

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Universitas adalah lembaga perguruan tinggi yang diakui oleh Negara Indonesia untuk melanjutkan pendidikan. Universitas terdiri dari beberapa jurusan. Universitas merupakan tempat dimana orang melanjutkan proses pendidikan tinggi dan membantu persiapannya dalam menghadapi permasalahan di dunia. Salah satu bagian penting dalam universitas adalah mahasiswa. Mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Di perguruan tinggi, mahasiswa dipersiapkan untuk menjadi lulusan yang mampu menghadapi persaingan global dan menjadi tumpuan serta harapan bangsa di masa mendatang (Made, Saputra, Lisiswanti, & Ayu, 2019). Oleh karena itu mahasiswa sebagai bagian penting dari perguruan tinggi perlu mempunyai kesadaran diri yang baik untuk mampu belajar bertanggungjawab pada tugas akademik, mampu menyesuaikan diri terhadap perubahan dan yakin serta percaya bahwa dengan melewati situasi yang rumit akan mampu memberikan kekuatan pada diri bahwa segala masalah bisa diselesaikan (Sjafei, 2017).

Salah satu kunci utama kesuksesan mahasiswa dalam menghadapi pembelajaran akademik adalah menamatkan perkuliahan secepatnya dengan memperoleh nilai kuliah yang baik (Hardjono, 2009). Kemudian salah satu tujuan

utama mahasiswa sebagai pelajar dalam perkuliahan adalah untuk mencapai prestasi akademik yang baik (Arthur, 2023).

Dalam mencapai prestasi akademik yang baik, mahasiswa harus memiliki kepribadian kepercayaan diri yang baik juga (Amri, 2018). Menurut (Ghufron & Risnawita, 2014) berbagai faktor kepribadian mempengaruhi keberhasilan mahasiswa, salah satunya adalah kepercayaan diri, yang merupakan atribut terpenting dalam diri mahasiswa. Dengan kepercayaan diri, mahasiswa dapat menghadapi masyarakat dan memaksimalkan potensi mereka. Jika individu mempunyai rasa percaya diri yang rendah maka menjadi masalah bagi individu tersebut dalam menghadapi kehidupan (Ghufron & Risnawita, 2014).

Kepercayaan diri, juga dikenal sebagai *self-confidence*, adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuan mereka sendiri dalam perkuliahan sehingga mereka tidak mudah terpengaruh oleh orang lain (Musriandi, Meutia, & Saifuddin, 2020). Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Laowo & Munthe, 2022) yang menyatakan bahwa rasa percaya diri adalah salah satu hal yang harus dimiliki mahasiswa selama kuliah. Menurut Lauster (Ghufron & Risnawita, 2014) ada lima aspek kepercayaan diri yaitu : (1) keyakinan akan kemampuan diri sendiri, (2) optimis, (3) objektif, (4) bertanggung jawab, (5) rasional dan realistis.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuningtyas & Hazim, 2023) menyatakan bahwa dari 58 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Sidoarjo dari berbagai program studi, 53,4% memiliki kepercayaan diri yang rendah, 27,6% memiliki kepercayaan diri yang sedang, dan 19 persen memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Sebagai hasilnya, ditemukan bahwa 43,1% siswa kurang percaya pada

kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugasnya, 67,2% siswa kurang optimis dengan hasil kerjanya, 46,6% siswa kurang dapat mengambil keputusan secara objektif, yang menyebabkan 65,5% siswa percaya bahwa pendapat orang lain tentang mereka, baik pendapat positif maupun negatif, dapat mempengaruhi kepercayaan diri mereka.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada Rabu, 13 September 2023, menunjukkan bahwa 8 dari 10 mahasiswa belum memiliki kepercayaan diri. Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti, menunjukkan bahwa beberapa subyek tidak memenuhi aspek kepercayaan diri yang dikemukakan oleh (Lauster, 2012) yaitu aspek keyakinan akan kemampuan diri, optimis, objektif, bertanggung jawab, serta rasional dan realistis.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pada aspek keyakinan kemampuan diri, ditemukan 8 subyek mahasiswa merasa mereka tidak yakin akan diri sendiri dalam melakukan suatu aktivitas serta tidak yakin akan kemampuan mereka dalam mengatasi permasalahan. Contohnya adalah subyek tidak yakin dalam melakukan presentasi dihadapan kelas pada perkuliahan karena merasa mereka tidak memiliki *public speaking* yang baik serta tidak yakin menjawab suatu pertanyaan ketika ditanyakan oleh dosen atau teman kuliah dalam sebuah diskusi atau sesi tanya jawab dalam suatu presentasi kelompok.

Kemudian pada aspek optimis, ditemukan 8 subyek mahasiswa sering merasa pesimis dalam menghadapi suatu permasalahan serta selalu memikirkan hasil yang buruk dari apa yang dikerjakan. Contohnya adalah subyek selalu merasa kurang nyaman ketika diberi tugas kelompok karena khawatir bahwa tugas yang dikerjakan

bersama-sama tidak sepenuhnya dikerjakan dengan baik dan juga selalu beranggapan bahwa hasil tugas kelompok akan mendapatkan nilai yang kurang memuaskan.

