



BRPKM

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

Hubungan Antara Konsep Diri dan Dukungan Sosial terhadap Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa

WILUJENG TRISNANINGTIYAS DEWI UTARI & DEWI RETNO SUMINAR*

Departemen Psikologi Pendidikan dan Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa. Jumlah partisipan dalam penelitian sebanyak 104 partisipan dengan rentang usia 18 hingga 25 tahun. Metode dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Teknik analisis pada penelitian ini adalah uji korelasi menggunakan bantuan *software SPSS*. Hasil yang didapatkan adalah konsep diri dan dukungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 <0,05 yang artinya secara simultan keduanya memiliki hubungan secara signifikan terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa.

Kata kunci: *konsep diri, dukungan sosial, kepercayaan diri*

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self concept and perceived social support on self confidence in student. The number of study partisipan was 104 participants aged between 18 to 25 years. The method in this study uses a quantitative approach. The analysis technique in this research is correlation test using SPSS software. The result obtained are self concept and perceived social support have a significance value of 0,000 <0,05 it means that simultaneously both have a relationship on the self confidence.

Keywords: *self concept, perceived social support, self confidence*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), tahun, Vol. X(no), pp,

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: dewi.suminar@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Mahasiswa adalah pelajar di perguruan tinggi. Perguruan tinggi merupakan puncak dari lembaga pendidikan bersifat formal yang perlu melakukan upaya perbaikan secara terus menerus untuk mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas. Sudah sepatutnya bagi mahasiswa yang merupakan tingkatan tertinggi dari siswa dalam lingkup pendidikan formal untuk memiliki kemampuan serta wawasan keilmuan melebihi siswa pada umumnya. Percaya diri adalah kepercayaan akan kemampuannya sendiri yang memadai dan menyadari kemampuan yang dimiliki serta dapat memanfaatkannya. Kepercayaan diri dapat muncul karena keyakinan tentang kemampuan yang dimiliki. Bagi para mahasiswa memiliki kepercayaan diri merupakan hal yang seharusnya dimiliki karena untuk menunjang kegiatan selama di perkuliahan (Utami et al., 2018).

Individu yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi tentu tidak akan mengalami kesulitan untuk berinteraksi dan mengikuti arus perkembangan zaman yang semakin modern. Individu tersebut tentu saja akan dengan sangat mudah untuk menjalin relasi dengan individu lainnya sehingga ia dapat mengembangkan potensi-potensi yang ada pada dirinya. Namun sebaliknya, apabila seorang individu memiliki kepercayaan diri yang rendah maka potensi-potensi yang ia miliki tidak dapat berkembang secara maksimal dan ia akan mengalami kesulitan untuk beradaptasi dengan orang-orang disekitarnya.

Kepercayaan diri pada seseorang sangat dibutuhkan sebagai suatu kesiapan mental yang dapat menjadikan seseorang menjadi lebih percaya diri dengan kemampuan yang dimilikinya. Secara sederhana rasa percaya diri dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap segala aspek kelebihan yang dimilikinya dan keyakinan tersebut membuat seseorang merasa mampu untuk dapat mencapai berbagai macam tujuan di hidupnya (Hakim, 2005).

Kemudian Santrock menjelaskan bahwa seseorang yang memiliki prestasi tinggi atau mampu membuat suatu prestasi besar maka seseorang tersebut memiliki kepercayaan diri yang tinggi, karena dengan prestasi tinggi yang dimilikinya maka seseorang dapat menunjukkan kepada khalayak umum dan dunia luar bahwa individu tersebut diakui keberadaannya serta mampu untuk membuat prestasi (Santrock, 2003). Lalu terdapat pendapat lain yang mengemukakan bahwa individu yang tidak memiliki kepercayaan diri biasanya dikarenakan oleh individu yang tidak mendidik dirinya sendiri, individu tersebut hanya menunggu orang melakukan sesuatu kepada dirinya (Mastuti, 2008).

Para mahasiswa pada dasarnya memiliki harapan yang sangat besar untuk dapat berhasil dan mencapai serta mewujudkan apa yang menjadi cita-citanya. Keberhasilan yang ingin dicapai ditentukan oleh beberapa faktor. Diantaranya seperti kepandaian, keterampilan dan kepercayaan diri untuk selalu bersikap optimis pada kemampuan yang dimilikinya. Kepandaian dan kepercayaan diri sejatinya dapat berjalan seimbang. Apabila mahasiswa yang pandai namun memiliki kepercayaan diri yang rendah tentu akan sulit untuk mengembangkan potensinya. Rendahnya kepercayaan diri sering terlihat dalam tahap dewasa awal yang merupakan masa peralihan dari masa remaja. Mahasiswa adalah individu yang sedang menimba ilmu dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas. Mahasiswa Indonesia yang baru saja lulus dinilai kurang memiliki kepercayaan diri dibandingkan dengan mahasiswa lulusan luar negeri. Pentingnya untuk memiliki rasa percaya diri sangat dibutuhkan dalam persaingan di dunia usaha. Hasil riset menunjukkan bahwa mahasiswa Indonesia yang baru saja lulus memiliki kemampuan akademik maupun teori yang kuat, tetapi belum terasah dalam *soft skill* yang dimiliki. Mahasiswa Indonesia sangat memiliki banyak ide cemerlang, tetapi kesulitan dalam

mengungkapkan pendapatnya. Hal inilah yang membuat mereka cenderung lebih menerima pendapat orang lain daripada mengemukakan pendapatnya sendiri (Rasadi, 2018).

