

STUDI DESKRIPTIF KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA PSIKOLOGI UNIVERSITAS NEGERI PADANG

Sylvia Ananda Putri¹, Zulmi Yusra²

^{1, 2}Universitas Negeri Padang, Jl. Prof. Dr. Hamka, Air Tawar, Padang, Sumatera Barat, Indonesia
Email: sylviaananda13@gmail.com

Article History

Received: 24-07-2025

Revision: 09-08-2025

Accepted: 14-08-2025

Published: 17-08-2025

Abstract. The problem found that the lack of self-confidence among students is caused by several problems, one of which is academic pressure. On average, students say that the lack of self-confidence arises when they have to speak in public. This study aims to describe the self-confidence of psychology students in general. This study uses a descriptive quantitative method. The scale used according to Lauster modified by Nurhuda (2019) is belief in one's own abilities, optimistic, objective, responsible, rational and realistic. The population of this study were students of the psychology department, the sampling technique used stratified proportional random sampling, so that the sample in this study amounted to 104 people. The data was analyzed using the one sample t-test analysis technique. The research results show that students have a medium level of self-confidence with a percentage of 90%.

Keywords: Self-Confidence, Psychology Student

Abstrak. Permasalahan yang ditemukan bahwa kurangnya kepercayaan diri di kalangan mahasiswa disebabkan oleh beberapa masalah salah satunya tekanan akademik. Rata-rata mahasiswa mengatakan kurangnya kepercayaan diri yang muncul jika harus berbicara di depan umum. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kepercayaan diri mahasiswa psikologi secara umum. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif deskriptif. Skala yang digunakan menurut Lauster yang dimodifikasi oleh Nurhuda (2019) yaitu keyakinan akan kemampuan sendiri, optimis, objektif, bertanggung jawab, rasional dan realistis. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa departemen psikologi, teknik pengambilan sampel menggunakan stratified proportional random sampling, sehingga sampel dalam penelitian ini berjumlah 104 orang. Data di analisis dengan teknik analisis *one sample t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki kepercayaan diri dengan kategori sedang dengan persentase 90%.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Mahasiswa Psikologi

How to Cite: Putri, S. A & Yusra, Z. (2025). Studi Deskriptif Kepercayaan Diri Mahasiswa Psikologi Universitas Negeri Padang. *Indo-MathEdu Intellectuals Journal*, 6 (5), 7907-7914. <http://doi.org/10.54373/imeij.v6i5.3888>

PENDAHULUAN

Mahasiswa merupakan insan-insan calon sarjana yang dalam keterlibatan dengan perguruan tinggi yang dapat menyatu dengan masyarakat dididik dan diharapkan bisa menjadi calon-calon yang intelektual. Winarno (2012) menyatakan mahasiswa mempunyai peran sebagai agen perubahan sosial yang positif seperti yang tercantum dalam tridharma perguruan tinggi. Mahasiswa diharapkan juga untuk tidak menekuni ilmu dalam bidang akademik saja, tetapi juga harus aktif dalam bidang non akademik untuk dapat meningkatkan kepercayaan

dirinya, menambah pengalaman, dan berani untuk berbicara didepan umum. Implementasi didalam bidang akademik dapat diperoleh melalui proses belajar mengajar didalam perkuliahan, sedangkan untuk bidang non akademik dapat diperoleh melalui kegiatan organisasi kemahasiswaan untuk sebagai media mengasah kemampuan, bakat, dan untuk meningkatkan kepercayaan dirinya. Dalam aktivitas keseharian dikampus mahasiswa dihadapkan pada dua pilihan yaitu mahasiswa yang menggunakan dan perkuliahan juga menggunakan waktunya untuk mengikuti organisasi.

Kepercayaan diri di bidang akademik merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan mereka untuk mencapai tujuan akademik, seperti memahami materi, menyelesaikan tugas dan berpartisipasi dalam diskusi. Mahasiswa yang percaya diri cenderung berani mengambil tantangan akademik, seperti mendaftar untuk mata kuliah yang lebih sulit atau mengikuti kompetensi akademik. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi percaya bahwa segala macam bentuk pembelajaran yang wajib diselesaikan, dengan cara meregulasi cara belajar dan mengerjakan segala macam tugas yang dimiliki. Kepercayaan diri yang tinggi merupakan bentuk keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri untuk sanggup menyelesaikan tugas-tugas, mengatur kegiatan belajar dengan waktu yang direncanakan dengan harapan dapat mencapai hasil yang optimal (Amamlansyah & Arjanggi, 2021).

