa aman bahwa dirinya mampu mengatasi segala permasalahannya sendiri, rasa aman bahwa dirinya mampu mengatasi segala rintangan, dan rasa bahwa mereka benar-benar percaya pada orang lain. Hal ini mencakup rasa aman bahwa Anda bisa mendapatkan bantuan saat Anda membutuhkannya. Teori (2000:19) Menurut teori Darajad (1992:42), ciri-ciri orang yang percaya diri rendah antara lain menghindari interaksi dengan orang lain, terisolasi, tidak berani mengemukakan pendapat, dan tidak berani bertindak atau berinisiatif. Ini termasuk bersikap pesimistis. .

Selain itu,, kurangnya rasa percaya diri dalam berhubungan dengan orang lain dipandang sebagai rendahnya harga diri, rasa malu, kebingungan, dan kerendahan hati yang berlebihan (Lauster, 2002:12). Faktor-faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri antara lain faktor internal seperti konsep diri dan harga diri, kondisi fisik, kegagalan dan keberhasilan, pengalaman hidup, dan peran lingkungan keluarga, serta faktor eksternal seperti pendidikan, lingkungan, serta pengalaman hidup dan kerja. . Faktor kesehatan menjadi salah satu penyebab rendahnya rasa percaya diri (Anthony, 1992:34). Perubahan kondisi fisik juga dapat mempengaruhi rasa percaya diri seseorang. Pada masa remaja, masyarakat mengkhawatirkan kondisi fisiknya karena sering terlihat oleh orang-orang di sekitarnya. Penelitian Gustina (2008:95) menunjukkan bahwa kesehatan fisik remaja mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perkembangan rasa percaya diri. Kondisi fisik juga memungkinkan individu mempunyai daya juang untuk melaksanakan setiap proses pembelajaran dan memotivasi individu untuk mengikuti berbagai kegiatan dan ekstrakurikuler yang direncanakan oleh sekolah.

Selain kondisi fisik, kepercayaan diri juga dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga. Sunaryo dkk. (2007:183) menemukan bahwa dukungan sosial keluarga mendorong remaja untuk mengembangkan seluruh keterampilan untuk menciptakan sesuatu yang baru dan memberikan dukungan aktif yang meningkatkan kepercayaan diri remaja. Saya menemukan bahwa ada cara untuk melakukan hal ini. Farhari (1996:7) menemukan bahwa dukungan sosial dikaitkan dengan pengaruh positif dari orang-orang yang memiliki sumber daya pribadi yang kuat. Profesor Farhati juga merumuskan hal berikut: ``Dukungan sosial yang tinggi akan menurunkan tingkat kecerdasan seseorang, namun sebaliknya, dukungan sosial yang rendah akan meningkatkan tingkat kecerdasan seseorang."`

Selain itu juga Refleksi dan Eksplorasi menjadi pelengkap yang mendorong individu untuk dapat melangkah dari zona nyaman dan dapat mengeksplorasi berbagai kemungkinan yang baru. Refleksi ini dapat mendorong individu untuk melihat ke dalam diri, mengevaluasi pengalaman masa lalu, dan dapat memahami faktor-faktor yang membentuk kepribadian mereka. Kemudian Eksplorasi melibatkan keberanian untuk mencoba hal yang belum pernah dilakukan, menghadapi ketidakpastian, dan dapat belajar dari pengalaman tersebut. Di dalam proses tersebut, tidak hanya menemukan bakat dan minat yang baru, tetapi dapat juga belajar menghadapi ketakutan, meningkatkan daya adaptasi, dan memperluas perspektif tentang dunia.

## 2. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur dengan matriks persamaan dan perbedaan untuk mengeksplor secara lebih mendalam peran refleksi, eksplorasi, dan lingkungan, serta elemen cipta, rasa, dan karsa dalam pengembangan jati diri. Metode ini dipilih karena dapat memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menganalisis berbagai sumber teoretis, termasuk jurnal ilmiah, buku, dan penelitian sebelumnya yang relevan.