Dengan adanya kepercayaan diri para mahasiswa yang nantinya akan memasuki dunia kerja diharapkan akan semakin mampu untuk mengekspresikan dan mengimplementasikan kemampuan serta kompetensi yang dimilikinya setelah menyelesaikan jenjang pendidikannya. Sehingga ketika harus menghadapi sebuah kompetisi, para mahasiswa sebagai angkatan kerja yang produktif telah siap secara praktek dan juga mental (Yunita, 2013).

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri rendah akan mempengaruhi pencapaian prestasinya, tetapi berbeda dengan dengan seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan dapat lebih menghargai dirinya dengan lebih tinggi dibandingkan dengan seorang individu yang memiliki kepercayaan diri rendah (Locke, 2005).

Kepercayaan diri yang tinggi memiliki peran yang penting dalam memberikan sumbangan yang bermakna dalam proses kehidupan seseorang, karena apabila seseorang memiliki kepercayaan diri yang tinggi, maka akan timbul motivasi untuk melakukan hal-hal penting dalam hidupnya. Pernyataan ini sejalan dengan Iswidharmanjaya & Agung yang mengatakan bahwa dengan kepercayaan diri yang cukup seseorang dapat mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya dengan yakin dan optimal (Iswidharmanjaya & Agung, 2005).

Sebanyak 26,89%, ditemukan bahwa masalah kepribadian yang paling sering muncul ialah rendahnya kepercayaan diri pada remaja yang baru saja memasuki dunia perkuliahan. Kemudian berdasarkan hasil survey terhadap 20 mahasiswa di sebuah politeknik di Jakarta, ditemukan hasil sebanyak 20% responden mengatakan bahwa saat pertama kali menjadi mahasiswa baru umumnya mereka memiliki kepercayaan diri yang belum baik. Rendahnya kepercayaan diri yang mereka miliki, umumnya disebabkan karena belum mengenal lebih dekat terhadap teman baru mereka, memiliki kebingungan mengenai apa yang akan mereka jalani, merasa takut gagal dalam menjalani perkuliahan dan sebagainya. Hal ini tentu saja sudah cukup jelas menunjukkan bahwa masalah perkembangan pada mahasiswa perlu menjadi perhatian terutama perkembangan psikososialnya yakni rasa kepercayaan dirinya (Solihah, 2015).

Menurut A Kasandra Putranto yang merupakan seorang psikolog remaja, kepercayaan diri dibangun dari pemikiran awal mengenai diri sendiri, impian dan harapan terhadap masa depan serta kapasitas diri untuk menampilkan sikap positif, ketahanan mental dan semangat mewujudkan prestasi. Hal ini dimulai dengan membangun konsep diri yang diperuntukkan untuk mencapai aktualisasi diri. Individu yang diberikan dan mendapatkan penguatan positif akan mengembangkan konsep diri yang lebih baik. Untuk memiliki kepercayaan diri dan membangkitkan semangat di tengah aktivitas yang padat, kalangan remaja dan generasi milenial membutuhkan dukungan dari orang-orang disekelilingnya (Handayani, 2019).

Pada umumnya, dukungan sosial merupakan sumber emosional, informasional atau pendampingan yang diberikan oleh orang-orang di sekitar individu untuk menghadapi permasalahan dan krisis yang terjadi sehari-hari. Dukungan sosial dapat berasal dari orang-orang di sekitar seperti teman, tetangga, teman kerja dan keluarga. Ketika dukungan sosial muncul dari lingkungan sekitar, maka dengan seiring berjalannya waktu individu akan menemukan jati diri dan kepercayaan diri. Hal ini merupakan salah satu ciri individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru (Muntaha, 2016).

Lingkungan keluarga merupakan lingkungan sosial pertama yang sangat berpengaruh dalam pembentukan kepercayaan diri pada individu. Keluarga memberikan peran penting terhadap anak karena keluarga merupakan pilar utama dalam membentuk kemandirian anak (Santrock, 2003). Rodin & Salovey (Smet, 1994) mengatakan bahwa dukungan sosial yang terpenting adalah dukungan dari keluarga atau orang tua. Orang tua berperan sebagai tokoh penting dengan siapa nantinya anak akan menjalin hubungan dan merupakan sistem pendukung ketika anak mulai mengawali dan memasuki suatu dunia sosial yang luas (Santrock, 2003). Pendapat serupa disebutkan oleh (Sarafino & Smith, 2014) yang mengatakan bahwa dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai macam sumber seperti orang tua, suami, istri, keluarga, teman kerja dan organisasi kemasyarakatan.

