

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Mahasiswa berada pada kategori dewasa awal, yang memiliki masa peralihan dari remaja menuju dewasa yaitu rentang usia berkisar antara 18 hingga 25 tahun (Santrock, 2012). Maka dari itu mahasiswa yang termasuk dalam periode dewasa awal adalah masa transisi dari masa remaja menuju masa dewasa. Mahasiswa harus mampu menentukan sikap dan pilihannya. Setiap masa perkembangan mahasiswa memiliki tugas perkembangannya, adapun tugas perkembangan pada dewasa awal diantaranya pada perkembangan kognitifnya yakni diantaranya berpikir reflektif, pemikiran post formal, kecerdasan emosional (Thahir, 2018). Kualitas kecerdasan, yaitu kemampuan untuk menghadapi berbagai masalah dengan cara yang lebih terstruktur, menemukan cara dan memahami cara menyelesaikannya. Karena mahasiswa berjuang untuk generasi penerus (Witri, 2019).

Setiap masa perkembangan individu memiliki tugas perkembangannya, adapun tugas perkembangan pada masa dewasa awal diantaranya pada perkembangan kognitifnya, yakni diantaranya berpikir reflektif, pemikiran post formal, kecerdasan emosional (Thahir, 2018). sebagai mahasiswa dituntut untuk bertanggung jawab dan melepaskan ketergantungannya dalam menjalankan peran dan tugas baru termasuk dalam proses belajar sikap dan kebiasaan yang baik dalam belajar akan memberikan peran penting terhadap hasil yang diperoleh (Latipah, 2016).

Mengatakan bahwa masa dewasa awal merupakan masa-masa dewasa awal mengalami hambatan berbicara di depan umum yakni kurangnya kepercayaan diri. Seseorang yang kurang percaya diri akan cenderung sedapat mungkin menghindari presentasi atau mengutarakan pendapatnya di depan umum. Mereka takut orang lain akan mengejek atau menyalahkan, dalam diskusi mereka akan lebih banyak diam, mereka akan berbicara terputah-putah (Rakhmat, 2009).

Fenomena permasalahan pada tahap dewasa awal, dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal seperti lingkungan, masyarakat, dan teman sebaya. Contohnya dalam bidang pendidikan (Hasanah & Saugi, 2021). Dalam dewasa awal banyak sekali masalah yang dihadapi dalam menjalani kehidupannya, baik dari segi individu, sosial, fisik, budaya maupun yang lainnya (Putri, 2018).

Fenomena permasalahan pada tahap mahasiswa yaitu umumnya mengalami tidak yakin akan kemampuannya, keraguan dalam menjalani aktivitasnya. Permasalahan tersebut berupa mahasiswa merasa tidak yakin untuk mengutarakan pendapatnya, merasa kurang yakin atas kemampuannya untuk meningkatkan prestasinya dan kemampuan untuk menyelesaikan tanggung jawab kewajibannya yang sedang dijalani (Hasanah & Saugi, 2021).

Tidak yakin akan kemampuannya yakni permasalahan yang dapat terjadi pada semua mahasiswa, permasalahan yang terjadi pada mahasiswa sering kali karena kurangnya keyakinan pada diri untuk mengutarakan pendapatnya yang akan berakibat pada kehidupannya yaitu situasi akademik dan non akademik (Nurhasanah, 2021).

Mahasiswa merupakan individu yang bersekolah di perguruan tinggi selama kurun waktu tertentu dan memiliki tugas untuk berusaha keras dalam studinya (Bertens, 2005). Mahasiswa dituntut untuk mampu menghadapi permasalahannya baik secara akademik maupun non akademik. Mahasiswa memiliki potensi tinggi yang memiliki peluang lebih besar untuk mencapai prestasi yang diharapkan pada jenjang pendidikan yang sedang ditempuhnya. Keberhasilan mahasiswa dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor kepribadian setiap individu yang berharga dalam kehidupan bermasyarakat karena dengan percaya diri individu mampu mengekspresikan segala potensi yang dimilikinya, tanpa adanya percaya diri individu akan menimbulkan berbagai masalah dalam dirinya (Ghufron & Risnawati, 2017).

