

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan merupakan proses pembekalan untuk memperkuat kualitas (*values*), karakter (*attitude*), ilmu (*knowledge*) dan keahlian (*skill*) individu sehingga menjadikan manusia seutuhnya yang bermanfaat tinggi (Maerani dkk, 2021). Saat ini permintaan tenaga kerja mewajibkan individu yang terampil, dengan memiliki tingkat pendidikan yang tinggi maka lebih banyak membuka kesempatan untuk bersaing dalam dunia kerja. Umumnya banyak siswa yang mulai memasuki dunia perkuliahan pada masa perkembangan dewasa awal yang dimulai pada umur 18 (Chafsoh, 2020).

Lembaga Tes Masuk Perguruan Tinggi (LTMPPT) mempublikasikan sebanyak 800.852 calon mahasiswa mendaftar UTBK SBMPTN pada tahun 2022, sedangkan pada tahun 2023 terhitung sebanyak 803.852 calon mahasiswa dan mahasiswi yang mendaftarkan diri untuk mengikuti UTBK SNBT. Dari data tersebut minat calon mahasiswa untuk meneruskan pendidikannya ke perguruan tinggi meningkat dari tahun ke tahun. Berbagai bentuk usaha dilakukan oleh masing masing individu untuk dapat diterima perguruan tinggi yang diinginkan.

Menurut KBBI (2016) mahasiswa adalah individu yang sedang meneruskan pendidikannya di perguruan tinggi. Sedangkan mahasiswa baru merupakan status yang didapatkan oleh individu yang menempuh tahun pertama perkuliahan di jenjang perguruan tinggi. Berbagai perubahan dapat dirasakan pada tiap mahasiswa tahun

pertama mulai dari metode pembelajaran yang berbeda, perbedaan rutinitas sehari-hari hingga perbedaan lingkungan tempat tinggal terlebih jika memutuskan untuk melanjutkan pendidikan di kota lain atau yang biasa disebut dengan merantau. Perbedaan tersebut lah yang membuat periode tahun pertama perkuliahan bagi mahasiswa baru sering dianggap sebagai masa yang paling menantang (Nugraheni, 2020).

Tiap mahasiswa yang diterima dalam suatu perguruan tinggi memiliki potensi yang berbeda-beda sehingga membuat dirinya unggul, namun perbedaan tersebut dapat menghambat individu untuk bisa mengembangkan potensi dirinya. Hal tersebut disebabkan karena sebagian besar dari mereka terlalu fokus untuk mengevaluasi potensi dirinya yang berhubungan dengan orang lain daripada mengevaluasi apa yang sudah dikerjakan sebelumnya dengan hasil yang didapatkan. Mahasiswa tahun pertama cenderung melakukan evaluasi terhadap dirinya karena tekanan dari lingkungan sekitar untuk lebih unggul dibandingkan orang lain. Jika hal tersebut dilakukan secara berlebihan maka akan menimbulkan perasaan tidak kompeten dan tidak berguna (Putri dan Istiqomah, 2024).

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro memiliki beberapa mata kuliah wajib untuk mahasiswa tahun pertama pada semester genap, salah satunya yaitu Kode Etik Psikologi. Pada mata kuliah tersebut mahasiswa mempelajari mengenai berbagai permasalahan yang berkaitan dengan etika (TPMF Psikologi, 2024). Bagaimana etika berhubungan dengan profesi psikologi, ruang lingkup kegiatan sarjana psikologi dan psikolog, kompetensi, profesionalisme, etika penelitian, etika dalam pemberian jasa

atau praktek, cara pembuatan laporan dan penyampaian, etika publikasi serta ijin praktek. Selain itu, di dalam kelas mahasiswa juga didorong untuk dapat mengingat serta memahami materi perkuliahan sehingga dapat mempresentasikannya di depan kelas.

Tidak hanya pemahaman mengenai materi untuk dapat melakukan presentasi dengan baik, mahasiswa juga memerlukan *soft skill* yang baik dalam hal *public speaking*. Dengan *public speaking* yang baik maka audiens akan lebih mudah memahami informasi yang disampaikan. Mahasiswa memiliki keterampilan yang berbeda-beda termasuk dalam keterampilan *public speaking*. Ketika individu menunjukkan keterampilannya kepada orang lain yang tidak dimiliki maka dapat menimbulkan perasaan iri (Faturochman, 2005). Perasaan tersebut timbul karena adanya dorongan dalam diri untuk melakukan perbandingan yang berkaitan dengan orang lain.