Kemudian pada aspek objektif, ditemukan 3 subyek mahasiswa sering mengabaikan fakta yang terjadi dalam melihat suatu permasalahan dan lebih sering memasukan pendapat atau opini pribadi sebagai penentu kebenaran dalam suatu permasalahan. Contohnya adalah subyek ketika mendapatkan nilai yang tidak memuaskan pada suatu mata kuliah, subyek beranggapan nilai yang didapat tidak sesuai dengan hasil kerja keras yang telah dilakukan dan menyalahkan penilaian yang diberikan oleh dosen kurang tepat.

Kemudian pada aspek bertanggung jawab, ditemukan 8 subyek mahasiswa yang sering melupakan kewajiban mereka sebagai mahasiswa. Contohnya adalah tidak aktif dalam tugas kelompok serta ditemukan juga subyek yang bertugas sebagai bagian dari organisasi memiliki tanggung jawab yang kurang baik seperti pekerjaan organisasi tidak dikerjakan dengan baik ataupun tepat waktu.

Kemudian pada aspek rasional dan realistis, ditemukan 2 subyek mahasiswa yang menunjukkan bahwa mereka kurang melakukan analisis atau pemikiran dengan logika atau akal yang sehat sebelum melakukan suatu tindakan dan sering mengabaikan suatu kenyataan dalam menilai suatu permasalahan. Contohnya adalah subyek lebih melakukan pekerjaan sampingan untuk bisa mendapatkan uang daripada mengikuti perkuliahan dan mengabaikan bahwa tujuan awal mereka berkuliah di Yogyakarta adalah untuk lulus tepat waktu dan mendapat nilai yang memuaskan untuk membanggakan kedua orangtua mereka.

Berdasarkan hasil wawancara di atas, peneliti menyimpulkan bahwa subyek mahasiswa belum memiliki kepercayaan diri. Temuan ini didasarkan sesuai dengan aspek kepercayaan diri (Lauster, 2012).

Namun pada penelitian yang dilakukan oleh (Sudarmono, Apuanor, & Utami, 2018) yang menyatakan bahwa kepercayaan diri yang baik dapat membantu mahasiswa untuk lebih berani menyampaikan pendapat dalam sebuah diskusi. Kemudian dari penelitian yang dilakukan oleh (Prasetyarini, Tagela, & Windrawanto, 2023) ditemukan bahwa kepercayaan diri yang baik dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi prokrastinasi akademik. Dengan demikian kepercayaan diri dapat memberi semangat dan kemauan yang tinggi pada mahasiswa untuk segera mengerjakan tugas akademik dan tanpa perlu menunda-nunda waktu dalam penyelesaian tugas yang diberikan.

Adapun penelitian yang dipaparkan oleh (Anisah & Purwandari, 2023) menyatakan bahwa adanya hubungan yang positif antara kepercayaan diri dengan kecerdasan emosional pada mahasiswa, Dengan demikian mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi akan mampu mengelola dan menjaga emosi yang dimiliki. Kemudian pada penelitian oleh (Zahara, 2018) menemukan bahwa kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa semakin baik atau positif, maka semakin baik juga interaksi sosial mahasiswa tersebut. Hal ini menandakan bahwa kepercayaan diri dapat memberi keyakinan dalam diri mahasiswa untuk berani melakukan interaksi sosial di lingkungan mahasiswa tersebut.

Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh (Indriawati, 2018) menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki efek positif pada hasil belajar

mahasiswa di perkuliahan. Hal ini menandakan bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang baik mampu melakukan yang terbaik dalam akademik perkuliahan sehingga mencapai hasil belajar yang memuaskan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan (Hasibuan, 2020) menemukan bahwa secara langsung bahwa kepercayaan diri mempunyai kontribusi terhadap prestasi akademik mahasiswa. Sehingga dapat diketahui bahwa semakin baik kepercayaan diri pada mahasiswa maka semakin baik prestasi akademik yang diraih mahasiswa.

Namun dizaman sekarang, kurangnya percaya diri adalah bagian dari krisis permasalahan yang terjadi pada generasi muda (Muslich, 2022). Individu dengan kepercayaan diri rendah sering merasa ketakutan terhadap hal yang dihadapi, menghindari kehidupan, memiliki perasaan tidak mampu dalam aktivitas yang dilakukan dan meragukan kekuatan mereka sendiri (Ferlin & Putri, 2022). Kemudian individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah dalam dirinya terhadap kemampuan mereka akan kesulitan memenuhi tanggung jawab atau menangkap sebuah peluang, selalu dilanda ketakutan dan perasaan bahwa akan ada sesuatu buruk terjadi (Rini, 2002).