Membicarakan mengenai keyakinan akan kemampuan diri, sangat dibutuhkan dalam keseharian agar merasa lebih baik dalam menjalani

kehidupan tanpa adanya rasa percaya diri, kita akan kesulitan dalam menjalani semua aktivitas kita sehari – hari. Ketika kurang memiliki kepercayaan diri maka akan merasa canggung ketika berbicara dengan orang lain yang baru dikenal serta akan kesulitan dalam mengartikan sebuah pendapat dalam suatu pembicaraan, rasa percaya diri yang dimiliki mahasiswa akan sangat dengan mudah berinteraksi di dalam lingkungan belajarnya, karena mahasiswa harus memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya untuk melakukan semua peran. Mahasiswa yang kurang percaya diri atau tidak yakin dengan kemampuan dirinya akan merasa sulit untuk membentuk sosialisasi (Ester et al., 2020).

Oleh karena itu, mahasiswa yang kurang yakin pada kemampuan dirinya akan menjadi seorang yang pesimis dalam menghadapi tantangan, mahasiswa takut dan ragu untuk menyampaikan pendapatnya serta bimbang dalam menentukan pilihan dan sering membanding – bandingkan dirinya dengan orang lain (Barus et al., 2020).

Mahasiswa yakin dengan kemampuan dirinya akan mampu mengenal dan memahami dirinya sendiri, mahasiswa yang tidak yakin dengan kemampuan pada dirinya akan menghambat pengembangan potensi diri (Ester et al., 2020). Mahasiswa yang berprestasi memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya yang tinggi karena mahasiswa yang yakin dengan kemampuan dirinya biasanya selalu bersikap optimis dan yakin dalam melakukan sesuatu, sehingga mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan dalam hidupnya (Rina et al., 2020).

Mahasiswa yang percaya diri selalu yakin pada setiap tindakan yang dilakukan dengan kemampuan yang dimilikinya, merasa bebas untuk melakukan hal – hal yang sesuai dengan kemampuan dan bertanggung jawab atas perbuatannya. Tentu hal tersebut dapat menjadi pendorong dan mempermudah dalam proses belajarnya dan dapat menjadikan mahasiswa yang berprestasi (Selly & Diny, 2020).

Oleh karena itu, individu yang kurang yakin pada dirinya akan menjadi individu yang pesimis dalam menghadapi sebuah tantangan, individu takut dan ragu – ragu untuk menyampaikan pendapatnya, pendidikan merupakan tempat berlangsungnya proses pembelajaran dan diharapkan dapat memudahkan peserta didik dalam mencapai tujuan pendidikannya. Kemandirian belajar merupakan suatu hal penting yang harus dimiliki mahasiswa dalam proses belajar dan pembelajaran (Rini, 2017). Terdapat empat faktor yang memiliki peranan dalam pembentukan keyakinan diri. Menurut (Bandura, 1997) yang mempengaruhi keyakinan diri yaitu keberhasilan dalam kinerja, pengalaman dari orang lain, persuasi verbal, keadaan dan reaksi psikologis. Salah satu syarat terjadinya interaksi sosial dengan melakukan komunikasi menurut (Arifin, 2015), komunikasi sangat dibutuhkan dalam bergaul dengan teman – teman, berkomunikasi dengan dosen, orang tua serta berpartisipasi dalam diskusi kelas, akan tetapi tidak semua mahasiswa mampu melakukan komunikasi dengan baik, salah satunya dikarenakan adanya keyakinan diri yang rendah.

Menurut (Bandura, 1997) menjelaskan bahwa *efikasi diri* akan mampu mengenal dan memahami diri sendiri mengenai keyakinan seseorang bahwa mereka dapat berpikir, termotivasi, dan mengendalikan situasi untuk mencapai kesuksesan. Efikasi diri juga kemampuan mereka untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mengelola situasi yang diharapkan. Keyakinan efikasi diri tidak hanya dalam harapan orang untuk memperoleh pengetahuan dan keterampilan. Tetapi juga dalam harapan individu untuk mengatasi masalah, mewujudkan tindakan tertentu, dan mengambil tindakan tertentu untuk mencapai tujuan di bawah tekanan dan kesulitan sosial

Sejalan dengan penelitian sebelumnya efikasi diri dapat diartikan sebagai persepsi diri sendiri mengenai seberapa baik diri dapat memiliki kemampuan untuk melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri umumnya sangat berbeda dengan aspirasi atau cita – cita karena menggambarkan sesuatu yang ideal yang seharusnya dapat dicapai,

sedangkan efikasi diri menggambarkan penilaian kemampuan diri dalam memecahkan masalah secara efektif. Masalah adalah suatu kesenjangan antara tujuan yang diinginkan dengan situasi yang akan datang. efikasi diri merupakan pertimbangan seseorang tentang kemampuan dirinya untuk mencapai tingkatan kinerja yang diinginkan atau ditentukan, yang akan mempengaruhi tindakan selanjutnya (Sunaryo, 2017). Kemudian efikasi diri dapat dikatakan juga sebagai kemampuan untuk melakukan suatu bentuk kontrol terhadap keberfungsian orang itu sendiri dan kejadian dalam lingkungannya (Lubis et al., 2019). Keyakinan diri berhubungan dengan persepsi individu tersebut mengenai kesanggupannya pada dirinya sendiri apakah dapat menyelesaikan tugas dan tantangannya yang sedang dihadapinya atau tidak.

