Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 1, Juni 2023, pp 26-32
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

Peran Konsep Diri Dalam Membentuk Kepercayaan Diri Mahasiswa

Alifa Inggit Widyana[1], Robertus Budi Sarwono[2]
Sanata Dharma University
alifainggit2001@gmail.com[1], budisarwono@usd.ac.id[2]

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk : (1) Mengetahui ada tidaknya hubungan antara konsep diri dengan kepercayaan diri mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma, (2) Mengetahui seberapa baik konsep diri pada mahasiswa, (3) Mengetahui seberapa tinggi kepercayaan diri mahasiswa, (4) Mengetahui butir item skala konsep diri mana saja yang teridentifikasi rendah, (5) Mengetahui butir item skala kepercayaan diri mana saja yang teridentifikasi rendah. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian korelasi. Penelitian ini dilakukan di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Bimbingan Konseling angkatan 2020 yang berjumlah 102 orang. Skala pertama yang digunakan adalah skala konsep diri dengan 32 item valid dan memiliki indek reliabilitas *Alpa Cronbach* sebesar 0,926. Skala konsep diri disusun berdasarkan aspek konsep diri yaitu : (1) Aspek Citra Diri, (2) Aspek Bahasa, (3) Aspek Umpan Balik dari Lingkungan, (4) Aspek pola asuh atau Praktet-Prakter Membesarkan Anak. Skala kedua yang digunakan adalah skala kepercayaan diri dengan 27 item valid dan memiliki indek reliabilitas 0,931. Skala kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek kepercayaan diri yaitu: (1) Keyakinan Kemampuan Diri, (2) Optimis, (3) Bertanggung Jawab, (4) Rasional dan Realistis, (5) Objektif. Uji korelasi penelitian ini menggunakan *Spearman Correlation* yang dibantu menggunakan program JASP 0.17.0.0. Hasil penelitian menunjukkan : (1) Tingkat konsep diri yang menjadi sampel penelitian ini cenderung pada kategori tinggi (50%), (2) Tingkat kepercayaan diri yang menjadi sampel penelitian ini cenderung pada kategori tinggi (64,7%) (3) Terdapat hubungan yang signifikan positif antara konsep diri dengan kepercayaan diri dengan nilai *Spearman rho* 0,606 dan nilai ρ-value <.001 yang artinya masuk dalam kategori sangat kuat.

Kata kunci : Konsep diri, Kepercayaan diri, Mahasiswa

.

PENDAHULUAN

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang penting dalam kehidupan manusia. Manusia merupakan makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri dan akan saling berinteraksi dengan manusia yang lain. Oleh karena hal tersebut manusia harus memiliki kepercayaan diri untuk dapat berinteraksi dengan manusia lainnya. Sebagai seorang mahasiswa, memiliki kepercayaan diri yang tinggi sudah harus menjadi sebuah syarat untuk dapat melangsungkan interaksinya dengan teman, dosen, dan orang-orang yang ditemui di kampus. Dengan kepercayaan diri yang tinggi pula, seorang mahasiswa dapat bergaul dengan mudah, memiliki banyak teman, dan memiliki relasi yang luas yang nantinya akan berguna untuk kehidupan kedepannya. Tidak hanya itu, dengan memiliki kepercayaan diri mahasiswa akan lebih mudah menyesuaikan dirinya dan mampu berinteraksi

dengan baik dengan orang lain baik secara langsung maupun tidak langsung.

Para ahli mengungkapkan ada beberapa faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang. Salah satunya menurut Santrock (2003) faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang adalah penampilan fisik, konsep diri, hubungannya dengan orang tua, dan hubungannya dengan teman sebaya. Disebutkan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi rasa percaya diri seseorang adalah konsep diri. Konsep diri merupakan suatu persepsi seseorang mengenai dirinya sendiri. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki konsep diri yang baik membuat dirinya mampu yakin dengan kemampuan dirinya sendiri. Jadi seharusnya seseorang yang memiliki konsep diri yang tinggi akan membuat kepercayaan dirinya juga tinggi.

Menurut Sigmund Freud seorang ahli psikologi kepercayaan diri adalah suatu tingkatan rasa sugesti tertentu yang berkembang dalam diri seseorang sehingga dirinya merasa yakin dalam melakukan sesuatu (Mamlu'ah, 2019). Pengertian tersebut didukung oleh yang diungkapkan oleh Fatimah (2006) bahwa kepercayaan diri yaitu sikap yang memampukan seorang individu untuk mengembangkan persepsi positif baik kepada diri sendiri maupun didalam lingkungan ataupun situasi yang sedang dihadapinya. Pendapat lain dikemukakan oleh Branden (2005) bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang akan kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri. Dari ketiga pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan persepsi atau pandangan seseorang kepada dirinya sendiri dimana seseorang tersebut dapat yakin kepada dirinya sendiri akan kemampuan dalam dirinya sendiri sehingga ia dapat menyesuaikan dirinya dengan baik dengan lingkungannya.