Rini (2002) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal, yaitu : faktor internal adalah pola pemikiran individu dan faktor eksternal adalah pola asuh dan interaksi diusia dini. Sedangkan menurut (Hurlock, 2002) faktor kepercayaan diri adalah : konsep diri, harga diri, pengalaman, dan pendidikan. Hal ini sesuai dengan (Rini, 2002) menyatakan bahwa faktor internal dari kepercayaan diri adalah pola pemikiran individu.

Dalam penelitian ini peneliti memilih pandangan positif atau berpikir positif sebagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Pandangan positif atau berpikir positif adalah individu yang memiliki pola berpikir positif baik pada pribadi dirinya dan lingkungan sekitar sehingga akan mempunyai harga diri dan kepercayaan diri yang tinggi. Berpikir positif dipilih sebagai faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri karena individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik diperoleh dari pola berpikir positif tentang kemampuan dalam diri individu dan percaya diri akan kemampuannya; juga dengan berpikir positif individu dapat menambahkan dan memperkuat kepercayaan dirinya (Elfiky I. , 2019).

Berpikir positif mengacu pada suatu pola pikir yang lebih fokus pada sudut pandang dan emosi yang positif, baik terhadap diri sendiri, orang lain, maupun situasi yang sedang dihadapi (Elfiky, 2009). Sedangkan menurut Albrecht (1980) berpikir positif adalah memusatkan perhatian pada sudut yang positif atau *positive attention* dan menggunakan bahasa yang positif atau *positive verbalization*. Yakni perhatian positif melibatkan fokus pada hal-hal dan pengalaman positif, sementara pembicaraan positif melibatkan penggunaan kata-kata atau kalimat untuk membentuk dan menerapkan isi pikiran dengan tujuan menciptakan kesan positif pada pikiran dan perasaan seseorang. Dengan demikian, mahasiswa yang memiliki kemampuan berpikir positif yang baik akan memiliki percaya diri yang kuat sehingga mereka tidak membutuhkan bantuan orang lain dan tidak terpengaruh oleh orang lain untuk melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan mereka.

Wang, Chen, Lin, & Hong (2017) memaparkan bahwa berpikir positif mempengaruhi motivasi belajar dan regulasi diri sebuah mahasiswa agar mereka mampu memiliki keyakinan serta kepercayaan diri yang kuat dalam akademik perkuliahan. Kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh (Alkhatib, 2020) memaparkan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan berpikir positif yang tinggi akan memiliki kepercayaan diri yang tinggi juga sehingga mahasiswa memiliki kemampuan untuk memfokuskan dirinya pada kelebihan yang dimiliki. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Dana, Eva, & Andayani, 2022) memaparkan juga bahwa mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi terbentuk karena mahasiswa sering berpandang atau berpikir positif, dengan demikian mahasiswa memandang lingkungan serta permasalahan yang dihadapi dengan optimis.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa berpikir positif mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Hal ini didukung pada penelitian yang dilakukan oleh (Shafahat , 2021) yang memaparkan bahwa pandangan atau cara berpikir positif dan mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Pada penelitian ini, peneliti menelaah hubungan berpikir positif dan kepercayaan diri pada mahasiswa.

Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu, yang dikemukakan oleh (Wulandari, 2022) yang menyatakan bahwa dengan mengubah *self talk* negatif menjadi *self talk* positif dengan stimulan berpikir positif mampu meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa. Juga pada penelitian yang dilakukan oleh (Kamilah & Abdullah, 2022) memaparkan bahwa bahwa berpikir positif efektif dalam meningkatkan kepercayaan diri pada remaja yatim. Kemudian penelitian yang dilakukan (Syam &

Amri, 2017) menemukan bahwa individu yang selalu berpikir positif dan yakin pada kemampuannya akan lebih percaya diri, yang berarti mereka lebih mampu mencapai hasil yang lebih baik.

Penelitian ini selaras dan saling berhubungan dengan (Aulia & Widyana, 2022) yang menyatakan bahwa berpikir secara positif adalah cara untuk membantu individu dalam memikirkan solusi agar individu lebih cakap, percaya diri, dan kuat dalam menghadapi *stresor*. Hal ini didukung penelitian dengan judul yang sama oleh (Nakhaei, Aminisefat, Majd, & Imankhah, 2022) yang menyatakan bahwa ada hubungan positif antara berpikir positif dan kepercayaan diri pada mahasiswa

Berdasarkan uraian yang telah disebutkan oleh peneliti di atas, maka permasalahan yang akan diteliti adalah apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan kepercayaan diri pada mahasiswa.

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui hubungan berpikir positif dengan kepercayaan diri pada mahasiswa.

### **2. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoritis**

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini akan memberikan kontribusi ilmiah baru ke bidang psikologi klinis mengenai hubungan antara berpikir positif dan kepercayaan diri mahasiswa.

#### **b. Manfaat Praktis**

Diharapkan hasil penelitian ini akan membantu mahasiswa memahami berpikir positif dan percaya diri.