

PRASANGKA BURUK MENIMBULKAN PENURUNAN TINGKAT KEPERCAYAAN MAHASISWA BIMBINGAN PENYULUHAN ISLAM TERHADAP DIRI SENDIRI

Juli Rismayana Lubis¹, Tamara Dilla Tiffani², Muhammad Ayyubi³, Ainul Mardiyah⁴

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

E-mail : julirismayanalubis17@gmail.com¹, tamaradillatifani@gmail.com²,
Mhmmdayubi64@gmail.com³, ainulmardiyah@uinsu.ac.id⁴

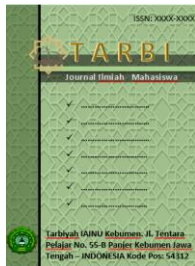
Abstract

This study aims to analyze the influence of negative prejudice on the level of self-confidence of Islamic Guidance and Counseling (BPI) students and to identify steps to overcome this problem. This study uses a qualitative approach with an in-depth interview method with 5 BPI students in semester VI at the State Islamic University of North Sumatra. The data were analyzed using thematic analysis to identify emerging patterns and themes. The results of the study showed that negative prejudices had a significant impact on reducing the self-confidence of BPI Danpapak students, which were identified as: (1) decreasing academic and non-academic participation, (2) decreasing academic achievement, (3) increasing stress and anxiety, and (4) difficulty building social relationships. Prejudice is a dominant factor in reducing the self-confidence of BPI students, which manifests itself in various academic, social, and psychological obstacles. Efforts to improve communication, openness to differences, and social support are needed to overcome this problem.

Keywords: prejudice, self-confidence, BPI students, social psychology

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh prasangka negatif terhadap tingkat kepercayaan diri mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI) dan mengidentifikasi langkah-langkah untuk mengatasi masalah tersebut. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam terhadap 5 mahasiswa BPI semester VI di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara. Data dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tema yang muncul. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prasangka negatif berdampak signifikan terhadap penurunan rasa percaya diri mahasiswa BPI. Dampak yang diidentifikasi adalah : (1) menurunnya partisipasi akademik dan nonakademik, (2) menurunnya prestasi akademik, (3) meningkatnya stres dan kecemasan, dan (4) kesulitan membangun hubungan sosial. Prasangka merupakan faktor dominan dalam menurunkan rasa percaya diri mahasiswa BPI, yang terwujud dalam berbagai hambatan akademik, sosial, dan



psikologis. Upaya peningkatan komunikasi, keterbukaan terhadap perbedaan, dan dukungan sosial diperlukan untuk mengatasi masalah tersebut.

Kata kunci: *prasangka, kepercayaan diri, mahasiswa bpi, psikologi sosial*

PENDAHULUAN

Prasangka buruk dalam konteks pendidikan tinggi merupakan fenomena yang dapat menimbulkan dampak negatif signifikan terhadap perkembangan mahasiswa. Khususnya di kalangan mahasiswa Bimbingan Penyuluhan Islam (BPI), prasangka buruk yang bersumber dari stereotip tidak akurat dan penilaian tidak adil dapat menyebabkan penurunan tingkat kepercayaan diri¹.

Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai dirinya, yang menjadi aspek fundamental dalam perkembangan pribadi dan akademik. Ketika mahasiswa BPI menghadapi prasangka buruk, mereka sering mengalami tekanan psikologis yang dapat menghambat partisipasi dalam kegiatan akademik dan sosial².

Penelitian ini penting dilakukan mengingat mahasiswa BPI memiliki peran strategis sebagai calon konselor dan pembimbing masyarakat. Penurunan kepercayaan diri akibat prasangka buruk dapat menghambat kemampuan mereka dalam menjalankan fungsi profesional di masa depan.