Social comparison merupakan sebuah bentuk evaluasi diri yang dilakukan seseorang untuk mencapai sebuah kepuasan atau perilaku sehingga dapat dihargai oleh orang lain (Festinger, 1954). *Social comparison* berlangsung ketika individu menilai dirinya dengan mengevaluasi diri dengan kehidupan orang lain melalui informasi yang didapatkan, informasi tersebut digunakan seseorang untuk belajar tentang situasi mereka sendiri (Syachfira, 2020). *Social comparison* terbagi menjadi dua, yaitu *downward comparison* dan *upward comparison*. *Downward comparison* dilakukan individu dengan melibatkan subjek perbandingan yang mereka yakini lebih rendah daripada diri mereka sendiri, sebaliknya *upward comparison* dilakukan individu

dengan melibatkan pemilihan subjek pembandingan yang mereka yakini lebih unggul daripada diri mereka sendiri (Syachfira, 2020).

Fakultas Psikologi merupakan salah satu fakultas di Universitas Diponegoro dengan mayoritas mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Beberapa penelitian terdahulu menjelaskan bahwa dorongan seseorang untuk melakukan *social comparison* secara konstan dilakukan pada generasi muda masa kini khususnya perempuan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Darmawan dan Agustina (2022) kepada perempuan pengguna Instagram menjelaskan bahwa subjek penelitiannya memiliki tingkat perbandingan sosial yang tinggi. Lalu pada penelitian lainnya yang dilakukan oleh Nisa dan Rifani (2024) kepada wanita dewasa awal menunjukkan tingkat *social comparison* dengan persentase yang tinggi yaitu sebesar 48%. Dari hasil kedua penelitian tersebut didapatkan kesimpulan bahwa wanita dewasa awal cenderung melakukan komparasi sosial.

Mahasiswa tahun pertama sering kali membandingkan hal-hal yang mirip dengan mereka terhadap orang lain, kriteria penilaian yang sama tersebut dianggap lebih akurat dalam melakukan evaluasi terhadap dirinya (Fakhri, 2017). Berkaitan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati (2023) pada mahasiswa yang melakukan skripsi ditemukan bahwa kondisi penyebab munculnya *social comparison* yaitu datang dari diri sendiri dan lingkungan. Sebagian besar dari mereka membandingkan kemampuan dirinya sendiri (*ability*) serta melakukan perbandingan ke atas (*upward comparison*) sesuai dengan kebutuhan individu saat itu untuk mencari informasi mengenai dirinya. Penelitian lain yang dilakukan oleh Stapleton (2017)

menyatakan bahwa individu yang melakukan *social comparison* cenderung melihat hanya pada satu sisi sehingga menimbulkan bias, contohnya yaitu ketika individu melihat gambaran orang lain yang diterima kuliah di luar negeri dan hidup bahagia dibandingkan dirinya akan menyimpulkan orang tersebut lebih beruntung tanpa mempertimbangkan situasi yang sebenarnya terjadi.

Festinger (dalam Fakhri, 2017) menerangkan bahwa individu memiliki dorongan untuk menilai diri sendiri atau membandingkan dengan orang lain secara umum atau spesifik dengan sekelilingnya. Ketika mahasiswa tahun pertama mulai mengevaluasi dirinya dengan orang lain secara berlebihan, maka akan menimbulkan penilaian diri secara negatif seperti evaluasi diri yang berlebihan dan merasa tidak puas dengan kehidupan yang dijalankan. Individu dengan kepercayaan diri rendah cenderung menunjukkan perilaku pesimis dan memiliki persepsi bahwa semua situasi yang dihadapinya merupakan hal yang negatif (Farida dan Abdillah, 2021). Mereka yang tidak percaya diri pada kemampuan atau potensi yang dimiliki akan terus membandingkan dirinya dengan orang lain. Tujuan seseorang yang melakukan perbandingan sosial yaitu untuk mengubah atau mengembangkan beberapa perspektif seperti keterampilan sosial, fisik dan akademis (Alamsyah, 2023).

