

Empatheia : Jurnal Psikologi

ISSN :.....

DOI :.....

Self-Concept in Building Student Self-Confidence

Konsep Diri Dalam Membangun Self Confidence Mahasiswa

Syahidin Al Hakim¹, Muhammad Za'im Muhibbulloh²¹alh087269@gmail.com, Institut Agama Islam Nahdhatul Ulama Tuban²zaim19991@gmail.com, Institut Agama Islam Nahdhatul Ulama Tuban

Abstract

Self-confidence is the attitude of being confident in one's own abilities, which enables an individual to resist being easily influenced by others. It refers to a person's belief in their capability to perform certain actions. This research aims to explore and develop self-confidence, which is rooted in the foundation of self-concept. The study employs a qualitative approach using descriptive analysis and observation methods. Through the development of self-concept, students are able to recognize themselves both consciously and unconsciously. A positive self-concept will, in turn, foster strong self-confidence. This self-confidence can ultimately enable students to compete in both academic and non-academic fields.

Keywords: *self-concept, self-confidence, development, university students*

Abstrak

Kepercayaan diri adalah sikap yakin terhadap kemampuan diri sendiri sehingga seseorang tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu tindakan. Adanya penelitian ini tidak lain bertujuan untuk mengetahui serta membangun kepercayaan diri yang diawali dari konsep diri. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif dan observasi. Dengan adanya konsep diri maka mahasiswa dapat atau bisa mengenali dirinya sendiri baik secara sadar maupun tidak. Konsep diri yang baik juga akan menimbulkan kepercayaan diri yang baik pula. Kepercayaan diri inilah yang nantinya dapat menjadikan seorang mahasiswa berkompetisi dalam budak akademik maupun non-akademik.

Kata kunci : *konsep diri (self concept), self confidence, membangun, mahasiswa*

PENDAHULUAN

Dalam menjalani berbagai aktivitas maupun pekerjaan, setiap individu tentu mengharapkan dapat memberikan yang terbaik dan meraih hasil sesuai harapan. Namun, kenyataannya, mencapai hasil tersebut tidaklah selalu mudah. Dibutuhkan kepercayaan diri sebagai salah satu faktor pendukung. Lauster (dalam Sesa, 2019) mengungkapkan bahwa kepercayaan diri adalah sikap yakin terhadap kemampuan diri sendiri sehingga seseorang tidak mudah terpengaruh oleh orang lain. Oleh karena itu, rasa percaya diri menjadi aspek penting yang harus dimiliki, sebab dengan kepercayaan diri yang memadai, individu akan lebih mampu untuk mengembangkan dan mengekspresikan potensi yang ada dalam dirinya.

Cara seorang mahasiswa memandang dirinya sendiri akan membentuk suatu pemahaman atau konsep tentang siapa dirinya. Menurut

Agustiani (dalam Pramitasari dan riana, 2014:49), konsep diri merupakan persepsi individu terhadap dirinya, yang terbentuk melalui pengalaman pribadi serta interaksi dengan lingkungan sekitar. Pada masa remaja, konsep diri menjadi aspek yang sangat krusial, karena hal ini mempengaruhi cara remaja berperilaku dan menghargai diri mereka sendiri. Lebih jauh lagi, konsep diri juga memegang peranan penting dalam

keberhasilan komunikasi. Individu yang memiliki konsep diri positif cenderung mampu mengekspresikan dirinya dengan baik, termasuk dalam menyampaikan pendapat, ide, maupun gagasan kepada orang lain. Sebaliknya, mereka yang memiliki konsep diri rendah atau negatif umumnya menunjukkan tanda-tanda kurang percaya diri, sulit menerima diri sendiri, cenderung pesimis, sensitif terhadap kritik, memiliki harga diri yang rendah, serta mudah merasa cemas.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting yang dibutuhkan oleh seorang mahasiswa dalam menjalankan berbagai aktivitas di lingkungan kampus. Aktivitas-aktivitas tersebut mencakup keterlibatan dalam presentasi di depan kelas, partisipasi dalam diskusi kelompok, pengambilan keputusan saat menjawab pertanyaan serta kemampuan untuk berinteraksi dengan teman sebaya maupun dosen (Nurika, 2016). Meskipun demikian, memiliki rasa percaya diri bukanlah hal yang mudah bagi setiap individu. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui wawancara dengan salah satu mahasiswa di sebuah kampus di Tuban pada tanggal 17 Mei 2025, diketahui bahwa masih terdapat mahasiswa yang mengalami kurangnya rasa percaya diri jika dibandingkan dengan mahasiswa