Menurut Sarafino, dukungan sosial merupakan suatu dorongan yang dapat dirasakan, penghargaan dan kepedulian yang diberikan oleh orang-orang yang berada di sekeliling individu sehingga dukungan yang dirasakan akan sangat penting. Dukungan sosial adalah pemberian informasi baik secara verbal maupun non-verbal, pemberian bantuan tingkah laku atau pemberian materi yang menuntut seseorang meyakini bahwa dirinya berharga. Mahasiswa dengan dukungan sosial yang lebih tinggi akan memiliki pikiran lebih positif terhadap situasi-situasi sulit dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki tingkat dukungan sosial yang rendah (Masrifah, 2017).

Santrock (2003) mengatakan bahwa terdapat dua sumber penting yang berpengaruh terhadap kepercayaan diri individu, yaitu penampilan fisik yang meliputi bentuk tubuh serta cara berpakaian dan dukungan sosial dari orang-orang sekitarnya. Pendapat tersebut dapat dikatakan bahwa ketika adanya peran dukungan sosial maka kepercayaan diri individu akan mengalami peningkatan. Kepercayaan diri tidak hanya dipengaruhi oleh diri sendiri tetapi lingkungan sosial juga mempengaruhi kepercayaan diri. Hal ini sejalan dengan teori ekologi Bronfenbrenner yang mengatakan bahwa teori ekologi merupakan sebuah teori yang menekankan pada pengaruh lingkungan dalam perkembangan setiap individu dimana dalam perkembangan individu merupakan hasil interaksi dengan lingkungannya sendiri. Hubungan interaksi individu dengan lingkungan sosial sekitar secara signifikan dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan individu (Bronfenbrenner, 1979).

Dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang penting untuk mendukung kepercayaan diri seseorang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Freeman & Rees (2011) mengenai *the perceived available support in sport questionnaire*. Penelitian ini membuktikan bahwa dukungan sosial telah menjadi faktor penting bagi seseorang dan dapat berpengaruh pada kepercayaan dirinya (Freeman & Rees, 2007).

Dukungan sosial mengacu pada kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian, atau membantu orang menerima dari orang-orang atau kelompok lain. Dukungan sosial berkaitan dengan keuntungan yang didapat individu melalui hubungan dengan orang lain. Individu yang memiliki hubungan yang dekat dengan orang lain seperti keluarga atau teman akan mampu meningkatkan kemampuannya untuk mengelola masalah yang dihadapinya. Konsep diri dan dukungan sosial sangat berhubungan dalam membentuk interaksi sosial yang baik dalam kehidupan mahasiswa di lingkungan kampus. Konsep diri yang baik serta dukungan sosial yang positif dapat membantu mahasiswa untuk memiliki kepercayaan diri yang baik sehingga mahasiswa tersebut dapat memiliki hubungan sosial yang baik dengan orang-orang disekitarnya (Pasaribu, 2016).

Memiliki kepercayaan diri yang tinggi sangat penting bagi mahasiswa. Sehingga dibutuhkan faktor yang dapat meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswa. Menurut penelitian Jenaabadi, faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah dukungan sosial. Demikian pula dalam penelitian yang

dilakukan oleh Santoso pada 2016 yang menyatakan bahwa faktor yang berpotensi dapat mempengaruhi kepercayaan diri seseorang ialah dukungan sosial. Hasil penelitiannya juga menunjukkan adanya dukungan sosial yang memiliki pengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri (Faizah, 2021).

Menurut Hurlock (2003 dalam Fatimah, 2012) konsep diri merupakan pemahaman atau gambaran seseorang mengenai dirinya yang dapat dilihat dari dua aspek, yaitu aspek fisik dan aspek psikologis. Gambaran fisik diri menurut Hurlock (2003 dalam Fatimah, 2012), terjadi dari konsep yang dimiliki individu tentang penampilannya, kesesuaian dengan jenis kelamin, arti penting tubuhnya dalam hubungan dengan perilakunya, dan rasa malu terhadap tubuhnya dan dimata orang lain. Sedangkan gambaran psikis diri atau psikologis terdiri dari konsep individu tentang kemampuan dan ketidakmampuannya, harga dirinya, dan hubungannya dengan orang lain. Dan konsep diri terbentuk karena adanya interaksi dengan orang-orang terdekat yang berada disekitarnya. Kemudian konsep diri juga merupakan suatu obyek timbul di dalam interaksi sosial sebagai suatu hasil perkembangan dari perhatian individu tersebut mengenai bagaimana orang-orang bereaksi kepadanya. Dengan kata lain, konsep diri adalah ciptaan sosial, hasil belajar individu melalui hubungannya dengan orang lain (Burns, 1993).