Madhy, (2022) menjelaskan fenomena yang terjadi bahwa ada banyak mahasiswa yang terlihat tidak berani mengungkapkan pendapatnya, cenderung takut salah, canggung dalam berdiskusi, dengan fenomena yang terjadi di lapangan. Individu tidak yakin akan kemampuan dalam dirinya ketika mengutarakan pendapatnya saat melakukan presentasi, yaitu merasakan gugup untuk berbicara di depan umum dan juga saat sesi tanya jawab takut melakukan kesalahan. Oleh karena itu bisa berdampak pada keberhasilan maupun kegagalan dalam keberanian.

Meninjau dari teori di atas, adanya kecenderungan pada individu yang memiliki keyakinan diri yang rendah, mereka akan berusaha menghindari berkomunikasi dengan individu lainnya, serta tidak mampu melakukan apapun sesuai dengan tujuannya. Dikarenakan mereka khawatir terhadap respon ataupun takut salah dalam berkata – kata, jika individu memiliki masalah mereka akan putus asa, memandang dirinya buruk serta merasa canggung dan takut dalam menghadapi individu cenderung diam saat berinteraksi dengan individu lain.

Paparan di atas sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan sebelumnya dengan tema kecemasan berbicara di depan umum oleh (Ayu & Saragih, 2022). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang

memiliki konsep diri yang positif memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki konsep diri yang negatif memiliki tingkat efikasi diri yang rendah. Penelitian serupa juga dilakukan oleh (Rini, 2017) yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri yang positif maka akan memiliki efikasi diri yang tinggi. Demikian pula sebaliknya, dimana konsep dirinya negatif, maka efikasi dirinya akan rendah.

Rendahnya efikasi diri pada mahasiswa akan mempengaruhi pola pikir mereka dalam proses pembelajaran. Contohnya ketika mahasiswa memiliki keyakinan rendah akan kemampuan dirinya maka mahasiswa akan lebih takut mencoba melakukan kegiatan baru, takut mencoba berbicara di depan orang banyak, dan identik tergantung pada orang lain dalam belajar (Handayani & Sholikhah, 2021). Hal tersebut dapat dipahami karena dalam proses belajar mengajar, salah satu metode yang sering digunakan dosen adalah diskusi, sehingga kemampuan berbicara di depan umum sangat dibutuhkan. Seseorang dengan kecemasan berbicara di depan umum, meskipun sudah lulus dan memiliki ijazah, dimungkinkan akan mengalami kendala dalam melamar pekerjaan tertentu, terlebih pekerjaan yang menekankan pada kemampuan atau keahlian berbicara di depan orang banyak.

Mahasiswa yang memiliki keraguan terhadap kemampuan mereka sendiri memunculkan penilaian pesimis terhadap diri sendiri dan meningkatkan kecemasan, di mana individu dengan efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki strategi khusus dalam menangani kecemasan itu sendiri (Salar et al., 2016). Efikasi diri sangat erat kaitannya dengan keyakinan atas kemampuan diri individu sehingga timbul rasa percaya diri yakin dengan kemampuan yang individu miliki dalam beraktivitas. Menurut Syam & Amri, (2017) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa mahasiswa juga cenderung malu ketika akan mengajukan pertanyaan kepada dosen apabila merasa kurang jelas terhadap penjelasan dosen. Banyak mahasiswa yang masih merasa dirinya tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Jika mahasiswa yang memiliki sifat percaya dirinya tinggi akan mudah

berinteraksi dengan mahasiswa lainnya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya jika mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi mahasiswa yang lain. Dikarenakan masih ada mahasiswa yang tidak berani menyampaikan pendapatnya lebih memilih untuk diam, terdapat juga siswa yang tidak berani berbicara di depan umum dalam suasana yang formal. Faktor keluarga dan keberhasilan juga bisa mempengaruhi konsep diri mahasiswa terhadap efikasi dirinya.