No	Judul	Penulis	Persamaan	Perbedaan
1	Pengaruh lingkungan keluarga terhadap kepercayaan diri santri pondok pesantren nahdlatul ulum kecamatan tapung kabupaten kampar.	Arfina, N. R. (2019).	keduanya menyoroti pentingnya lingkungan dalam membentuk kepercayaan diri. Pada judul pertama, lingkungan yang dimaksud adalah lingkungan keluarga santri di pondok pesantren, sedangkan pada judul kedua, lingkungan yang lebih luas dipadukan dengan aspek refleksi, eksplorasi, serta pengaruh cipta, rasa, dan karsa individu.	Jurnal berfokus pada penelitian berbasis studi kasus yang spesifik pada santri di pondok pesantren Nahdlatul Ulum di Kecamatan Tapung, Kabupaten Kampar.
2	Hubungan antara dukungan sosial keluarga dan kepercayaan diri dengan kemandirian belajar naskah	Deshpande, S. (2013).	sama-sama berfokus pada aspek pengembangan individu, terutama terkait kepercayaan diri sebagai elemen penting dalam mencapai potensi diri. Keduanya juga menyoroti peran lingkungan dalam mendukung perkembangan tersebut, baik melalui dukungan sosial keluarga dalam maupun eksplorasi lingkungan.	membahas pengaruh faktor eksternal, seperti dukungan sosial keluarga, terhadap kemandirian belajar melalui pendekatan kuantitatif atau empiris. Sebaliknya, esai lebih menekankan proses internal seperti refleksi dan eksplorasi sebagai upaya membangun jati diri, dengan pendekatan yang lebih filosofis dan kreatif melalui konsep cipta, rasa, dan karsa.
3	Model konseling kelompok menggunakan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri	Dewi, R. S., Sucipto, S. D., & Puriani, R. A. (2018).	membahas cara meningkatkan kepercayaan diri individu. Keduanya mengakui pentingnya proses pengembangan diri yang melibatkan interaksi dengan lingkungan, baik melalui	Jurnal mengusulkan teknik psikodrama dalam konseling kelompok sebagai metode berbasis praktis dan terstruktur untuk meningkatkan

	siswa.		pendekatan kelompok dalam jurnal maupun eksplorasi peran lingkungan dalam esai.	kepercayaan diri, dengan menitikberatkan pada interaksi sosial dan pengalaman bermain peran.
4	Meningkatkan kepercayaan diri remaja putri melalui layanan penguasaan konten teknik role playing.	Farida. (n.d.).	mengupayakan peningkatan kepercayaan diri. Keduanya menyadari pentingnya metode atau proses tertentu dalam membantu individu mencapai potensi dirinya, serta menekankan relevansi lingkungan dalam mendukung pengembangan tersebut.	mengarahkan perhatian pada remaja putri dan mengaplikasikan metode teknik role playing yang bersifat praktis, terstruktur, dan berbasis layanan pendidikan untuk mengasah keterampilan dan kepercayaan diri melalui simulasi peran.
5	Peran Lingkungan Terhadap Rasa Percaya Diri Mahasiswa Yang Mengalami Body Shaming.	Haryati, A., Noviyanti, A., Cahyani, R., & Lesta, L. (2021).	kesamaan dalam menyoroti pentingnya lingkungan sebagai faktor pendukung dalam membangun kepercayaan diri. Keduanya mengakui bahwa pengalaman individu dengan lingkungan sekitar, baik secara positif maupun negatif, dapat memengaruhi proses pengembangan diri, terutama terkait keyakinan akan nilai diri.	Jurnal lebih terfokus pada kelompok tertentu, yaitu mahasiswa yang mengalami body shaming, dan menganalisis bagaimana lingkungan dapat memengaruhi rasa percaya diri mereka melalui pendekatan yang berbasis empiris.
6	EKSPLORASI JATI DIRI MAHASISWA: ANALISIS SOSIAL EKONOMI MAHASISWA PROGRAM STUDI PENDIDIKAN SEJARAH MELALUI MATA KULIAH PERKEMBANGAN PESERTA DIDIK.	Irawani, F., & Syaifulloh, M. (2024)	fokus pada eksplorasi jati diri sebagai bagian penting dari proses pengembangan individu. Keduanya mengakui peran lingkungan dan berbagai faktor eksternal dalam membentuk jati diri seseorang, serta menyoroti pentingnya refleksi dalam proses tersebut.	Jurnal lebih spesifik dalam konteks sosial-ekonomi mahasiswa program studi tertentu, menggunakan mata kuliah sebagai wadah untuk mengkaji faktor-faktor yang memengaruhi jati diri mahasiswa secara terukur dan empiris.
7	Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa SMP. PSIKOPEDAGOGIA	Komara, I. B. (2016).	menekankan pentingnya kepercayaan diri dalam mendukung pengembangan diri dan pencapaian tujuan. Keduanya juga mengakui bahwa faktor internal, seperti kepercayaan diri, mempengaruhi hasil belajar dan perencanaan hidup, baik dalam konteks akademis maupun dalam kehidupan pribadi.	Jurnal lebih fokus pada hubungan antara kepercayaan diri dengan dua aspek konkret, yaitu prestasi belajar dan perencanaan karir siswa SMP, dengan pendekatan kuantitatif atau empiris untuk mengukur pengaruh keduanya.
8	PROFILE OF SELF-CONFIDENCE VIEWED FROM FAMILY SOCIAL STATUS IN STATE JUNIOR HIGH SCHOOL STUDENTS IN PANGANDARAN DISTRICT. JOMSIGN	Lestari, T., Pernantah, P. S., & Prasetiawan, H.	Mengkaji hubungan antara kepercayaan diri dengan status sosial keluarga.	Fokus pada siswa SMP di Kabupaten Pangandaran, menggunakan pendekatan kuantitatif.
9	Menciptakan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Pengembangan Kepribadian. JANAKA	Nurfalah, F., Fajarianto, O., Wihayati, W., & Santika, R. N. (2021)	untuk meningkatkan kepercayaan diri, dengan penekanan pada pengembangan individu, khususnya pada remaja. Keduanya memandang pentingnya peran	Jurnal lebih terfokus pada pengembangan kepribadian remaja sebagai kunci utama dalam menciptakan kepercayaan diri, dengan

