

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.01. Latar Belakang Masalah

Menjadi seorang mahasiswa dan memasuki perguruan tinggi sama dengan halnya dengan mulai memasuki masa transisi dari remaja menuju masa dewasa awal. Hurlock membagi masa dewasa sendiri dibagi menjadi tiga, yaitu dewasa dini, dewasa madya, dan dewasa lanjut. Pada masa dewasa awal yang berlangsung pada usia 18 tahun, seorang mahasiswa pada umumnya mulai berusaha memenuhi tugas perkembangannya yaitu dengan mencari pekerjaan paruh waktu, mencari pasangan hidup, mengelola tanggung jawab dengan lebih baik, serta bergabung dalam sebuah kelompok sosial yang sesuai atau cocok (Hurlock, 1980).

Santrock (2002) mengatakan pada masa dewasa awal seharusnya menjadi masa dimana para mahasiswa merasa sangat sehat, karena pada masa ini adalah puncak kemampuan fisik seseorang berkembang sehingga pada masa ini seseorang seharusnya merasa sangat percaya diri dengan kondisi fisik yang dimilikinya. Tak hanya perihal fisik, seseorang yang berada pada masa dewasa awal cenderung mulai bisa mengambil keputusan secara mandiri berkaitan dengan karir, nilai-nilai, keluarga dan hubungan. Seseorang yang beranjak dewasa, biasanya membuat lebih banyak keputusan terutama dalam bidang gaya hidup dan karir. Seharusnya pada masa ini mahasiswa lebih merasa percaya diri karena dapat memiliki banyak kesempatan untuk mengeksplorasi berbagai gaya hidup, nilai-nilai, merasa mandiri. Namun pada kenyataannya, masih ada mahasiswa yang merasa tidak percaya diri setelah memasuki masa dewasa awal.

Kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sebuah keyakinan bahwa individu mampu membuat keputusan, melakukan sesuatu berdasarkan keyakinan sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis (Ghufron dan Risnawita, 2012). Seseorang dengan rasa percaya diri dapat melakukan apapun untuk meraih apa yang telah direncanakan, tidak membicarakan hal yang bersifat negatif pada diri sendiri, tidak menjelek-jelekan apa yang dilakukan, serta individu yang percaya diri tidak membandingkan dirinya dengan orang lain, mereka akan merasa percaya pada kemampuan diri sendiri dan mencoba lagi dan lagi jika mengalami kegagalan (Manktelow, 2009).

Santrock (2003) Ada berbagai faktor yang membuat seseorang mengalami rasa kurang percaya diri, diantaranya penampilan fisik yang diikuti dengan penerimaan oleh teman sebaya, dukungan teman sebaya, konsep diri, kemudian pola asuh serta peran lingkungan keluarga. Amma, Widiani, dan Trishinta (2017) mengatakan didalam keluarga merupakan tempat interaksi anak pertama kali yang didalamnya terdapat cara pengasuhan, sikap, serta interaksi dari orang tua terhadap anak.

Anthony (dalam Rupang, Opod, dan Sinolungan, 2013) berpendapat jika kepercayaan diri setiap individu juga dipengaruhi oleh kondisi fisik yang dimiliki setiap individu. Hal ini dibuktikan dengan hasil wawancara dengan salah satu subjek mengaku jika dirinya merasa tidak percaya diri saat baju yang ia coba tidak sesuai dengan ukuran tubuhnya atau kekecilan. Subjek dengan lingkaran dada yang besar juga merasa tidak percaya diri mengenakan pakaian yang diinginkan.

Kurangnya kepercayaan diri juga berpengaruh pada kemampuan berkomunikasi mahasiswi, 3 dari 5 subjek merasa gugup dan cenderung lebih

banyak diam saat berkomunikasi dengan orang baru sedangkan dalam hal akademik, subjek sering merasa gugup, lemas, hingga tremor saat akan melakukan presentasi tugas. Penelitian yang dilakukan oleh Siska, Sudardjo, dan Purnamaningsih (2003) juga menyatakan jika kepercayaan diri memberikan berpengaruh sebesar 52,6% pada kecemasan komunikasi interpersonal individu.

Amma, Widiati, dan Trishinta (2017) sebanyak 11,1% responden memiliki kepercayaan diri yang negatif dikarenakan kurangnya keberanian untuk bergaul dengan teman sebayanya serta merasa kondisi fisik yang dimiliki kurang menarik sehingga lebih memilih menutup diri untuk berteman dengan bebas.