Saat seseorang memiliki kepercayaan diri, seseorang tersebut memiliki anggapan bahwa ia memiliki kesanggupan dalam menghadapi berbagai hal di kehidupan sehari-harinya. Makin tinggi kepercayaan diri maka ia akan semakin berani menyelesaikan tantangan yang diterimanya. Ketika ia berhasil menyelesaikan tantangan yang dihadapinya tentu akan menambah rasa percaya dirinya. Sebaliknya, ketika berhasil melakukan suatu hal yang tidak menantang umumnya dapat mengakibatkan rendahnya percaya diri dikarenakan ia dapat dengan begitu mudah menyelesaikan tantangan yang ia hadapi (Margono, 2005).

Menurut Bandura, kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seorang individu bahwa ia mampu berperilaku seperti yang dibutuhkan agar mencapai hasil yang diharapkan. Kemudian Lauster, memberikan pendapat bahwa kepercayaan diri ialah suatu sikap atau perasaan yang yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga individu tersebut tidak merasakan kecemasan berlebihan dalam melakukan tindakan, ia merasa bebas dalam menjalankan hal yang disukainya dan dapat bertanggung jawab atas perilakunya, hangat dan sopan serta ramah dalam berinteraksi dengan orang disekitarnya hingga memiliki dorongan untuk berprestasi. Kepercayaan diri juga merupakan hal yang krusial bagi individu. Dikarenakan dapat menjadi sebuah keyakinan yang mendukung untuk dapat mencapai berbagai tujuan hidup serta agar tidak berputus asa meskipun mendapatkan kegagalan di setiap langkahnya (Fajrien et al., 2016).

Maslow berpendapat bahwa rasa percaya diri merupakan sebuah hal yang cukup penting untuk pengembangan individu dalam aktualisasi diri (eksplorasi kemampuan dalam diri), dikarenakan individu yang memiliki kepercayaan diri dapat lebih mengenali serta memahami diri sendiri. Namun, jika seorang individu memiliki kepercayaan diri yang kurang tentu akan mengalami kesulitan untuk mengembangkan potensi-potensi yang ia miliki dan beresiko menjadi seseorang yang pesimis saat menghadapi tantangan, selalu merasa takut dan ragu ketika hendak menyampaikan gagasan, kemudian cenderung bimbang saat menentukan pilihan dan sering membandingkan dirinya dengan orang lain disekitarnya. Rasa kepercayaan diri tidak mungkin dapat muncul dan berkembang dengan baik apabila individu tersebut beranggapan bahwa ia bukanlah manusia yang sempurna. Sangat tidak dipungkiri bahwa konsep diri yang dimiliki oleh setiap individu sangat beragam. Oleh sebab itu, agar

rasa kepercayaan diri dapat tumbuh dan berkembang semestinya diperlukannya konsep diri yang positif. Apabila individu tersebut memiliki konsep diri positif yang tertanam di benaknya dan orang-orang disekitarnya pun demikian, maka sangat memungkinkan individu tersebut memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Sehingga, ia dapat dengan mudah mengaktualisasikan dirinya. Dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya dan dapat dengan sangat siap dalam menghadapi perubahan yang terjadi (Kharisma, 2015).

Aktualisasi diri sangat penting bagi perkembangan individu. Dengan memiliki kemampuan aktualisasi diri yang baik akan membuat individu mampu mengembangkan bakat dan potensinya dengan optimal. Cara seseorang dalam proses mengaktualisasikan dirinya dengan terus berusaha untuk membuat sesuatu yang terbaik sesuai dengan kemampuan atau potensi di bidang masing-masing. Aktualisasi diri merupakan kemampuan individu dalam mengembangkan potensi yang dimilikinya. Terwujudnya aktualisasi diri pada mahasiswa tidak hanya membutuhkan peran lingkungan, namun juga membutuhkan peran kepercayaan diri serta teman sebaya yang mendukung dalam menjalani proses menuju aktualisasi diri. Mahasiswa yang mampu beraktualisasi diri akan melihat kesulitan dalam hidup sebagai suatu pembelajaran yang harus dicari solusi agar kesulitan tersebut selesai. Sedangkan individu yang memiliki aktualisasi diri yang rendah akan merasa dirinya tidak mampu melakukan apa-apa dan tidak dapat mengenali dirinya sendiri dengan baik sehingga untuk mengembangkan potensinya akan menemukan sebuah hambatan. Berdasarkan hal tersebut bahwa peran diri individu itu sendiri maupun peran lingkungan baik itu peran keluarga, lingkungan sekolah, masyarakat atau kelompok teman sebaya sangat berperan dalam membantu individu mencapai aktualisasi diri (Rachman, 2019).

Konsep Diri

Menurut Calhoun dan Acocella konsep diri adalah pandangan seseorang tentang dirinya sendiri. Konsep diri merupakan struktur kognitif yang termasuk di dalamnya konten, sikap atau penilaian evaluative yang digunakan untuk memahami dunia, memfokuskan perhatian pada satu tujuan dan melindungi rasa berharga seseorang (Calhoun, 1990).