Sebagai makhluk sosial yang berinteraksi dengan manusia lainnya, rasa percaya diri ini menjadi hal yang penting untuk kelancaran prosesnya. Ketika seseorang tidak memiliki rasa percaya diri maka proses interaksinya dengan manusia lainnya tidak akan berjalan dengan lancar. Disebutkan oleh Ghufron dan Risnawita(2011) salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yaitu konsep diri. Konsep diri ini akan membentuk kepercayaan diri yang dimiliki oleh seseorang. Konsep diri yang buruk akan memberikan dampak pula pada tingkat kepercayaan diri yang dimiliki seseorang.

Kepercayaan diri yang baik harus dimiliki oleh setiap orang untuk dapat menjalankan kehidupannya dengan lancar terlebih lagi untuk seorang mahasiswa yang pastinya akan sangat bermanfaat ketika seorang mahasiswa memiliki kepercayaan diri yang baik. Seperti yang sudah disebutkan di atas bahwa konsep diri adalah salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seorang individu. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Sari & Khoirunnisa (2021) tentang Hubungan antara Konsep Diri Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Jurusan X yang sedang Menyelesaikan

Skripsi di masa Pandemi Covid-19 dikatakan bahwa konsep diri yang baik atau tinggi pada mahasiswa maka mahasiswa tersebut akan memiliki kepercayaan diri yang baik atau tinggi pula. Hal tersebut menunjukkan bahwa memang kepercayaan diri seseorang yang baik tidak terlepas dari faktor penyebabnya yaitu konsep diri.

Berdasarkan pemaparan di atas terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan konsep diri yaitu konsep diri mempengaruhi kepercayaan diri yang dimiliki mahasiswa. Jadi dapat diperkirakan hasil dari penelitian ini yaitu konsep diri yang baik atau tinggi dapat mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa menjadi baik atau tinggi pula. Sebaliknya jika konsep diri yang rendah dapat mempengaruhi kepercayaan diri mahasiswa menjadi rendah. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai Hubungan antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Mahasiswa Angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma.

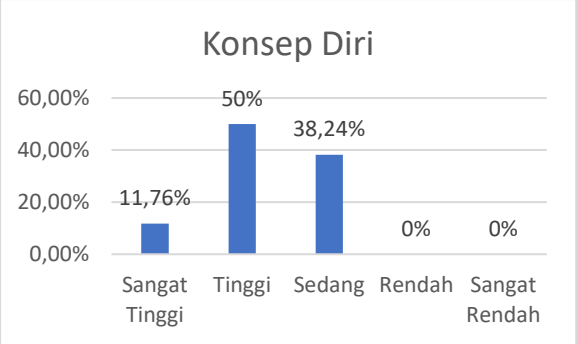
METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif korelasional. Penelitian ini dilakukan di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta, khususnya pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling angkatan 2020. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa program studi Bimbingan Konseling angkatan 2020 di Universitas Sanata Dharma Yogyakarta yang berjumlah 102 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan 2 skala. Skala pertama konsep diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh R.B. Burns dan skala kedua kepercayaan diri disusun berdasarkan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Lauster. Skala Likert dengan empat alternatif jawaban digunakan untuk mengukur konsep diri dan kepercayaan diri mahasiswa. Alternatif jawaban yang digunakan adalah sangat sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Pernyataan yang disajikan dalam kuisioner terdiri dari dua bentuk, yaitu favorable (mendukung) dan unfavorable (menolak), tergantung dari atribut yang sedang diukur. Total instrument yang digunakan berjumlah 72 item. Setelah melakukan uji validitas didapatkan hasil 32 item valid pada instrument konsep diri dan 27 item valid pada instrument kepercayaan diri.

Uji reliabilitas dilakukan menggunakan formula *Alfa Cronbach* dengan bantuan program JASP. Pada skala konsep diri didapatkan hasil sebesar 0,926 yang berarti instrument tersebut >0,90 dan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi. Sedangkan pada skala kepercayaan diri didapatkan hasil sebesar 0,931 yang berarti instrument tersebut >0,90 dan memiliki reliabilitas yang sangat tinggi. Oleh karena itu kedua instrument tersebut dapat dikatakan reliabel dan layak digunakan.