Rasa kecemasan merupakan suatu perasaan takut yang tidak menyenangkan yang disertai dengan meningkatnya ketegangan fisiologis. Kecemasan dapat dipicu oleh adanya rasa khawatir secara tiba – tiba yang menyelimuti pikiran terhadap peristiwa atau kejadian yang belum terjadi selain itu kecemasan juga dapat muncul ketika individu itu merasakan tidak memiliki kemampuan untuk melaksanakan suatu tugas tertentu, perasaan bimbang dan gugup ketika dalam situasi yang penting sehingga membuat individu menyerah terlebih dahulu sebelum mencoba (Deviyanthi & Widiasavitri, 2016).

Menurut Calhoun & Acocella, (1990) mendefinisikan konsep diri merupakan gambaran mental yang terdiri dari bagaimana individu melihat diri sebagai pribadi, bagaimana individu mengetahui tentang diri sendiri dan bagaimana individu menginginkan dirinya sendiri yang diharapkan. Menurut Rogers (Feist & Gregory, 2010) bahwa konsep diri seseorang mencakup semua aspek – aspek untuk menjadi seseorang, dan pengalaman seseorang yang disarankan sebagai suatu kesadaran oleh individu. Artinya konsep diri diibaratkan bayangan cermin, yang ditentukan oleh sebagian besar, peran dan hubungan orang lain, dan reaksi orang lain terhadapnya (Adiningtiyas & Ompusunggu, 2018) dengan hasil konsep diri yang dimiliki individu bisa sangat berpengaruh terhadap bagaimana orang lain memandang dirinya.

Menurut (Brooks & Emmert, 2013) meliputi konsep diri positif dan konsep diri negatif. Konsep diri negatif tersebut bercirikan individu cenderung dipenuhi dengan pandangan – pandangan yang negatif tentang dirinya dalam memahami dan memandang dirinya baik tentang keadaan fisik, kualitas dan kemampuan dalam mencapai harapan dan keberhasilannya serta dan kemampuan dalam mencapai harapan dan keberhasilannya serta dalam memandang kehidupannya. Seseorang yang mempunyai konsep diri negatif cenderung tidak dapat memahami dan menerima sejumlah fakta yang sangat beragam tentang dirinya, sebaliknya seorang yang mempunyai konsep diri yang positif maka ia cenderung dapat memahami segala fakta yang ada pada dirinya sendiri, serta mempunyai kemampuan bersikap objektif tentang dirinya sendiri, berpikir sebagai apa dirinya, serta apa yang ingin dilakukan dan hendak menjadi apa Bidney (dalam Asri & Sunarto, 2020).

Konsep diri seseorang bukan hasil bawaan melainkan dibentuk dari pengalaman interaksi seseorang dengan sekitar. Berbagai hasil pengalamannya terkait dengan keadaan dirinya kemudian disadari oleh individu tersebut sehingga menimbulkan pandangannya yang berbeda – beda terhadap dirinya. Permasalahan ini penting untuk diperhatikan sehubungan dengan banyaknya mahasiswa yang takut dalam berbicara di depan umum untuk mengutarakan pendapatnya dan tidak yakin akan kemampuan diri sendiri yang akan berakibat pada kehidupannya yakni situasi akademik (Nurhasanah, 2021).

Jika dilihat dari hasil penelitian sebelumnya mengacu pada pernyataan di atas, bahwa mahasiswa STIKES Muhammadiyah Pringsewu tahun 2019, ditemukan bahwa faktor lain yang menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan ketika berbicara di depan adalah keyakinan yang kurang dan sulitnya mengontrol pikiran positif saat berbicara di depan umum. Lima belas dari dua puluh mahasiswa mengaku tidak percaya diri ketika harus presentasi ataupun berbicara di depan kelas terutama berbicara langsung di hadapan dosen. Kemampuan berkomunikasi menjadi kebutuhan utama yang harus dimiliki oleh semua orang khususnya bagi mahasiswa kesehatan agar menjadi

lebih kompeten saat memberikan pendidikan kesehatan di depan umum (Nurhasanah, 2021).