Konsep diri adalah sebagaimana diri dipersiapkan, diamati, serta dialami oleh individu. Konsep diri merupakan susunan pola persepsi yang teroganisir. William H. Fitts meninjau konsep diri secara fenomenologis yaitu bahwa diri (*self*) merupakan aspek penting dalam diri seseorang karena konsep diri merupakan kerangka acuan dalam berinteraksi dengan lingkungan. Jika individu mempersepsikan diri, bereaksi terhadap dirinya maka hal ini menunjukkan suatu kesadaran diri dan kemampuan untuk keluar dari diri sendiri (Ramadhan, 2016).

Dengan terbentuknya konsep diri individu dapat mengevaluasi pengalaman-pengalamannya yang berkaitan dengan penerimaan dan penghargaan orang lain terhadap dirinya. Sebagaimana yang disebutkan oleh Maslow bahwa kepercayaan diri akan berkembang dari konsep diri dan harga diri yang positif (Andayani & Afiatin, 1995).

Dukungan Sosial

Cutrona (1996) mendefinisikan dukungan sosial sebagai bentuk respon akan kebutuhan orang lain dengan cara memberikan perhatian, menghargai atau memfasilitasi seseorang agar lebih adaptif menghadapi masalah melalui pemberian informasi, pendampingan maupun bantuan dalam bentuk

nyata seperti memberikan pekerjaan, memberikan atau meminjamkan uang dan lain sebagainya. Dukungan sosial mengacu pada sumber daya yang disediakan orang lain dan diberikan kepada individu yang dapat mensejahterakannya (Cutrona & Russell, 1987).

Kepercayaan Diri

Definisi kepercayaan diri menurut Gael Lindenfield adalah meyakinkan pada kemampuan dan penilaian diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Hal ini termasuk kepercayaan atas kemampuannya menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan atau pendapatnya. Sedangkan menurut Lauster kepercayaan diri adalah keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki diri sendiri yang diperoleh dari pengalaman sejak kecil (Lauster, 1995). Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai suatu sikap dan perasaan yakin terhadap kemampuan diri sendiri dan mampu bertanggung jawab terhadap tindakan yang akan dilakukan serta tidak merasa cemas terhadap semua tindakan yang telah dilakukan, sopan dalam berinteraksi, adanya dorongan untuk berprestasi, mampu menghargai orang lain serta mengetahui kelebihan dan kekurangan yang dimiliki (Amalia, 2017).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah:

H₁: Ada hubungan antara konsep diri terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa.

H₂: Ada hubungan antara dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa.

H₃: Ada hubungan antara konsep diri dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa secara simultan.

METODE

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif menekankan pada analisis data-data kuantitatif (angka) yang dikumpulkan melalui prosedur pengukuran dan diolah menggunakan metode analisis statistika dengan melibatkan variabel yang diidentifikasi secara jelas dan terukur (Azwar, 2017). Sedangkan berdasarkan tujuan penelitian, penelitian ini menggunakan penelitian korelasional yang bertujuan untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan yang ada diantara variabel-variabel. Terdapat tiga variabel dalam penelitian ini, yaitu dua variabel dependen (konsep diri dan dukungan sosial) dan satu variabel dependen yaitu kepercayaan diri.

Metode pengumpulan data yang digunakan untuk penelitian ini adalah metode survei dengan menggunakan kuesioner berisikan pertanyaan-pertanyaan yang bertujuan untuk mendapatkan data yang dibutuhkan dari banyak responden. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling* yang digunakan dengan menentukan subjek secara spesifik sesuai dengan kriteria yang ditentukan dalam penelitian. Kriteria pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif dengan rentang usia 18 sampai 25 tahun. Berdasarkan rumus penentuan jumlah sampel menurut Tabachnick & Fidell (Pallant, 2010) didapatkan hasil untuk jumlah minimal sampel dalam penelitian ini sebanyak 66 partisipan. Dan total partisipan yang diperoleh dalam penelitian ini sebanyak 104.

Dalam penelitian ini, skala konsep diri menggunakan skala yang disusun berdasarkan dimensi konsep diri yang dijelaskan oleh Calhoun dan Acocella dengan total aitem sebanyak 36. Terdiri dari aitem *favorable* yang berjumlah 18 dan aitem *unfavorable* berjumlah 18. Pendekatan yang digunakan untuk memperoleh respon dari partisipan adalah dengan menggunakan Skala Likert yang memiliki rentang respon 1 hingga 4, yaitu 1= sangat tidak setuju hingga 4= sangat Setuju.