Suatu permasalahan utama yaitu beberapa mahasiswa ketika berbicara didepan kelas, dia merasa tidak percaya diri, grogi, takut dan cemas terhadap apa yang mau disampaikan, karena mahasiswa merasa tidak mampu dalam menjawab pertanyaan yang akan diberikan dosen maupun mahasiswa lainnya, tidak percaya diri ini juga dapat timbul karena mahasiswa merasa diremehkan oleh mahasiswa lainnya, sehingga saat menjelaskan dia merasa tidak percaya diri. Rasa tidak percaya diri mahasiswa juga dapat timbul ketika dosen telah selesai menerangkan suatu pembelajaran, respon dari beberapa mahasiswa cenderung merasa malu dan tidak mau bertanya, padahal dia tidak mengerti dengan pembelajaran yang telah disampaikan, dia tidak berani untuk memulai berkomunikasi dengan sesamanya, hal ini disebabkan oleh mahasiswa tidak percaya diri dengan apa yang ingin ditanyakannya ke dosen, hal ini juga dapat disebabkan oleh kurangnya persiapan mahasiswa sebelum pembelajaran sehingga dia merasa tidak percaya diri untuk menanyakan apa yang tidak dipahaminya, (Kurniawan et al, 2021).

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti di lingkungan mahasiswa jurusan Psikologi Universitas Negeri Padang ditemukan kurangnya kepercayaan diri dikalangan mahasiswa disebabkan oleh beberapa masalah salah satunya tekanan akademik, hal ini dikarenakan mahasiswa psikologi sering menghadapi tuntutan akademik yang berat. Ekspektasi tinggi dari dosen, teman dan diri sendiri untuk memahami teori kompleks dan

menerapkan pengetahuan dalam praktek dapat menyebabkan rasa percaya diri. Selain itu nilai rendah atau umpan balik negatif dari tugas atau ujian dapat mempengaruhi rasa percaya diri mahasiswa. Pengalaman akademik yang buruk dapat membuat mereka meragukan kemampuan mereka di bidang psikologi. Hal ini dibuktikan dengan saat adanya diskusi banyak mahasiswa yang merasa kurang percaya diri dalam mengutarakan pendapatnya dikarenakan adanya perasaan khawatir tentang pendapat yang dikemukakan akan diterima atau tidak oleh teman-temannya.

Penelitian yang dilakukan oleh (Setiowati 2016) mengenai tingkat kepercayaan yang dilakukan di Universitas PGRI Yogyakarta pada mahasiswa semester 5 kelas A1 program studi bimbingan dan konseling didapatkan dari hasil penelitian mayoritas mahasiswa mempunyai tingkat percaya diri yang berada pada kategori rendah dengan presentase 50%. Individu yang kurang percaya diri akan menghindari kontak mata lawan bicaranya, tidak mau melakukan apa-apa, terkadang memperlihatkan perilaku suka mengamuk atau temperamental dimana hal ini dilakukan untuk melepaskan kecemasannya dan juga tidak banyak bicara hanya menjawab secukupnya saja.

Salah satu aspek kepercayaan diri adalah keyakinan kemampuan diri yang artinya sikap positif individu tentang dirinya. Dalam hal ini artinya keyakinan atas kemampuan mahasiswa itu sendiri dalam pembelajaran. Menurut Lauster (dalam Syam & Amri, 2017) menyatakan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan kepercayaan diri mahasiswa psikologi secara umum

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa jurusan psikologi yang berjumlah 1411 orang. Teknik sampel menggunakan *proportional random sampling*. Total penyebaran sampel didapatkan 52 orang. Total sampel dalam penelitian ini adalah 52×2 dengan hasil 104. Jadi jumlah sampel yang digunakan berjumlah 104 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan skala likert. Data di analisis dengan teknik analisis *one sample t-test* menggunakan bantuan aplikasi SPSS

HASIL DAN DISKUSI

Subjek penelitian terdiri dari mahasiswa jurusan psikologi Universitas Negeri Padang. Total keseluruhan subjek dalam penelitian ini sebanyak 104 orang. Peneliti menetapkan kriteria sampel penelitian adalah mahasiswa jurusan psikologi dari tahun 2018 hingga tahun 2024.