Proses suatu pembentukan konsep diri pada masa remaja menuju masa dewasa untuk melakukan diskusi di depan umum dapat mengurangi kecemasan saat berbicara yang dialami karena relaksasi dapat membantu mahasiswa dalam meningkatkan kemampuannya dalam berpendapat, menyampaikan informasi di hadapan banyak orang. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa tidak percaya diri yang terjadi pada manusia disebabkan adanya pikiran rasional bahwa dirinya tidak mampu untuk menghadapi situasi yang tertekan, merasa akan dievaluasi, dan khawatir tidak akan mencapai keberhasilan yang diharapkan (Setianingrum et al., 2013).

Berdasarkan penjelasan ahli yang telah dipaparkan di atas, menyimpulkan bahwa mahasiswa berada pada tahap kecemasan saat dimohon berbicara di depan umum dan menjadi merasa tidak yakin akan kemampuannya. Sering kali mereka pesimis dalam menghadapi tantangan, individu takut untuk menyampaikan pendapatnya.

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, terdapat penelitian terdahulu yang pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya dengan tema yang sama baik konsep diri dan efikasi diri adalah sebagai berikut:

Berdasarkan penjelasan ahli yang telah dipaparkan di atas, menyimpulkan bahwa mahasiswa berada pada tahap kecemasan saat dimohon berbicara di depan umum dan menjadi merasa tidak yakin akan kemampuannya. Sering kali mereka pesimis dalam menghadapi tantangan, individu takut untuk menyampaikan pendapatnya.

Hasil penelitian tentang hubungan antara konsep diri dengan efikasi diri memecahkan masalah melalui konseling individual yang dilakukan oleh (Dewi & Mugiarto, 2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan dan sangat kuat antara konsep diri dengan efikasi diri. Semakin positif konsep diri yang dirasakan, semakin tinggi efikasi diri.

Sebaliknya, semakin negatif konsep diri, semakin rendah efikasi dirinya. Hasil penelitian tentang hubungan antara konsep diri efikasi diri pada siswa kelas X SMK Karya Jaya Tanjung Morawa yang dilakukan oleh (Ayu & Saragih, 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan yang antara konsep diri dengan efikasi diri.

Penelitian oleh (Rini, 2017) tentang hubungan antara konsep diri dan efikasi diri dengan kemandirian belajar siswa menunjukkan adanya hubungan signifikan. Hubungan ini menunjukkan semakin meningkatkan konsep diri maka semakin meningkat pula efikasi diri dengan kemandirian belajar siswa dan sebaliknya. Penelitian oleh Evioni & Bukhari, (2022) sebelumnya tentang hubungan antara konsep diri dan efikasi diri terhadap kesiapan kerja siswa SMK Negeri 5 Kerinci menemukan bahwa ada hubungan positif antara konsep diri dan efikasi diri dengan kesiapan kerja siswa.

Pada penelitian sebelumnya terhadap persamaan dan perbedaan, adapun persamaan dari penelitian sebelumnya dengan penelitian yang peneliti akan lakukan yakni hubungan konsep diri dengan efikasi diri. Perbedaan dari penelitian sebelumnya adalah yang menggunakan responden mahasiswa sudah cukup lampau kurang lebih sudah tiga hingga empat tahun yang lalu oleh karena itu peneliti tertarik menggunakan responden mahasiswa yang berlokasi di Universitas X Kota Bekasi.

Dilihat dari latar belakang di atas maka dapat ditarik sebuah rumusan masalah yaitu : “ Apakah terdapat Hubungan Antara Konsep Diri dan Efikasi Diri pada Mahasiswa Universitas X”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Dilihat dari rumusan masalah yang sudah dijelaskan di atas, maka peneliti menyimpulkan tujuan peneliti ini adalah upaya mengetahui apakah terdapat hubungan antara Konsep Diri dan Efikasi Diri pada Mahasiswa Universitas X.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat bagi semua pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan serta memberikan sumbangan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu psikologi sosial terkait mengenai hubungan antara konsep diri dan efikasi diri pada mahasiswa. Selain itu, juga sebagai sarana ilmu pengetahuan untuk masyarakat atau dewasa awal yang membutuhkan terutama untuk mahasiswa dan sebagai sarana untuk peneliti selanjutnya yang akan membahas topik yang sama mengenai konsep diri dan efikasi diri pada mahasiswa di universitas X.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa : Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dewasa awal khususnya mahasiswa untuk memberikan pandangan mengenai efikasi diri yang dikaitkan dengan konsep diri dan efikasi diri yang terlihat pada mahasiswa, sehingga dapat terhindar dari tidak percaya diri.
2. Bagi Peneliti : Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan pengalaman bagi peneliti selanjutnya sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian berikutnya terkait dengan penelitian tema yang sama.