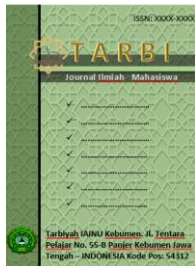
Prasangka buruk didefinisikan sebagai penilaian negatif yang diberikan kepada individu atau kelompok tanpa dasar yang kuat. Menurut Tajfel dan Turner³, prasangka muncul dari proses pengkategorian sosial, di mana individu mengelompokkan diri ke dalam kategori tertentu dan menganggap kategori lain sebagai inferior. Proses ini tidak hanya merugikan individu yang menjadi objek prasangka, tetapi juga mengganggu interaksi sosial yang sehat.

Kepercayaan diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai dirinya.

¹ Wibisono, M. D., & Musdalifah. (2020). Pengembangan skala identitas sosial: Validitas, dan analisis faktor konfirmatori. *Jurnal Unissula*, 15(1), 60-75.

² Novarianing Asri, D. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya konsep diri remaja. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6(1), 1-11.

³ Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 7-24). Nelson-Hall.



Kepercayaan diri yang tinggi berkontribusi pada keberhasilan dalam mencapai tujuan dan membangun hubungan sosial positif. Beberapa faktor yang mempengaruhi perkembangan kepercayaan diri antara lain:

Keadaan Fisik: Kondisi fisik seperti penampilan dapat mempengaruhi rasa percaya diri⁴.
Tingkat Pendidikan: Pendidikan yang lebih tinggi sering berhubungan dengan peningkatan kepercayaan diri⁵.
Kualitas Hubungan Keluarga: Lingkungan keluarga yang harmonis dapat meningkatkan rasa percaya diri⁶.
Interaksi Sosial: Dukungan sosial dari lingkungan sekitar berperan penting dalam membangun kepercayaan diri⁷.

Prasangka buruk yang dialami individu dapat berkontribusi pada penurunan kepercayaan diri. Ketika seseorang merasa dinilai secara negatif, mereka cenderung menginternalisasi pandangan tersebut, yang mengakibatkan penurunan motivasi dan prestasi. Penelitian Ima Fitri Sholichah (2018)⁸ menunjukkan bahwa prasangka buruk dapat mengganggu proses pembelajaran mahasiswa dan mengurangi kepercayaan diri mereka.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif untuk memahami fenomena prasangka buruk dan dampaknya terhadap kepercayaan diri mahasiswa BPI. Partisipan penelitian terdiri dari 5 mahasiswa BPI semester VI di Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, yaitu Icka Bella Sriwahyuni, Hasyifa Humairah, Jihan Syahira, Hamdal Afgani Dhalimunthe, dan Tegar Arbia Sukma.

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan panduan pertanyaan terstruktur yang mencakup tiga aspek utama: pandangan terhadap prasangka buruk, dampak penurunan

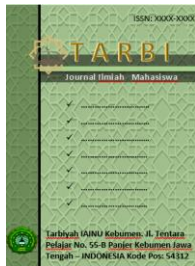
⁴ Hakim, L. (2002). Pengaruh penampilan fisik terhadap kepercayaan diri remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 1(1), 45-56.

⁵ Syam, M. (2017). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap kepercayaan diri. *Jurnal Sosial dan Pendidikan*, 5(4), 201-210.

⁶ Herlina, S. (2013). Keluarga sebagai faktor penentu kepercayaan diri anak. *Jurnal Keluarga Sejahtera*, 2(1), 33-42.

⁷ Fitri, A., Rahmawati, N., & Yulianti, R. (2018). Peran dukungan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 123-134.