Tabel 1. Data subjek berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase %
Perempuan	87	83,7
Laki-laki	17	16,3
Total	104	100

Subjek dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan berjumlah 87 orang dengan persentase 83,7%, dan laki-laki berjumlah 17 orang dengan persentase 16,3%.

Tabel 2. Data subjek berdasarkan tahun angkatan

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase %
2018	3	2,9
2019	10	9,6
2020	14	13,5
2021	21	20,2
2022	29	27,9
2023	15	14,4
2024	12	11,5
Total	104	100

Mayoritas subjek penelitian yang mendominasi adalah angkatan tahun 2022 yaitu sebanyak 29 orang dengan persentase 27,9%.

Tabel 3. Statistik deskriptif kepercayaan diri

Variabel	Skor Hipotetik				Skor Empirik			
	Max	Min	M	SD	Max	Min	M	SD
Kepercayaan Diri	60	15	37,5	7,5	50	36	41,68	2,72

Berdasarkan tabel diatas, nilai mean empirik dari kepercayaan diri sebesar 41,68 dan nilai mean hipotetik dari kepercayaan diri sebesar 37,5. Dari data tersebut bisa disimpulkan bahwa nilai mean empirik lebih besar daripada nilai mean hipotetik. Jadi dapat diartikan bahwa kepercayaan diri mahasiswa yang diteliti lebih tinggi dibandingkan dengan dugaan penelitian.

Tabel 4. Hasil kategorisasi subjek kepercayaan diri

Rumus	Skor	Kategorisasi	F	%
$X < M - SD$	$X < 30$	Rendah	0	0
$M - 1SD \leq X < M + 1SD$	$30 \leq X < 45$	Sedang	94	90,4
$M + 1SD \geq X$	$45 \geq X$	Tinggi	10	9,6
Total				100

Berdasarkan tabel di atas dilihat, subjek terlihat masuk pada kategori sedang terdapat sebanyak 94 (90,4%). Kemudian, sebanyak 10 orang berada pada kategori tinggi (9,6%), dan 0 (0%) berada pada kategori rendah.

Keyakinan Akan Kemampuan Diri

Hasil kategorisasi kepercayaan diri aspek keyakinan akan kemampuan diri didapatkan hasil kategorisasi berada pada kategori sedang. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 60 orang dengan persentase 57,7% responden berada dalam kategori sedang. Item tertinggi yaitu “saya yakin dapat menyelesaikan perkuliahan tepat waktu”. Item ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa psikologi memiliki keyakinan kuat terhadap kemampuan mereka dalam hal ini mengacu kepada kepercayaan mahasiswa terhadap kemampuannya sendiri untuk berhasil dalam tugas-tugas akademik maupun non akademik. Menurut Hambly dalam (Andiwijaya & Liauw, 2019) kepercayaan diri diartikan sebagai keyakinan terhadap diri sendiri sehingga mampu menangani segala sesuatu dengan tenang, kepercayaan diri lebih banyak berkaitan dengan hubungan seseorang dengan orang lain. Item terendah yaitu “saya tidak menggunakan banyak literatur dalam menyelesaikan tugas yang diberikan”, artinya sebagian besar mahasiswa tidak menggunakan banyak literatur dalam menyelesaikan tugas-tugas perkuliahan. Seorang mahasiswa perlu memiliki keyakinan terhadap kemampuan dan pemahamannya untuk merespon materi kuliah dengan baik. Kepercayaan diri adalah aspek kepribadian yang dapat berkembang secara optimal dengan dorongan internal dan keyakinan terhadap kemampuan diri.