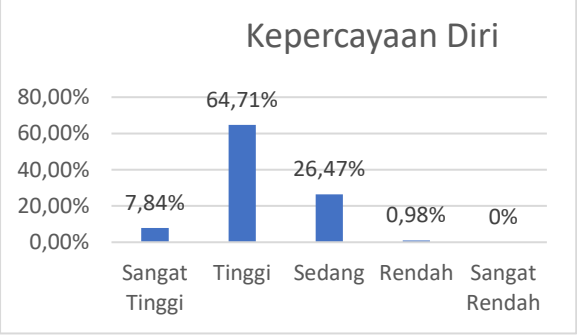
Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 1, Juni 2023, pp 26-32
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

HASIL DAN PEMBAHASAN



Grafik 1.1 Capaian Hasil Konsep Diri

Berdasarkan grafik konsep diri diatas dapat dilihat bahwa terdapat 11,76% mahasiswa dengan konsep diri sangat tinggi, 50% mahasiswa dengan konsep diri tinggi, 38,24% mahasiswa dengan konsep diri sedang, dan tidak ada mahasiswa dengan konsep diri rendah dan sangat rendah.



Grafik 1.2 Capaian Hasil Kepercayaan Diri

Selanjutnya dilihat dari grafik kepercayaan diri diatas terdapat 7,84% mahasiswa dengan kepercayaan diri sangat tinggi, 64.71% mahasiswa dengan kepercayaan diri tinggi, 26,47% mahasiswa dengan kepercayaan diri sedang, 0,98% mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah, dan tidak terdapat mahasiswa dengan kepercayaan diri sangat rendah.

Dari penelitian yang telah dilakukan menunjukan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswa. Hasil yang didapat dari uji korelasi menggunakan program JASP 0.17.0.0 adalah nilai *r spearman* sebesar 0,606 dengan nilai $\rho < 0{,}001$ yang berarti hubungan tersebut masuk dalam kategori kuat dan signifikan. Kesimpulan dari uji korelasi tersebut berarti semakin tinggi konsep diri pada mahasiswa maka semakin tinggi juga kepercayaan diri mahasiswa, sebaliknya jika konsep diri yang dimiliki mahasiswa rendah maka kepercayaan diri yang dimiliki akan rendah juga.

Menurut Pardede (Oktaria & Pardede, 2008) konsep diri merupakan penilaian atau evaluasi oleh individu terhadap dirinya sendiri. Hal ini melibatkan pemahaman individu terhadap karakteristik, kemampuan, nilai-nilai, dan sikap yang dimilikinya. Dalam konsep diri, individu menilai sejauh mana ia merasa puas atau tidak puas dengan aspek-aspek yang ada dalam dirinya, seperti penampilan fisik, prestasi akademik, keterampilan social, dan lain sebagainya. Dengan kata lain, konsep diri adalah cara individu memandang dan mengevaluasi dirinya sendiri. Pandangan Burns (1993) menyatakan bahwa konsep diri melibatkan hubungan antara sikap dan keyakinan terhadap diri sendiri. Sikap mengacu pada evaluasi afektif atau perasaan yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri. Ini

Solusi : Jurnal Konseling dan Pengembangan Pribadi
Situs web:https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/index
Volume 5, Nomor 1, Juni 2023, pp 26-32
p-ISSN: 2684-7655 dan e-ISSN: 2716-1315

mencakup perasaan positif atau negatif, seperti rasa bangga, rasa percaya diri, atau rasa malu dan rendah diri. Sikap ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pengalaman hidup, interaksi sosial, dan persepsi orang lain tentang diri individu. Keyakinan mengacu pada pandangan individu tentang kemampuan, nilai-nilai, dan potensi dirinya. Ini mencakup keyakinan tentang keterampilan, kompetensi, dan keahlian yang dimiliki individu, serta nilai-nilai yang menjadi panduan dalam kehidupan. Keyakinan ini dapat mempengaruhi cara individu berperilaku, mengambil keputusan, dan merespon tantangan dan kesempatan yang muncul dalam kehidupan sehari-hari.

Penilaian individu terhadap dirinya sendiri adalah proses dimana individu melakukan pengukuran tentang keadaan dirinya, membandingkannya dengan harapan atau standar yang mereka anggap penting. Dalam penilaian ini, individu menilai sejauh mana mereka merasa mencapai atau tidak mencapai apa yang mereka anggap dapat dan seharusnya terjadi dalam diri mereka. Penilaian ini kemudian mempengaruhi tingkat harga diri individu, yang pada gilirannya akan mempengaruhi perilaku mereka sehari-hari (Calhoun, 1990). Tingkat harga diri individu sangat dipengaruhi oleh sejauh mana mereka menghargai diri sendiri. Semakin tinggi tingkat penghargaan diri individu, semakin positif konsep diri yang mereka miliki. Ini berarti bahwa mereka memiliki pandangan yang lebih baik tentang kemampuan, potensi, dan nilai-nilai mereka. Sebaliknya, jika individu tidak menghargai diri mereka dengan baik, konsep diri mereka cenderung negative. Mereka mungkin memiliki pandangan yang rendah tentang diri sendiri dan merasa kurang kompeten atau tidak berharga. Penilaian diri yang dilakukan individu sendiri memiliki dampak terhadap konsep diri mereka. Tingkat penghargaan diri yang positif cenderung menghasilkan konsep diri.