yang sudah memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis deskriptif dan observasi. Menurut Kirk dan Muller yang dikutip dalam Kaelan (2011:5), pendekatan kualitatif awalnya berasal dari metode observasi yang lebih menitikberatkan pada aspek kualitas secara alami, bukan pada aspek kuantitatif atau jumlah, karena mencakup pemahaman terhadap makna, konsep, dan nilai-nilai dari objek yang diteliti. Sementara itu, menurut Sugiyono (2015:29), analisis deskriptif merupakan metode yang bertujuan untuk menggambarkan atau menganalisis hasil penelitian tanpa bermaksud menarik generalisasi yang luas. Penelitian deskriptif ini bertujuan untuk menyajikan deskripsi atau gambaran secara sistematis, faktual, dan akurat tentang fakta-fakta, karakteristik, serta hubungan antar fenomena yang diteliti. Sedangkan observasi merupakan kegiatan mengamati secara langsung suatu objek atau fenomena untuk mendapatkan data dan informasi tertentu. Observasi juga bisa diartikan sebagai proses pengumpulan data melalui pengamatan dan pencatatan sistematis terhadap gejala atau kondisi yang terjadi pada objek yang diteliti. Tujuan observasi adalah untuk mengumpulkan data dan informasi secara langsung melalui

pengamatan terhadap suatu objek atau fenomena, baik itu dalam penelitian maupun dalam konteks lain seperti pembelajaran atau pengembangan diri.

PEMBAHASAN

Istilah mahasiswa merujuk pada seseorang yang secara administratif terdaftar dan aktif menempuh pendidikan pada jenjang perguruan tinggi, yang mencakup berbagai bentuk institusi seperti akademi, sekolah tinggi, institut, politeknik, maupun universitas. (Hartaji, 2012). Dalam Kamus Bahasa Indonesia (KBI), mahasiswa didefinisikan sebagai orang yang belajar di Perguruan Tinggi (Kamus Bahasa Indonesia Online, kbbi.web.id) Mahasiswa dapat didefinisikan sebagai Individu yang sedang menempuh pendidikan di jenjang perguruan tinggi, baik di institusi negeri maupun swasta, atau di lembaga lain yang memiliki kedudukan setara dengan perguruan tinggi. (Siswoyo 2007). Mahasiswa umumnya dianggap memiliki tingkat intelektual yang tinggi, disertai kemampuan berpikir logis serta perencanaan yang matang dalam bertindak. Kemampuan berpikir kritis dan bertindak secara cepat dan tepat merupakan karakteristik yang kerap melekat pada mahasiswa, mencerminkan prinsip-prinsip saling melengkapi antara kognisi dan aksi. Dari sudut pandang

perkembangan, mahasiswa berada dalam rentang usia 18 hingga 25 tahun, yang diklasifikasikan sebagai masa peralihan dari remaja akhir menuju dewasa awal. Pada fase ini, tugas perkembangan yang menonjol adalah penguatan arah hidup dan konsistensi dalam pengambilan keputusan pribadi (Yusuf, 2012).

Mengerti dan faham akan dirinya sendiri adalah komponen penting yang harus ada pada mahasiswa, karena dengan adanya konsep diri yang melekat atau bahkan sudah difahami maka secara tidak langsung akan membangun atau membentuk karakter serta kepercayaan diri bagi mahasiswa itu sendiri. Dalam penelitian kali ini saya menemukan beberapa hal yang belum bisa direalisasikan dari konsep diri yang dimiliki oleh mahasiswa di Tuban. Mahasiswa-mahasiswa tersebut cenderung belum bisa memahami atau bahkan tidak tahu akan konsep diri, karena minimnya pengetahuan akan sebuah rasa penasaran dalam ilmu pengetahuan. Sering kali saya temui bahwa rata-rata mahasiswa yang ada pada lingkup perkuliahan yang ada di kota Tuban khususnya, hanya berfokus pada pengejaran nilai yang ada pada mata kuliahnya masing-masing, namun untuk pengembangan diri mereka masih belum memiliki daya tarik akan hal tersebut.