Optimis

Hasil kategorisasi kepercayaan diri aspek optimis didapatkan hasil kategorisasi berada pada kategori tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 79 orang dengan persentase 76%. Item tertinggi yaitu “saya percaya setiap masalah yang muncul pasti ada jalan keluarnya”. Item tertinggi kedua “sebanyak apapun masalah yang muncul, saya mampu menyelesaikan”. Hal ini menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang tinggi dalam memandang masalah sebagai sesuatu yang dapat diatasi. Hasil ini mencerminkan bahwa mahasiswa Psikologi memiliki optimisme realistis dan daya lenting (resiliensi) yang kuat dalam menghadapi kesulitan. Menurut Safira, et al (2024) optimisme merupakan pandangan menyeluruh individu dalam melihat hal yang baik dan positif, serta individu yang mudah dalam memaknai sendiri. Sebagian besar mahasiswa menyatakan bahwa optimis dalam kepercayaan diri adalah sikap positif yang mendorong mereka untuk percaya bahwa mereka mampu mencapai tujuan

meskipun menghadapi tantangan atau kesulitan. Mahasiswa yang memiliki sikap optimis memiliki keyakinan untuk bisa melakukan apapun dan akan berusaha untuk mencapai tujuan yang ia inginkan sikap optimis memberikan kemampuan untuk mengatasi rasa takut untuk terus berusaha dan terus memikirkan masa depan yang lebih besar, (Rajab, 2022).

Objektif

Hasil kategorisasi kepercayaan diri aspek objektif didapatkan hasil kategorisasi berada pada kategori sedang. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 65 orang dengan persentase 62,5% responden berada dalam kategori sedang. Item “saya tidak merasa perlu banyak membaca untuk dapat menyelesaikan tugas perkuliahan”. Berarti hampir setengah dari mahasiswa setuju atau cenderung setuju bahwa mereka tidak merasa perlu membaca banyak untuk menyelesaikan tugas perkuliahan. Hal ini bisa diartikan sebagai indikasi rendahnya kesadaran akan pentingnya literatur dan referensi akademik. Namun sebagian besar menyatakan tidak setuju pada item “saya melimpahkan kesalahan kepada orang lain saat banyak teman yang memberikan kritik terhadap saya”. Menurut Masturina (2018) individu yang percaya diri memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya. Hal ini menjelaskan mereka cenderung menyalahkan orang lain saat mendapat kritik. Ini adalah temuan yang cukup mengkhawatirkan, karena menunjukkan rendahnya kemampuan menerima kritik secara dewasa serta Menandakan adanya mekanisme pertahanan diri (defense mechanism) berupa proyeksi atau pengalihan kesalahan. Hal ini dikarenakan mereka merasa terancam secara psikologis. Kritik, walaupun bersifat membangun, bisa dianggap sebagai bentuk penolakan atau penghakiman terhadap kemampuan diri. Akibatnya, untuk melindungi harga diri yang rapuh, mahasiswa memilih untuk menyalahkan faktor eksternal seperti dosen, teman, atau situasi daripada mengakui kelemahan atau kesalahan diri sendiri.

Mahasiswa dengan kepercayaan diri objektif dapat mengevaluasi dirinya sendiri dengan jujur. Mereka tahu apa yang mereka kuasai dan apa yang perlu mereka perbaiki. Ini tidak berarti mereka meremehkan kekurangan, tetapi lebih pada mengakui dan berusaha untuk berkembang, (Masturina, 2018).

Bertanggung jawab

Hasil kategorisasi kepercayaan diri aspek bertanggung jawab didapatkan hasil kategorisasi berada pada kategori tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 88 orang dengan persentase 84,6% responden berada dalam kategori tinggi. Item dengan kategori tertinggi yaitu

“saya akan berusaha menyelesaikan seluruh tanggung jawab, meskipun di dalamnya penuh dengan hambatan dan masalah” yang berarti mereka memiliki komitmen kuat dan keyakinan diri dalam menyelesaikan tanggung jawab, walaupun menghadapi banyak hambatan. Menurut Masturina (2018) kesediaan individu untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya. Item tertinggi kedua “jika saya melakukan kesalahan saya meminta maaf dan siap menerima hukuman yang diberikan”. Kepercayaan diri yang bertanggung jawab berarti mahasiswa tidak hanya percaya pada diri mereka sendiri, tetapi juga memiliki kesadaran penuh atas dampak dari sikap dan perilaku mereka terhadap diri sendiri dan orang lain (Asiyah, 2013).