⁸ Sholichah, I. F. (2018). Identitas sosial mahasiswa perantau. *Psikosainas: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 11(1), 40-52.



kepercayaan diri, dan langkah mengatasi prasangka buruk. Data hasil wawancara dianalisis menggunakan analisis tematik untuk mengidentifikasi pola dan tema yang muncul dari perspektif partisipan.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

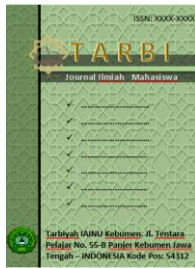
Secara umum, karakter religius anak yang muncul mencakup nilai-nilai seperti sopan santun, kejujuran, dan kepedulian sosial, tetapi masih minim dalam dimensi ibadah dan penghayatan nilai-nilai keagamaan secara konsisten. Orang tua cenderung menyerahkan pendidikan agama kepada guru ngaji dan sekolah formal, yang menyebabkan proses internalisasi nilai religius kurang maksimal di lingkungan rumah.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa seluruh partisipan sepakat bahwa prasangka buruk memiliki pengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri. Temuan utama meliputi, keraguan terhadap kemampuan diri. Partisipan seperti Icka menyatakan bahwa prasangka buruk menyebabkan keraguan terhadap kemampuan diri sendiri, yang bermanifestasi dalam ketakutan berbicara di depan kelas dan keragu-raguan dalam menyelesaikan tugas. Pengaruh Penilaian Eksternal: Hasyifa menjelaskan bahwa prasangka buruk sering dipicu oleh "omongan orang lain" yang kemudian mempengaruhi persepsi diri. Hal ini sejalan dengan temuan Jihan Syahira yang mengalami keengganan menyuarakan pendapat karena takut dinilai salah. Dampak Stereotip: Hamdal Afgani menekankan bahwa penilaian negatif tanpa alasan jelas (berdasarkan latar belakang, penampilan, atau cara berbicara) dapat menyebabkan rasa minder dan keraguan terhadap kemampuan diri.

Analisis data mengidentifikasi empat dampak utama penurunan kepercayaan diri:

1. Penurunan Partisipasi Akademik dan Non-Akademik

Semua partisipan melaporkan penurunan partisipasi dalam diskusi kelas, kegiatan kampus, dan praktik konseling. Icka menyatakan mahasiswa menjadi malas ikut diskusi, takut mengajukan pendapat, atau tidak berani ambil peran di kegiatan kampus.



2. Penurunan Prestasi Akademik

Hamdal dan Tegar secara spesifik menyebutkan bahwa keraguan untuk bertanya atau berdiskusi membuat pemahaman materi kurang maksimal, yang pada akhirnya mempengaruhi prestasi akademik.

3. Peningkatan Stres dan Kecemasan

Partisipan melaporkan peningkatan tingkat stres dan kecemasan akibat ketakutan akan penilaian negatif dari orang lain. Hal ini menciptakan tekanan mental yang menghambat fungsi akademik optimal.

4. Kesulitan Membangun Relasi Sosial

Hamdal menjelaskan bahwa perasaan "tidak cukup baik" menyebabkan mahasiswa menarik diri dari pergaulan dan kesulitan membangun jaringan sosial, yang sangat penting bagi profesi BPI.

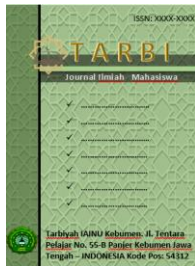
Partisipan mengusulkan beberapa strategi untuk mengatasi prasangka buruk, Meningkatkan Komunikasi dan Diskusi: Icka dan Hasyifa menekankan pentingnya komunikasi terbuka dan diskusi untuk mengurangi kesalahpahaman dan membangun pemahaman yang lebih baik antar mahasiswa.

Mengembangkan Keterbukaan terhadap Perbedaan: Icka menyoroti pentingnya menerima perbedaan dalam pendapat, latar belakang, dan cara berpikir sebagai bagian dari proses pembelajaran sosial. Hasyifa menekankan pentingnya tidak mudah percaya pada informasi tanpa verifikasi yang jelas, sehingga dapat mengurangi penyebaran prasangka yang tidak berdasar.