Menurut Sullivan (dalam Thalib, 2010), konsep diri mencakup aspek penerimaan terhadap diri sendiri serta identitas pribadi yang bersifat relatif stabil dan menjadi inti dari keberadaan individu. Sementara itu, Rahmat menekankan bahwa konsep diri tidak hanya berupa gambaran deskriptif, tetapi juga mencakup evaluasi individu terhadap dirinya sendiri. Konsep diri ialah representasi mental seseorang mengenai dirinya. Konsep diri merupakan persepsi individu mengenai dirinya sendiri, yang mencakup keyakinan, pandangan, serta penilaian terhadap aspek-aspek personal yang dimilikinya. Konsep ini mencakup bagaimana seseorang memandang dirinya sebagai individu, bagaimana perasaannya terhadap dirinya, serta bagaimana ia mengidealkan dirinya sesuai dengan harapan atau citra yang diinginkan.

Sesuai dengan judul yang telah dicantumkan, yang mana konsep diri (self-concept) menjadi faktor utama atau pondasi penting yang nantinya akan membangun yang namanya kepercayaan diri (self-confidence). Dalam hal ini self-confidence memiliki berbagai pengertian dari berbagai sudut pandang ilmu pengetahuan serta para pakar psikolog dan ilmuwan yang menggagas akan hal tersebut.

Sebelum menginjak ke pembahasan dan hubungan mengenai konsep diri dan

kepercayaan diri, maka perlu terlebih dahulu kita ketahui tentang pengertian dari kepercayaan diri. Seperti menurut Lautser (dalam Ghufroon & Risnawati, 2014), kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam melakukan suatu tindakan. Kepercayaan diri dipandang sebagai karakteristik personal yang mencakup unsur keyakinan terhadap potensi diri, sikap optimis, objektivitas, tanggung jawab, serta kemampuan berpikir secara rasional dan realistis.

Hakim (2002) mengemukakan bahwa kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap berbagai aspek keunggulan yang dimilikinya, yang pada gilirannya menumbuhkan rasa mampu dalam mencapai tujuan hidup. Kepercayaan diri dipahami sebagai ciri personal yang mencerminkan cara individu membentuk persepsi positif dan realistis mengenai dirinya sendiri dan lingkungan sekitar. Branden (dalam Hamdan, 2009) menjelaskan bahwa kepercayaan diri mencerminkan tingkat keyakinan individu terhadap potensi dan kemampuan internal yang ia miliki.

Penelitian yang dilakukan oleh Suhardhani dan Savira (2017) mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan kepercayaan diri. Hasil uji korelasi

menunjukkan nilai signifikansi yang besar. Temuan ini memperkuat adanya keterkaitan yang erat antara kedua variabel tersebut. Hal ini menjadi penguat hasil penelitian ini yang menggambarkan bahwa strategi konsep diri mahasiswa dapat menjadi aset kepercayaan diri yang mendayagunakan persepsi positif, walaupun belum ditemukan konsep diri yang ideal dalam riset ini.

HASIL

Dari hasil penelitian berupa observasi terhadap mahasiswa kampus IAINU tuban, di temukan beberapa responden yang tidak atau belum faham akan konsep diri. Rata-rata mahasiswa yang ada di kampus tersebut hanya berorientasi pada nilai yang bagus dan hanya mencari pandangan baik dari dosen dan mahasiswa lain.

Menurut responden yang pertama, terlihat dari beberapa perilaku yang ditimbulkan ketika berhadapan langsung atau yang sedang terlibat dalam forum kegiatan mahasiswa lain yang melibatkan interaksi dimana mahasiswa tersebut harus berbicara didepan banyak audiens, maka tampak dimana si subjek selalu saja kebingungan untuk mengutarakan pendapat, karena atas dasar indikator yang paling terlihat adalah dari cara bicara yang terbata-bata serta sorot mata yang

cenderung melihat kemana-mana, atau tidak fokus.