			pengembangan diri dalam membangun kepercayaan diri yang lebih kuat, meskipun dengan pendekatan yang berbeda.	pendekatan yang lebih praktis dan langsung.
10	Lingkungan pendidikan dalam implementasi pendidikan karakter.	Ramdhani, M. A. (2017).	menekankan peran penting lingkungan dalam membentuk karakter dan kepercayaan diri individu. Keduanya menyadari bahwa lingkungan, baik formal maupun informal, memengaruhi perkembangan pribadi dan karakter seseorang, serta berkontribusi pada pembentukan jati diri yang kuat.	Jurnal lebih terfokus pada peran lingkungan pendidikan dalam membentuk karakter melalui implementasi pendidikan karakter di dalam sistem pendidikan formal, dengan pendekatan yang lebih sistematis dan praktis.
11	PENGARUH KONDISI FISIK DAN DUKUGAN SOSIAL KELUARGA TERHADAP RASA PERCAYA DIRI REMAJA	Sobeta, I., & Mudjijanti, F. (2020).	membahas faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri, khususnya pada remaja. Keduanya mengakui pentingnya faktor eksternal, seperti dukungan keluarga dan kondisi lingkungan, dalam membentuk rasa percaya diri individu, terutama pada masa remaja yang kritis untuk perkembangan diri.	Jurnal lebih menyoroti pengaruh faktor-faktor konkret, seperti kondisi fisik dan dukungan sosial keluarga, yang diukur secara empiris untuk melihat dampaknya terhadap rasa percaya diri remaja. Pendekatannya lebih spesifik dan berbasis pada faktor-faktor eksternal yang dapat diukur.

Data yang dikumpulkan berasal dari literatur yang membahas berbagai aspek penting dalam pengembangan jati diri, seperti kepercayaan diri, refleksi, dan eksplorasi, serta faktor-faktor internal dan eksternal yang berkontribusi pada pembentukan jati diri. Selain itu, penelitian ini juga mencakup analisis konsep-konsep kunci, termasuk peran lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat dalam mendukung pengembangan individu.