Temuan penelitian ini konsisten dengan teori identitas sosial Tajfel dan Turner⁹ yang menjelaskan bahwa prasangka dapat muncul dari proses kategorisasi sosial. Dalam konteks mahasiswa BPI, prasangka buruk tidak hanya mempengaruhi individu secara personal, tetapi juga berimplikasi pada kemampuan profesional mereka sebagai calon konselor.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa prasangka buruk menciptakan lingkaran negatif yang dimulai dari penilaian eksternal, diinternalisasi oleh individu, dan kemudian bermanifestasi

⁹ Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 7-24). Nelson-Hall.



dalam perilaku menghindari yang kontraproduktif. Hal ini sejalan dengan penelitian Wibisono dan Musdalifah¹⁰ yang menemukan bahwa individu yang mengalami diskriminasi cenderung merasa teralienasi.

Strategi yang diusulkan partisipan untuk mengatasi prasangka buruk berfokus pada peningkatan kualitas interaksi sosial dan pengembangan pola pikir yang lebih inklusif. Pendekatan ini sejalan dengan prinsip-prinsip psikologi sosial yang menekankan pentingnya kontak antar kelompok dalam mengurangi prasangka¹¹

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

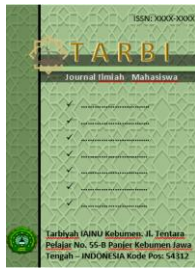
1. Prasangka buruk memiliki dampak signifikan terhadap penurunan kepercayaan diri mahasiswa BPI, yang bermanifestasi dalam keraguan terhadap kemampuan diri, ketakutan akan penilaian negatif, dan keengganan berpartisipasi aktif.
2. Dampak penurunan kepercayaan diri meliputi empat aspek utama: penurunan partisipasi akademik dan non-akademik, penurunan prestasi akademik, peningkatan stres dan kecemasan, serta kesulitan membangun relasi sosial.
3. Strategi mengatasi prasangka buruk berpusat pada peningkatan komunikasi, pengembangan keterbukaan terhadap perbedaan, dan verifikasi informasi sebelum membuat penilaian.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, A., Rahmawati, N., & Yulianti, R. (2018). Peran dukungan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 123-134.
- Hakim, L. (2002). Pengaruh penampilan fisik terhadap kepercayaan diri remaja. *Jurnal Psikologi Remaja*, 1(1), 45-56.

¹⁰ Wibisono, M. D., & Musdalifah. (2020). Pengembangan skala identitas sosial: Validitas, dan analisis faktor konfirmatori. *Jurnal Unissula*, 15(1), 60-75.

¹¹ Fitri, A., Rahmawati, N., & Yulianti, R. (2018). Peran dukungan sosial dalam meningkatkan kepercayaan diri siswa. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 123-134.



Tarbi: Jurnal Ilmiah Mahasiswa
Vol 4 (2) Tahun 2025: 327-333
ISSN: 2829-5072

Jalan Tentara Pelajar No 55B, Telp: (0287) 385902 Kebumen 54312

Web jurnal : www.ejournal.iainu-kebumen.ac.id email: tarbichannel@gmail.com

- Herlina, S. (2013). Keluarga sebagai faktor penentu kepercayaan diri anak. *Jurnal Keluarga Sejahtera*, 2(1), 33-42.
- Novarianing Asri, D. (2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi terbentuknya konsep diri remaja. *Jurnal Konseling Gusjigang*, 6(1), 1-11.
- Sholichah, I. F. (2018). Identitas sosial mahasiswa perantau. *Psikosainas: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 11(1), 40-52.
- Syam, M. (2017). Pengaruh tingkat pendidikan terhadap kepercayaan diri. *Jurnal Sosial dan Pendidikan*, 5(4), 201-210.
- Tajfel, H., & Turner, J. C. (1986). The social identity theory of intergroup behavior. In S. Worchel & W. Austin (Eds.), *Psychology of intergroup relations* (pp. 7-24). Nelson-Hall.
- Wibisono, M. D., & Musdalifah. (2020). Pengembangan skala identitas sosial: Validitas, dan analisis faktor konfirmatori. *Jurnal Unissula*, 15(1), 60-75.