Santrock (2003) menjelaskan bahwa kepercayaan diri seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang meliputi penampilam fisik, konsep diri, hubungan dengan orang tua, dan hubungan dengan teman sebaya. Dari pernyataan diatas disebutkan bahwa yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satunya adalah konsep diri. Pernyataan tersebut menyatakan konsep diri yang positif memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kepercayaan diri seseorang. Konsep diri yang positif mencakup pandangan yang positif tentang kemampuan, potensi, dan nilai-nilai diri sendiri. Ketika seseorang memiliki konsep diri yang positif, mereka cenderung memiliki keyakinan yang kuat tentang kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan, meraih sukses, dan mengatasi hambatan dalam kehidupan. Konsep diri yang positif memberikan dasar yang kuat untuk meningkatkan kepercayaan diri. Seseorang dengan konsep diri yang positif memiliki keyakinan lebih besar dalam kemampuan dan nilai-nilai dirinya. Mereka merasa yakin dengan

diri sendiri dan mampu mengatasi ragu atau ketidakpastian. Kepercayaan diri yang tinggi ini memungkinkan individu untuk mengambil resiko, berani menghadapi tantangan, dan memiliki sifat positif terhadap dirinya sendiri. Sebaliknya, jika seseorang memiliki konsep diri yang negatif, dengan pandangan yang rendah tentang diri sendiri, ini dapat menghambat perkembangan kepercayaan diri mereka. Konsep diri yang negatif dapat menghasilkan keraguan, kekhawatiran berlebihan, dan perasaan tidak mampu. Hal ini dapat menghambat seseorang dalam mengambil langkah maju, mengambil resiko, dan mencapai potensi penuh mereka. Oleh karena itu konsep diri yang positif memiliki peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri seseorang. Dengan membangun konsep diri yang positif, individu dapat mengembangkan kepercayaan diri yang kokoh dan menjadi lebih percaya diri dalam menghadapi berbagai situasi dalam kehidupan.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis penelitian ditemukan bahwa antara konsep diri dengan kepercayaan diri terdapat hubungan yang positif. Konsep diri yang tinggi muncul karena beberapa faktor yaitu, interaksi sosial, orang-orang di sekitar pengalaman pribadi, dan penampilan fisik. Pada kepercayaan diri yang tinggi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, persepsi diri, pengaruh lingkungan sekitar, pola asuh yang diberikan, trauma di masa lalu, bentuk fisik, dan tingkat pendidikan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan diatas dapat diambil kesimpulan bahwa Terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Semakin tinggi konsep diri yang dimiliki mahasiswa, maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang miliki oleh mahasiswa.

Tingkat konsep diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta cenderung ada dalam kategori tinggi. Serta tingkat kepercayaan diri pada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma Yogyakarta cenderung ada dalam kategori tinggi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2020 Universitas Sanata Dharma yang telah bersedia menjadi responden dan mengisi kuesioner dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

Asiyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Jurnal Psikologi Indonesia*, *2*(2), 108–121.

Burns. (1993). *Konsep Diri : Teori, pengukuran, perkembangan, dan perilaku* (Eddy, Ed.). Penerbit Arcan.

Ifdil, I., Denich, A. U., & Ilyas, A. (2017). Hubungan Body Image dengan Kepercayaan Diri Remaja Putri. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, *2*(3), 107–113. https://doi.org/10.17977/um001v2i32017p107

Mamlu'ah, A. (2019). Konsep Percaya Diri dalam Al Quran Surat Ali Imran Ayat 139. *Jurnal Pendidikan Dan Kajian Keislaman*, *01*, 31.

Mirhan, O. :, Betty, J., & Jusuf, K. (2016). Hubungan antara Percaya Diri dan Kerja Keras dalam Olahraga dan Keterampilan Hidup. *Jurnal Olahraga Prestasi*, *12*(1), 87.

Nurika, B. (2016). *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Remaja yang Mengunggah Foto Selfie di Instagram (Ditinjau dari Jenis Kelamin dan Usia)*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Oktaria, Y., & Pardede, K. (2008). Konsep Diri Anak Jalanan Usia Remaja. *Jurnal Psikologi*, *1*(2).

Sari, D. U., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan antara Konsep Diri Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa Jurusan X yang sedang Menyelesaikan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Penelitian Psikologi*, *08*.

Zulkarnain, I., Asmara, S., & Sutatminingsih, R. (2020). *Membentuk Konsep Diri Melalui Budaya Tutur: Tinjauan Psikologi Komunikasi* (F. I. Butsi, Ed.). Puspantara.