Dalam analisis ini, elemen cipta, rasa, dan karsa diteliti sebagai landasan internal yang mendorong individu untuk mengeksplorasi potensi diri dan menghadapi berbagai tantangan. Dengan mengintegrasikan berbagai perspektif dari literatur yang ada, penelitian ini dibuat dengan tujuan untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang cara membangun jati diri yang kuat melalui sinergi antara faktor internal dan eksternal. Hasil dari studi literatur ini diharapkan dapat memberikan fondasi teoretis yang kokoh bagi seseorang berupaya untuk mengembangkan jati diri, terutama dalam konteks meningkatkan kepercayaan diri individu.

### 3. HASIL DAN ANALISA

Hasil dan Analisa pengembangan jati diri melalui refleksi dan eksplorasi : Peran Lingkungan serta Cipta, Rasa, dan Karsa dalam Membangun Kepercayaan Diri adalah menunjukkan bahwa pengembangan jati diri dan kepercayaan diri dipengaruhi oleh interaksi yang sinergis antara faktor internal dan eksternal. **Hasil utama** mengindikasikan bahwa

individu yang mendapatkan dukungan sosial positif dari keluarga, sekolah, dan masyarakat memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi. Dukungan ini mencakup dorongan emosional, motivasi, serta pemberian ruang untuk berekspresi dan mengembangkan potensi diri. Dalam konteks ini, keluarga menjadi fondasi utama, terutama melalui komunikasi yang terbuka dan pemberian teladan yang baik. Sekolah dan masyarakat juga berkontribusi dengan menyediakan lingkungan yang mendukung untuk belajar dan mengeksplorasi kemampuan individu. Secara lebih rinci makna ini dapat dijelaskan melalui beberapa aspek berikut :

### **Pengaruh Faktor Eksternal (Dukungan Sosial Keluarga) terhadap Kemandirian Belajar di Pondok Pesantren.**

Pengaruh faktor eksternal terhadap kemandirian belajar santri di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum. Fokusnya adalah pada dukungan sosial keluarga, yang dianggap sebagai faktor penting dalam perkembangan kemandirian belajar santri. Penelitian ini mengungkapkan bahwa dukungan keluarga dalam bentuk motivasi, perhatian, dan pembimbingan memiliki dampak signifikan terhadap peningkatan kemandirian santri dalam belajar. Hasilnya menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat dukungan sosial keluarga dengan tingkat kemandirian belajar, yang mengarah pada peningkatan prestasi akademik santri.

### **Refleksi dan Eksplorasi dalam Membangun Jati Diri.**

Proses internal seperti refleksi diri dan eksplorasi diri menjadi pusat perhatian dalam membangun jati diri. Melalui konsep cipta, rasa, dan karsa, individu diarahkan untuk memahami dan mengembangkan diri secara mendalam. Proses ini bertujuan untuk membantu seseorang mengenali potensi diri, mengatasi tantangan internal, dan memperkuat integritas pribadi. Pendekatan ini lebih berfokus pada pembentukan karakter dan kemandirian mental yang tidak hanya dipengaruhi oleh faktor eksternal, tetapi juga oleh pemahaman diri yang mendalam.

### **Penggunaan Psikodrama dalam Konseling Kelompok untuk Meningkatkan Kepercayaan Diri.**

Penggunaan teknik psikodrama dalam konseling kelompok untuk meningkatkan kepercayaan diri remaja putri. Psikodrama, yang melibatkan permainan peran dalam situasi sosial, memberikan kesempatan bagi individu untuk berlatih peran dalam konteks sosial yang aman, yang memungkinkan mereka untuk merasakan pengalaman baru dan mengatasi

ketakutan atau kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode ini efektif dalam meningkatkan keterampilan sosial, empati, dan kepercayaan diri peserta.

### **Pengaruh Lingkungan terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa yang Mengalami Body Shaming.**

Mahasiswa yang mengalami body shaming dan bagaimana lingkungan, baik itu sosial maupun akademik, dapat memengaruhi rasa percaya diri mereka. Dengan menggunakan pendekatan empiris, penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor eksternal seperti dukungan teman sebaya, interaksi sosial yang positif, serta dukungan dari lingkungan pendidikan dapat meredakan dampak negatif body shaming dan meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa. Temuan ini menekankan pentingnya menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif bagi individu yang mengalami diskriminasi.