Kemudian skala dukungan sosial yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial dalam penelitian ini adalah *Social Provision Scale* (SPS) yang dikembangkan oleh Cutrona yang mengacu pada interaksi individu dengan orang lain. *Social provision scale* dikembangkan berdasarkan enam dimensi yaitu *reliable alliance, guidance, reassurance of worth, attachment, social integration, dan oportunity to provide nurturance*. *Social provision scale* memiliki jumlah aitem sebanyak 24 yang terbagi menjadi aitem *favorable* sebanyak 12 dan aitem *unfavorable* sebanyak 12. Pada skala ini memiliki rentang alternatif respon 1 hingga 4, yaitu 1= sangat tidak setuju hingga 4= sangat setuju.

Sedangkan untuk skala kepercayaan diri yang digunakan menggunakan skala kepercayaan diri yang disusun berdasarkan delapan aspek yang dikemukakan oleh Gael Lindenfield. Jumlah aitem dalam skala ini adalah sebanyak 48 aitem yang terbagi menjadi dua bagian seperti pada skala sebelumnya yakni aitem *favorable* berjumlah 24 dan aitem *unfavorable* berjumlah 24. Alternatif respon yang disediakan untuk skala ini menggunakan skala likert dengan rentang alternatif respon 1 hingga 4 yang dimana 1= sangat tidak setuju hingga 4= sangat setuju.

Setelah data didapatkan, peneliti melakukan uji asumsi yang terdiri dari uji normalitas, uji Multikolinearitas dan uji linearitas. Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah sebaran data penelitian tergolong normal atau tidak. Dalam pengujian normalitas, menggunakan Teknik uji normalitas Kolmogorv Smirnov. Berdasarkan uji normalitas yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa sebaran data dalam penelitian ini terdistribusi normal. Selanjutnya untuk uji multikolinearitas dilakukan dengan melihat angka toleransi dan angka Variance Inflation Factor (VIF). Apabila nilai toleransi $>0,1$ dan nilai VIF <10 maka tidak terjadi gejala multikolinearitas. Sedangkan hasil dari uji linearitas lebih dari 0,05 dan dihitung menggunakan bantuan *software SPSS* dengan hasil yang diperoleh adalah konsep diri dan dukungan sosial memiliki hubungan linier dengan kepercayaan diri.

Pada penelitian ini menggunakan analisis korelasi berganda untuk melihat hubungan konsep diri dan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri. Proses analisis data di penelitian ini menggunakan bantuan *software SPSS*.

HASIL PENELITIAN

Analisis deskriptif pada penelitian ini menunjukkan variabel konsep diri memiliki data ($Min=72$; $Max=141$; $Mean=106,51$). Pada variabel dukungan sosial nilai ($Min=38$; $Max=96$; $Mean=74,47$). Kemudian pada variabel kepercayaan diri didapatkan nilai sebesar ($Min=111$; $Max=174$; $Mean=137,43$). Sebagian besar partisipan memiliki skor konsep diri dengan kategori sedang sebanyak 41 subjek dengan persentase 39,4%. Selanjutnya sebanyak 29 subjek berada pada kategori rendah dengan persentase 27,9%. Untuk kategori tinggi sebanyak 22 subjek dengan persentase 21,2%. Lalu sebanyak 8 subjek berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 7,7%. Dan kategori sangat rendah dengan 4 subjek dengan persentase 3,8%. Kemudian sebagian besar skor untuk dukungan sosial berada pada kategori sedang dengan jumlah subjek sebanyak 61 orang dan persentase 58,7%. Kemudian subjek dengan kategori rendah sebanyak 19 dengan persentase 18,3%. Pada kategori tinggi subjek berjumlah 11 dengan persentase 10,6%. Untuk kategori sangat tinggi subjek berjumlah 7 dengan persentase 6,7%. Dan untuk kategori sangat rendah sebanyak 6 subjek dengan persentase yang diperoleh sebanyak 5,8%. Lalu untuk skor kepercayaan diri diperoleh skor kepercayaan diri yang sebagian besar berada pada kategori sedang, dengan jumlah subjek sebanyak 41 dan persentase sebanyak 39,4%. Subjek dengan kategori tinggi sebanyak 20 dan persentase 19,2%. Sedangkan untuk kategori rendah subjek sebanyak 32 dengan persentase sebanyak 30,8%. Kemudian subjek pada

kategori sangat tinggi sebanyak 7 dengan persentase 6,7% dan subjek pada kategori sangat rendah sebanyak 4 dengan persentase 3,8%.

Uji asumsi yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan hasil data penelitian berdistribusi normal, memiliki hubungan yang linear serta tidak bergejala multikolinearitas. Sehingga hasil tersebut memenuhi syarat-syarat untuk melakukan uji korelasi dan regresi linear berganda anatar variabel bebas dan terikat.

Berdasarkan hasil uji korelasi diatas, diketahui bahwa variabel konsep diri dengan kepercayaan diri memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya terdapat hubungan antar variabel. Kemudian untuk koefisien korelasi pada kedua variabel tersebut sebesar 0,858 sehingga dikategorikan sebagai memiliki hubungan yang kuat. Arah hubungannya positif, yang artinya semakin tinggi X maka akan semakin tinggi pula Y. Pada variabel dukungan sosial dengan kepercayaan diri, nilai signifikansi menunjukkan 0,000 yang berarti terdapat hubungan antar variabel. Koefisien korelasi pada kedua variabel yaitu 0,674 dikategorikan memiliki hubungan yang kuat dengan arah hubungan yang positif. Yaitu semakin tinggi variabel X maka akan semakin tinggi pula variabel Y.