Rasional

Hasil kategorisasi kepercayaan diri aspek rasional dan realistis didapatkan hasil kategorisasi berada pada kategori tinggi. Berdasarkan data yang diperoleh terdapat 73 orang dengan persentase 70,2% responden berada dalam kategori tinggi. Item tertinggi yaitu “saya mampu membedakan antara masalah pribadi dengan masalah perkuliahan”. Artinya mayoritas mahasiswa merasa mampu memisahkan urusan pribadi dari kewajiban akademik. Item tertinggi kedua “saya banyak belajar dari kesalahan yang pernah saya buat”. Menurut Masturina (2018) analisa terhadap suatu masalah, hal dan kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Kepercayaan diri tumbuh dari proses interaksi yang sehat di lingkungan sosial individu dan berlangsung secara kontinu dan berkesinambungan. Rasa percaya diri tidak muncul begitu saja pada diri seseorang, ada proses tertentu didalam pribadinya sehingga terjadilah pembentukan rasa percaya diri, (Kusnadi et al, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan untuk melihat gambaran kepercayaan diri mahasiswa jurusan psikologi Universitas Negeri Padang, menunjukkan hasil penelitian bahwa mahasiswa memiliki kepercayaan diri dengan kategori sedang, dengan persentase sebesar 90,4%.

REFERENSI

- Amamlansyah, G. G., & Arjanggih, R. (2021). *Peran Regulasi Diri dan Kepercayaan Diri Akademik terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa yang Aktif dalam Organisasi Kampus*. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 3, 153-161.
- Andiwijaya, D., & Liauw, F. (2019). Pusat pengembangan kepercayaan diri. *Jurnal Sains, Teknologi, Urban, Perancangan, Arsitektur (Stupa)*, 1(2), 1695-1704.

- Kurniawan, M. R., Arif, E., & Asmawi, A. (2021). *Hubungan antara konsep diri dengan kemampuan komunikasi interpersonal dalam proses pembelajaran pada mahasiswa*. Journal of Education, Humaniora and Social Sciences (JEHSS), 4(1), 485-493.
- Kusnadi, S. K., Irmayanti, N., Kusnadi, S. A., Anggoro, H., & Agustina, K. S. B. (2021). *Pelatihan Public Speaking Sebagai Upaya Untuk Meningkatkan Rasa Percaya Diri Pada Remaja Komunitas Kappas Surabaya Surabaya*. Prosiding Konferensi Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat Dan Corporate Social Responsibility (PKM-CSR), 4, 1093-1098.
- Masturina, D. (2018). *Pengaruh Kompetensi Diri Dan Kepercayaan Diri Terhadap Perencanaan Karir*. Jurnal Ilmiah Psikologi, 6(2).
- Rajab, S. (2022). *Pengaruh Kepercayaan Diri Mahasiswa Terhadap Dorongan Berwirausaha*. Jurnal Bisnis Kompetitif, 1(2), 213-218.
- Safira, Y., Dewi, R., & Hafnidar, H. (2024). *Hubungan efikasi diri dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir universitas Malikussaleh dalam meraih peluang kerja*. INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi, 2(1), 66-74.
- Setiowati, A. (2016). *Peningkatan Rasa Percaya Diri Melalui Teknik Permainan Pada Layanan Bimbingan dan Konseling Kelompok*. Jurnal Penelitian Tindakan Bimbingan & Konseling, 2(1).
- Syam, A., & Amri, A. (2017). *Pengaruh Kepercayaan Diri (Self Confidence) Berbasis Kaderisasi IMM Terhadap Prestasi Belajar Mahasiswa (Studi Kasus Di Program Studi Pendidikan Biologi Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Parepare)*. Jurnal Biotek, 5(1), 87-102.
- Winarno, B. (2012). *Kebijakan Publik Teori, Proses dan Studi Kasus*. Yogyakarta: CAPS