### **Jati Diri Mahasiswa Program Studi Tertentu dalam Konteks Sosial-Ekonomi.**

Dalam penelitian ini, mahasiswa dari program studi tertentu dianalisis dalam konteks sosial-ekonomi mereka untuk memahami faktor-faktor yang memengaruhi pembentukan jati diri mereka. Dengan pendekatan empiris yang terukur, penelitian ini menemukan bahwa status sosial-ekonomi mahasiswa memiliki dampak signifikan terhadap pandangan mereka tentang diri sendiri, aspirasi karir, dan kemampuan untuk meraih kesuksesan. Penelitian ini juga menggarisbawahi pentingnya pendidikan sebagai faktor pengimbang yang dapat membantu mahasiswa mengatasi keterbatasan sosial-ekonomi mereka.

### **Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Prestasi Belajar dan Perencanaan Karir Siswa SMP.**

Menganalisis hubungan antara kepercayaan diri dengan dua aspek konkret: prestasi belajar dan perencanaan karir siswa SMP. Dengan pendekatan kuantitatif, penelitian ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung memiliki prestasi akademik yang lebih baik dan merencanakan karir mereka dengan lebih matang. Temuan ini menunjukkan bahwa pengembangan kepercayaan diri sejak dini dapat memberikan dampak positif bagi perkembangan akademik dan perencanaan masa depan siswa.

### **Pengembangan Kepribadian Remaja untuk Menciptakan Kepercayaan Diri.**

Pengembangan kepribadian remaja sebagai kunci untuk menciptakan kepercayaan diri. Dengan pendekatan praktis yang lebih langsung, penelitian ini menunjukkan bahwa

pengembangan keterampilan sosial, komunikasi, dan pengelolaan emosi memainkan peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri remaja. Program pelatihan yang terstruktur dan berbasis pendidikan karakter menjadi faktor kunci dalam mencapainya.

### **Peran Lingkungan Pendidikan dalam Pembentukan Karakter.**

Menyoroti pentingnya peran lingkungan pendidikan formal dalam membentuk karakter siswa melalui implementasi pendidikan karakter. Pendekatannya sistematis dan praktis, dengan fokus pada pengembangan nilai-nilai moral dan sosial yang mendukung pembentukan karakter siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan karakter yang diterapkan secara konsisten di sekolah dapat memperkuat integritas, kedisiplinan, dan empati siswa, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kepercayaan diri mereka.

### **Pengaruh Kondisi Fisik dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Remaja.**

Menyoroti pengaruh faktor-faktor konkret seperti kondisi fisik dan dukungan sosial keluarga terhadap rasa percaya diri remaja. Dengan pendekatan empiris, penelitian ini menemukan bahwa remaja yang memiliki kondisi fisik yang baik dan didukung oleh keluarga yang positif lebih cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi. Penelitian ini juga menekankan pentingnya interaksi sosial yang mendukung dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan membangun kepercayaan diri.

## **4. KESIMPULAN DAN SARAN**

Pengembangan jati diri melalui refleksi dan eksplorasi sangat penting dalam membangun kepercayaan diri individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor internal, seperti cipta, rasa, dan karsa, berinteraksi sinergis dengan faktor eksternal, seperti dukungan sosial dari keluarga, sekolah, dan masyarakat. Lingkungan yang positif dan mendukung memberikan ruang bagi individu untuk mengeksplorasi potensi diri, sementara refleksi diri membantu individu memahami pengalaman dan membangun karakter yang kuat. Dengan demikian, kepercayaan diri tidak hanya bergantung pada faktor individu, tetapi juga pada dukungan yang diberikan oleh lingkungan sekitar.

1. Peningkatan Dukungan Sosial: Keluarga, sekolah, dan masyarakat perlu meningkatkan dukungan sosial kepada individu, terutama remaja, untuk membantu mereka dalam proses pengembangan jati diri dan kepercayaan diri.
2. Program Pendidikan Karakter: Institusi pendidikan disarankan untuk mengimplementasikan program pendidikan karakter yang sistematis, agar siswa dapat

mengembangkan nilai-nilai moral dan sosial yang mendukung pembentukan kepribadian yang positif.