Pada uji korelasi berganda yang dilakukan terhadap dua variabel X yaitu konsep diri dan dukungan sosial terhadap satu variabel Y yaitu kepercayaan diri didapatkan hasil nilai sig. F change 0,000 yang berarti dapat diketahui bahwa variabel dalam penelitian ini berkorelasi secara simultan.

DISKUSI

Hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari konsep diri terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa. Hal ini membuktikan bahwa hipotesis penelitian (H_1) diterima. Konsep diri memiliki arah hubungan yang positif terhadap kepercayaan diri sehingga semakin baik konsep diri yang dimiliki maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurika (2016) bahwa terdapat hubungan yang positif dan sangat signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa semakin positif konsep diri individu maka kepercayaan dirinya juga akan semakin tinggi.

Penelitian tersebut juga sejalan dengan Nurhuda bahwa konsep diri dan kepercayaan diri mahasiswa yang menyelesaikan skripsi memiliki hubungan yang positif dan signifikan. Konsep diri menyumbang 51,1% terhadap kepercayaan diri mahasiswa yang menyelesaikan skripsi dan 48,9% lainnya adalah kepercayaan diri yang lain. Hal ini membuktikan bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri positif akan merasa percaya diri dalam mengerjakan skripsinya (Nurhuda, 2019).

Kemudian pada penelitian lainnya menunjukkan hasil bahwa konsep diri dan kepercayaan diri memiliki hubungan yang positif dan signifikansi sebesar 61,1% pada mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. Pada konsep diri mengandung makna bahwa individu dapat memberikan penilaian pada diri sendiri, demikian pula pada kepercayaan diri dimana individu dapat menilai sesuatu secara objektif. Kemudian pada konsep diri juga terdapat makna bahwa individu memiliki pengetahuan terhadap dirinya, dalam kepercayaan diri individu dapat pula mengenali kelebihan serta kekurangan pada dirinya (Hidayati & Savira, 2021).

Faktor-faktor yang mempengaruhi konsep diri diantaranya adalah orang tua, teman sebaya dan masyarakat. Ketiga faktor ini memiliki peran yang sangat penting. Mahasiswa yang mendapatkan dukungan positif baik dari orang tua, teman sebaya maupun masyarakat tentunya akan menumbuhkan konsep diri yang positif. Faktor-faktor tersebut tentunya akan dapat mempengaruhi mahasiswa dalam mengenal dirinya dengan lebih baik. Sehingga dapat menumbuhkan dan mengembangkan rasa percaya diri (Hidayati & Savira, 2021).

Selanjutnya, hasil analisis dukungan sosial terhadap kepercayaan diri didapatkan hasil bahwa kedua variabel tersebut berhubungan. Maka dapat disimpulkan bahwa H_2 diterima. Hasil ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Galuh Fitriana Sakti dan Yuli Azmi Rozali terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan kepercayaan diri. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri yang dimiliki. Jika seseorang mendapatkan dukungan yang positif dari orang lain ia akan merasa bahwa dirinya dihargai oleh orang-orang disekitarnya. Mendapatkan perhatian, dihargai, merasa dicintai dan dipercaya orang lain akan bermanfaat bagi individu tersebut karena ia merasa bahwa dirinya menjadi bagian dari pemberi dukungan tersebut. Oleh sebab itu, dukungan sosial sangatlah dibutuhkan oleh setiap individu untuk dapat memiliki rasa kepercayaan diri yang baik. Semakin banyak dukungan sosial yang didapatkan maka semakin tinggi pula kepercayaan diri yang akan dimiliki (Hapsari, 2021). Berdasarkan hasil uji analisis korelasi berganda antara dukungan sosial dan konsep diri terhadap kepercayaan diri diperoleh hasil bahwa ketiga variabel ini berhubungan secara simultan. Hal ini menjadi akhir dari uji analisis pada penelitian ini, dikarenakan H_3 diterima.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa konsep diri dan dukungan sosial secara simultan maupun terpisah memiliki hubungan yang simultan terhadap kepercayaan diri pada mahasiswa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan puji syukur dan terimakasih kepada Tuhan Yang Maha Esa, kepada seluruh partisipan penelitian yang dengan sukarela mengisi kuesioner, serta seluruh pihak-pihak yang telah membantu proses penulisan, analisis data dan penyelesaian penelitian ini. Semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat dan memberikan wawasan serta pengetahuan yang baru.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Wilujeng Trisnaningtyas Dewi Utari dan Dewi Retno Suminar tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Amalia, F. (2017). *Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Body Dissatisfaction Pada Remaja Perempuan*. Universitas Airlangga.
- Andayani, B., & Afiatin, T. (1995). Konsep Diri, Harga Diri dan Kepercayaan Diri Remaja. *Jurnal Psikologi Universitas Gadjah Mada*, 23–30.
- Azwar, S. (2017). *Metode Penelitian Psikologi*. Pustaka Pelajar.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development: Experiments by Nature and Design*. Harvard University Press.
- Burns, R. B. (1993). *Konsep Diri: Teori, Pengukuran, Perkembangan dan Perilaku* (p. 342). Jakarta : Arcan.
- Calhoun, J. F. (1990). *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (R. S. Satmoko, Trans.). Semarang : IKIP Semarang Press.