Ghufro dan Risnawita (2012) menjelaskan jika salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri adalah konsep diri yang terdiri dari dua komponen yaitu citra diri dan harga diri. Citra diri adalah komponen kognitif dari konsep diri yang menjelaskan tentang "siapa diri saya?" yang nantinya akan memberikan gambaran mengenai diri sendiri. Bailey (2003) mendefinisikan citra diri sebagai persepsi subjektif dari diri sendiri, termasuk gambaran tubuh dan kesan dari kepribadian seseorang, kemampuan, dan lain sebagainya. Coon (dalam Bailey, 2003) menjelaskan jika beberapa psikolog mengatakan jika citra diri seseorang adalah gambaran mental, penampilan fisik, penggabungan ekspresi, keinginan, dan perasaan seseorang.

Aryani dalam (Sunastiko, Frieda, dan Putra, 2013) seseorang dalam prosesnya untuk memperoleh jati diri, berusaha membentuk citra tentang dirinya dan hal ini tergambar dari bagaimana ia mempersepsikan dirinya, termasuk seperti apa ia menggambarkan diri secara fisik. Hal tersebut menjadikan gambaran fisik adalah hal yang sensitif sehingga mendorong individu untuk melakukan berbagai upaya agar tampilan fisik yang dimiliki sesuai dengan

tuntutan komunitas sosial yang diikuti. Korichi dalam (Pratiwi dan Suminar, 2017) perempuan yang tidak puas dengan tubuh maupun penampilan fisiknya sendiri, pada umumnya menggunakan peralatan kosmetik untuk memperbaiki citra diri yang kurang.

Berdasar hasil wawancara yang dilakukan peneliti didapatkan hasil jika 3 dari 5 subjek merasa belum puas dengan apa yang telah diraihinya dan masih memiliki banyak keinginan yang hendak diraih baik dari segi fisik dan prestasi. Subjek juga merasa masih sulit untuk menyesuaikan diri dan mencari teman baru. Kebanyakan dari mereka mengatakan jika selalu merasa *insecure* atau gelisah saat berada dalam lingkungan yang baru. Salah satu subjek juga bercerita jika dirinya bukanlah orang yang menarik, subjek masih membutuhkan peralatan *make up* dan untuk menutupi kekurangan yang ada di dirinya.

Menurut Leo dalam (Devya, 2015) menjelaskan salah satu faktor yang berperan dalam pembentukan citra diri individu adalah orang tua, dimana kata-kata dari orang tua dianggap sebuah kebenaran sehingga menimbulkan kepercayaan dalam diri. Devya (dalam Ni'mah dan Rohmatun, 2017) Citra diri yang positif didapatkan saat orang tua dapat menghargai segala sesuatu yang ada di dalam diri individu tersebut, begitu pula sebaliknya, saat orang tua tidak dapat menghargai segala sesuatu, maka individu tersebut akan merasa direndahkan dan memiliki citra diri yang negatif.

Penelitian yang dilakukan oleh Amma, Widiati, dan Trishinta (2017) mendapatkan hasil sebanyak 13,9% responden memiliki citra diri yang negatif, sehingga didapatkan hasil adanya hubungan antara citra diri dengan kepercayaan diri.

Dachyang (2013) melakukan penelitian kemudian didapatkan hasil tingginya citra diri yang dimiliki seseorang dipengaruhi oleh tingginya kepercayaan yang dimiliki, begitu pula sebaliknya. Tingginya kepercayaan diri dapat disebabkan oleh adanya perasaan yakin dan optimis terhadap kemampuan yang dimiliki, disiplin serta bebas dari rasa takut akan kegagalan.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, peneliti hendak melakukan penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan antara citra diri dengan kepercayaan diri pada mahasiswi. Peneliti mengambil topik ini karena jika permasalahan ini tidak segera dipecahkan, maka mahasiswi akan merasa tertinggal dalam hal pergaulan, sosial, dan selalu memandang negatif bentuk tubuh yang dimiliki yang tentunya akan menghambat mahasiswi untuk berkembang.

### **1.02. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan yang telah dijelaskan oleh peneliti, peneliti memiliki tujuan melakukan penelitian untuk mengetahui apakah ada hubungan antara citra diri dan kepercayaan diri pada mahasiswi.

### **1.03. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan yang hendak dicapai, peneliti berharap penelitian yang akan dilakukan dapat memberikan manfaat pada pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat yang diharapkan oleh peneliti adalah sebagai berikut:

### **1.03.01. Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis yang hendak dicapai adalah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan mengenai citra diri dan kepercayaan diri pada mahasiswi, kemudian penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu bagi Psikologi Perkembangan di Indonesia, serta mampu menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang hendak meneliti hubungan antara citra diri dan kepercayaan diri pada mahasiswi.

### **1.03.02. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis yang hendak diraih adalah penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan tak hanya bagi peneliti namun juga bagi pembaca, khususnya pada tema citra diri dan kepercayaan diri pada mahasiswi, sehingga lebih memahami citra diri dan kepercayaan diri pada mahasiswi