3. Pelatihan Refleksi dan Eksplorasi: Diperlukan pelatihan yang mendorong individu untuk melakukan refleksi dan eksplorasi diri, sehingga mereka dapat mengenali potensi dan mengatasi tantangan yang dihadapi.
4. Penciptaan Lingkungan Inklusif: Masyarakat perlu bekerja sama untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif bagi individu, khususnya bagi mereka yang mengalami diskriminasi atau tantangan dalam pengembangan diri.
5. Penelitian Lanjutan: Disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh faktor-faktor lain yang mungkin berkontribusi dalam pengembangan jati diri dan kepercayaan diri, serta evaluasi terhadap program-program yang telah diterapkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arfina, N. (2019). Pengaruh lingkungan keluarga terhadap kepercayaan diri santri Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Kecamatan Tampung Kabupaten Kampar.
- Dewi, R. S., Sucipto, S. D., & Puriani, R. A. (2018). Model konseling kelompok menggunakan teknik psikodrama untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Fokus Konseling*, 4(2), 220. <https://doi.org/10.26638/jfk.663.2099>
- Gunawan, H. (2012). Pendidikan karakter: Konsep dan implementasi. Alfabeta.
- Haryati, A., Novianti, A., & Cahyani, R. (2021). Peran lingkungan terhadap rasa percaya diri mahasiswa yang mengalami body shaming. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 3(2). <https://doi.org/10.51214/bocp.v3i2.112>
- Hulukati, W. (2015). Peran lingkungan keluarga terhadap perkembangan anak.
- Irawani, F., & Syaifulloh, M. (n.d.). Eksplorasi jati diri mahasiswa: Analisis sosial ekonomi mahasiswa program studi pendidikan sejarah melalui mata kuliah perkembangan peserta didik. *JPKN*, 8(1).
- Lestari, T., Yatim, A. A. M., Pernantah, P. S., & Prasetiawan, H. (2023). Profile of self-confidence viewed from family social status in state junior high school students in Pangandaran District. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 7(2). <http://ejournal.upi.edu/index.php/JOMSIGN/article/view/6314>
- Nurfalah, F., Fajarianto, O., Wihayati, W., & Santika, R. N. (2020). Menciptakan kepercayaan diri remaja melalui pengembangan kepribadian (Vol. 3). Online.
- Padmasari, C. V., & Bentri, S. A. (2024). Pelatihan pengembangan jati diri dalam menentukan gaya estetika pribadi pada mahasiswa Institut Informatika Indonesia. *KOMATIKA*, 4(2), 61–69. <https://doi.org/10.34148/komatika/v4i2.977>

- Pesantren Modern Islam Assalam Jl Garuda Mas, P., -Surakarta, S., & Tengah, J. (2016). Hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi belajar dan perencanaan karir siswa Indra Bangkit Komara. 5(1).
- Ramdhani, M. A., Besar, G., Sunan, U., & Djati, G. (2014). Lingkungan pendidikan dalam implementasi pendidikan karakter. [www.journal.uniga.ac.id](http://www.journal.uniga.ac.id).
- Rumia, M., Simorangkir, R., Siregar, E., Manalu, R. U., Pane, M., & Prasetyono, H. (2023). Peran orangtua anak berkebutuhan khusus menghadapi stigma sosial. [www.ditpsd.kemdikbud.go.id](http://www.ditpsd.kemdikbud.go.id).
- Sofiana, S., & Wibowo, T. (2019). Pengembangan modul kimia socio-scientific issues (SSI) materi reaksi reduksi oksidasi. *Journal of Educational Chemistry (JEC)*, 1(2), 92. <https://doi.org/10.21580/jec.2019.1.2.4382>
- Syam, A., & Amri, A. (2017). Pengaruh kepercayaan diri (self confidence) berbasis kaderisasi IMM terhadap prestasi belajar mahasiswa.
- Walid, A., Kusumah, G. T., & Doktor, P. (2019). Pengaruh rasa percaya diri terhadap motivasi berprestasi siswa pada mata pelajaran IPA. *The Effect of Self Confidence Towards Students' Motivation for Achievements in Science Lesson*.