- Cutrona, C. E., & Russell, D. W. (1987). The Provisions Of Social Relationships And Adaptation To Stress. *JAI Press Inc*, 37–67.
- Faizah, N. N. (2021). *Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Dalam Metode Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Angkatan 2020 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*.
- Fajrien, S., Hardjono, & Yuliadi, I. (2016). *Perbedaan Kepercayaan Diri Dan Ketahanan Stres Antara Mahasiswa Yang Aktif Dengan Mahasiswa Yang Tidak Aktif Dalam Organisasi Internal Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*. 39–51.
- Freeman, P., & Rees, T. (2007). The effects of perceived and received support on self-confidence. *Journal of Sports Sciences*, 25(9), 1057–1065. <https://doi.org/10.1080/02640410600982279>
- Hakim, T. (2005). *Mengatasi Rasa Tidak Percaya Diri*. Jakarta : Puspa Swara.
- Handayani, I. (2019). Kepercayaan Diri Penting Dimiliki Generasi Milenial. In *Beritasatu.com*. <https://www.beritasatu.com/feri-awan-hidayat/gaya-hidup/583353/kepercayaan-diri-penting-dimiliki-generasi-milenial>
- Hapsari, W. D. (2021). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Rantau*.
- Hidayati, S. R. N., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri Dan Kepercayaan Diri Dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08, 1–11.
- Iswidharmanjaya, A., & Agung, G. (2005). *Satu Hari Menjadi Lebih Baik*. PT. Elex Media Komputindo.
- Kharisma, A. (2015). *Hubungan antara Persahabatan Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja*. 1–8.
- Lauster, P. (1995). *Tes Kepribadian Peter Lauster*. Jakarta Gaya Media Pratama.
- Locke, K. D. (2005). Connecting the Horizontal Dimension of Social Comparison With Self-Worth and Self-Confidence. *University of Idaho*, 795–803.
- Margono, G. (2005). Pengembangan Instrumen Pengukur Rasa Percaya Diri Mahasiswa Terhadap Matematika. *Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2–18.
- Masrifah. (2017). *Pengaruh Dukungan Sosial Dan Strategi Self Regulated Learning Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Pascasarjana Multidisiplin Di Universitas Airlangga Surabaya*. Universitas Airlangga.
- Mastuti, A. (2008). *50 Kiat Percaya Diri*. PT. Buku Kita.
- Muntaha, T. (2016). *Hubungan Dukungan Sosial Dan Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Fakultas Ilmu Sosial Dan Humaniora UIN Sunan Kalijaga*. Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta.
- Nurhuda, W. (2019). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada Mahasiswa Psikologi Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Di Universitas Medan Area*.
- Pallant, J. (2010). *SPSS Survival Manual: A Step By Step Guide To Data Analysis Using The SPSS Program* (4th ed.). New York: MyGraw Hill.
- Pasaribu, S. (2016). Hubungan Konsep Diri Dan Dukungan Sosial Teman Sebaya Dengan Interaksi Sosial Mahasiswa. *Jurnal Analitika Magister Psikologi UMA*, 64–78.
- Rachman, A. (2019). Pengaruh Teman Sebaya Dan Kepercayaan Diri Terhadap Aktualisasi Diri Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling: Jurnal Kajian Psikologi Pendidikan Dan Bimbingan Konseling*, 5, 10–18.
- Ramadhan, R. (2016). *Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Resiliensi Pada Narapidana Anak Di Lembaga Pembinaan Khusus Anak (LPKA) Klas I Kota Blitar*.
- Rasadi, D. T. P. (2018). *Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Berprestasi Belajar Rendah (Studi Deskriptif Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta Tahun Ajaran 2017/2018)*. Universitas Sanata Dharma.

- Santrock, J. W. (2003). *Adolescence Perkembangan Manusia*. Erlangga.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2014). *Health Psychology Biopsychosocial Interactions* (8th ed.). New Jersey : John Wiley & Sons.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT. Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Solihah, I. (2015). *Pengaruh Metode Pengembangan Kepercayaan Diri Remaja Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa*. 1-9.
- Utami, E., Apuanor, & Sudarmono. (2018). Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Ditinjau Dari Public Speaking. *Jurnal Paedagogie*, 71-78.
- Yunita, E. (2013). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Semester Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta*.