Untuk responden yang kedua yakni memiliki aspek yang berbeda, dimana si subjek lebih cenderung enggan terlibat dalam kegiatan apapun yang ada pada lingkup kampus. Menurut data sekunder yang saya peroleh melalui teman-teman serta tetangga terdekat dari subjek, mereka menyatakan bahwasanya si subjek kerap tidak atau enggan bersosial dengan orang lain. Melalui hal tersebut saya dapat menyimpulkan bahwa di subjek belum memiliki konsep diri sepenuhnya, dan juga dapat di katakan bahwa kepercayaan diri pun masih belum seutuhnya dimiliki olehnya.

Dengan adanya beberapa data yang telah tercantum diatas maka dapat diketahui bahwasanya kepercayaan diri yang ada pada mahasiswa kampus IAINU Tuban masih belum dapat tercapai dengan baik dan belum dapat diharapkan untuk keberlangsungan sebagai mahasiswa yang unggul dalam ranah kampus maupun dunia luar. Meskipun pada dasarnya masih belum bisa di jadikan sebagai acuan yang baku, namun dengan adanya beberapa data tersebut bisa saja dapat di jadikan

perbandingan dengan data yang lain dan penelitian selanjutnya.

Kesimpulan

Konsep diri adalah aspek penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa. Dengan adanya konsep diri maka mahasiswa dapat atau bisa mengenali dirinya sendiri baik secara sadar maupun tidak. Konsep diri yang baik juga akan menimbulkan kepercayaan diri yang baik pula. Kepercayaan diri inilah yang nantinya dapat menjadikan seorang mahasiswa berkompetisi dalam budak akademik maupun non-akademik. Dalam menumbuhkan konsep diri serta kepercayaan diri yang baik mahasiswa harus memiliki aspek pendukung yakni antara lain yaitu pengetahuan, harapan, dan penilaian. Selain pada konsep diri, aspek untuk membangun kepercayaan diri juga dibutuhkan, diantara aspek tersebut adalah sikap optimis, kemampuan bersikap objektif, rasa tanggung jawab, keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri, serta pemikiran yang rasional dan realistis. Dengan menjalankan aspek-aspek tersebut diharapkan mahasiswa mampu membangun serta faham akan konsep diri serta kepercayaan dirinya.

Daftar Pustaka

- Arifin, N. A., & Ulfah. (2021). Perilaku Senyum untuk Membangun Konsep Diri. *Indonesian Journal of Islamic Counseling*.
- Haque, R. A., Susanto, D., Damayanti, S. D., & Apriliani, R. (2022). Hubungan Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Siswa Berprestasi Kelas XI di SMK. *Prosiding Seinar & Lokakarya Nasional Bimbingan dan Konseling*.
- Hidayati, S. R., & Savira, S. I. (2021). Hubungan Antara Konsep Diri dan Kepercayaan Diri dengan Intensitas Penggunaan Media Sosial Sebagai Moderator Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Mdhy, M. A. (2022). Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kepercayaan Diri Pada MahasiswA/I I Stambuk 2012 Universitas Medan Area.
- Resa, F. O., & Soetjiningsih, C. H. (2022). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Kepercayaan Diri Pada Korban Body Shaming. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*.
- Safitri, H., Rasimin, & Wahyuni, H. (2022). Korelasi Antara Self Concept dengan Public Speaking pada Peserta Didik. *Jambura Guidance and Counseling Journal*.
- 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. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*.
- Syaefullah, F. (2012). Hubungan Antara Konsep Diri dengan Prestasi Belajar Pada Mata Pelajaran Pengetahuan Dasar Teknik Mesin (PDTM) di SMKN 2 Kota Bandung. *repository.upi.edu*.
- Tanjung, Z., & Amelia, S. H. (2017). Menumbuhkan Kepercayaan Diri Siswa. *JRTI (Jurnal Riset Tindakan Indonesia)*.
- Widayati. (2018). Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Penemuan terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Matematis dan Self Concept dengan Mengontrol Kemampuan Awal Peserta Didik Kelas VII SMP pada Materi Bangun Datar. *Jurnal Riset Pendidikan dan Inovasi Pembelajaran Matematika*.