Memasuki dunia perkuliahan, mahasiswa tahun pertama akan dihadapi oleh suatu proses adaptasi serta penyesuaian diri dengan lingkungan yang baru. Dimulai dari aktivitas sehari-hari yang berubah, lingkungan tempat belajar dan tempat tinggal yang baru hingga pertemuan dengan teman-teman baru yang berasal dari berbagai kota di seluruh Indonesia. Perubahan yang dirasakan tersebut memerlukan berbagai strategi

dan juga keyakinan untuk dapat beradaptasi dengan baik pada situasi baru termasuk rasa percaya diri (Makaria, 2019). Menurut Ghufroon (2010) percaya diri merupakan kondisi psikologis atau mental untuk menambah keyakinan secara penuh bagi diri sendiri ketika bertindak untuk melakukan suatu hal. Untuk dapat beradaptasi dengan baik pada keadaan dan kebiasaan baru diperlukannya sebuah strategi dan keyakinan sehingga dapat meningkatkan rasa percaya diri pada masing masing individu.

Percaya diri adalah percaya dan yakin terhadap keunggulan diri sendiri serta dapat memaknai keberhasilan dan kegagalan diri tergantung dari usaha yang sudah dilakukan sebelumnya. Kepercayaan diri tidak hanya tampak dari penampilan dan cara individu berkomunikasi, tapi juga tampak dari bagaimana individu tersebut menyelesaikan tugas tugasnya (Makaria, 2019). Namun pada kenyataanya banyak mahasiswa tahun pertama yang justru kesulitan mengembangkan kemampuan yang dimiliki karena rasa tidak percaya diri dengan suatu situasi yang menurutnya mengancam sehingga membuat mereka berpikir bahwa dirinya tidak akan mampu mencapai apa yang diinginkan. Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Farida (2014) disebutkan bahwa remaja putri dominan memiliki kepercayaan diri dengan kategori rendah yaitu sebesar 75% sedangkan sebesar 25% remaja putri menunjukan kategori sedang.

Menurut Lauster (dalam Yulinar, 2022) kepercayaan diri lahir karena adanya pengalaman hidup, individu yang yakin terhadap kemampuannya akan lebih merasa percaya diri dibanding mereka yang tidak yakin dengan kemampuan yang dimiliki. Dengan kepercayaan diri yang tinggi orang lain tidak akan mempengaruhi keyakinan

yang dimiliki sehingga individu dapat berperilaku sesuai dengan kemauan, tujuan serta tanggung jawab yang diinginkan dengan tidak mementingkan dirinya sendiri (toleransi). Sedangkan Freud (dalam Mamlu'ah, 2019) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah rasa sugesti tertentu dengan satu tingkatan yang berbeda dan tumbuh dalam diri seseorang sehingga membentuk sebuah perasaan yakin untuk melakukan suatu hal. Pendapat lain diungkapkan oleh Rahmat (dalam Mamlu'ah, 2019) dalam penelitiannya bahwa kepercayaan diri mengacu pada konsep diri mengenai pandangan terhadap dirinya sendiri dengan kehidupannya secara keseluruhan. Disimpulkan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu keadaan bahwa dirinya merasa yakin pada keunggulan pada diri yang bersumber dari pengalaman hidup berkaitan dengan pandangan individu terhadap diri mereka secara utuh dalam konsep diri.

Perbandingan sosial dilakukan mahasiswa tahun pertama sebagai bentuk evaluasi diri, memperbaiki diri serta meningkatkan kemampuan diri. Dampak negatif juga dapat dirasakan oleh mahasiswa tahun pertama akibat dari perbandingan sosial yang dilakukan secara konsisten yaitu dapat menimbulkan rasa ketidakpuasan hidup terhadap diri sendiri (Putri dan Swandi, 2023). Mahasiswa tahun pertama yang tidak yakin dengan keunggulan dan kelemahannya cenderung akan melakukan perbandingan dengan kemampuan yang dimiliki dengan orang lain. Ketika mahasiswa tahun pertama tidak yakin dengan kemampuan serta potensi yang dimiliki atau rendah diri maka akan menghambat proses perkembangannya. Akibat perasaan rendah diri tersebut mereka menganggap dirinya tidak diterima oleh lingkungan sekitar karena tidak sesuai dengan

standar kriteria yang berlaku (Ria dkk, 2023). Perasaan tidak percaya diri akan terus berkembang secara negatif ketika seseorang merasa tidak yakin dengan kelebihan yang dimiliki.

Rasa percaya diri disebabkan oleh pikiran yang ada pada dirinya sendiri bahwa dia tidak mampu seperti orang lain, padahal yang seharusnya terjadi adalah mahasiswa tahun pertama percaya diri dengan kemampuan yang dimiliki agar proses dalam mengembangkan kemampuannya dapat berjalan secara optimal. Pada hakikatnya, manusia diciptakan dengan rasa percaya diri dengan tingkat rasa percaya diri yang bervariasi tergantung pada tiap individu. Perbedaan tingkah laku ditunjukkan pada mahasiswa tahun pertama sesuai dengan tingkat percaya dirinya. Hakim (dalam Vandini, 2015) menyatakan bahwa kepercayaan diri bukanlah sesuatu yang terjadi begitu saja, diperlukannya sebuah proses tertentu yang dapat membentuk seseorang untuk mengembangkan kepercayaan diri mereka. Dengan bertahan dan yakin bahwa dapat melalui tantangan yang dihadapi serta membangun persepsi positif untuk diri sendiri bahwa semua kejadian ada masanya untuk ada diatas, sehingga dapat membangun rasa kepercayaan diri yang sebelumnya menurun (Chafsoh, 2020).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Meinisa, 2024) menyatakan bahwa remaja yang memiliki *social comparison* dan *body dissatisfaction* yang tinggi akan memiliki kepercayaan diri rendah. Lalu pada penelitian yang dilakukan oleh Meinisa (2024) pada siswa sekolah model menghasilkan bahwa semakin tinggi perbandingan sosial yang dilakukan maka semakin rendah kepercayaan diri yang dimiliki. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Khoerunnisa (2021) mengenai penggunaan media

sosial instagram terhadap kepercayaan diri remaja juga menerangkan bahwa penggunaan media sosial instagram dapat menurunkan rasa kepercayaan diri. Hal tersebut dipicu oleh terjadinya proses perbandingan sosial pada dirinya sendiri terhadap unggahan pengguna instagram lainnya sehingga menimbulkan rasa tidak aman, terutama dalam hal penampilan fisik.

Mayoritas penelitian terdahulu yang sudah dilakukan lebih banyak membahas mengenai kepercayaan diri dengan *social comparison* berdasarkan penilaian fisik. Padahal penilaian perbandingan sosial yang dilakukan seseorang hingga menjadi tidak percaya diri terdiri atas keterampilan sosial, fisik dan akademis. Maka dari itu penelitian ini memfokuskan pada faktor akademis pada Mahasiswa Tahun Pertama Universitas Diponegoro Fakultas Psikologi Tahun 2023. Selain itu penelitian korelasional antara kepercayaan diri dengan *social comparison* belum pernah diteliti pada subjek penelitian mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Tahun 2023. Oleh karena itu penelitian dilakukan untuk mendapatkan bukti empirik ada atau tidaknya hubungan antara kedua variabel penelitian.

B. Rumusan Masalah

“Apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan *social comparison* pada mahasiswa tahun pertama Universitas Diponegoro Fakultas Psikologi Tahun 2023”? diajukan rumusan masalah tersebut berdasar pada latar belakang penelitian.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan *social comparison* pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memajukan pemahaman ilmiah, khususnya di bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial mengenai hubungan antara kepercayaan diri dengan *social comparison*. Selain itu, beberapa manfaat berikut ini dapat diperoleh dari temuan penelitian ini:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmiah yang dapat menjadi salah satu sumber informasi tambahan, khususnya informasi ilmiah di bidang psikologi perkembangan dan psikologi sosial yang berkaitan dengan isu-isu kepercayaan diri dan *social comparison*.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan wawasan dengan memberikan informasi yang dapat berguna untuk:

a. Bagi Partisipan Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi refleksi dalam melihat hubungan kepercayaan diri dengan *social comparison* serta dapat

membantu mahasiswa agar dapat menumbuhkan sikap serta pemahaman mengenai kepercayaan diri dengan *social comparison*.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Setelah penelitian ini dilakukan hendaknya dapat menjadi bahan pertimbangan untuk dikembangkan lebih lanjut serta memberikan pengetahuan tambahan untuk peneliti selanjutnya berkaitan dengan kepercayaan diri dan *social comparison*.