

## **Bab 1 Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Mahasiswa merupakan istilah bagi seseorang yang tengah mengenyam pendidikan lanjutan di institusi perguruan tinggi atau universitas, politeknik, sekolah tinggi maupun akademi. Masa akhir studi di perguruan tinggi merupakan periode yang penuh tantangan bagi mahasiswa, terutama ketika mereka sedang menyusun skripsi yang merupakan bagian dari persyaratan untuk memperoleh gelar akademik. Skripsi sendiri merupakan suatu karya ilmiah yang berupa pemaparan tulisan hasil dari sebuah penelitian mengenai suatu fenomena pada bidang ilmu tertentu dengan menggunakan pedoman yang sesuai pada bidangnya masing-masing (Tho'in, 2021).

Biasanya mulai dari semester 6 mahasiswa sudah disuguhkan dengan tugas akhir seperti pengajuan proposal skripsi. Sama seperti tugas pada umumnya yang memiliki tenggat waktu yang sama, mahasiswa diharapkan dapat menyelesaikan skripsi dalam kurun waktu selambat-lambatnya dua semester (Kusuma & Indrawati, 2013). Namun mahasiswa biasanya mengerjakan skripsi ataupun mengajukan proposal penelitian pada waktu yang berbeda-beda sesuai dengan kesediaan mereka dalam mengerjakannya.

Masa kuliah merupakan fase transisi dari remaja dewasa, dimana mahasiswa dihadapkan pada berbagai tantangan akademik, sosial, dan pribadi. Proses penyusunan skripsi seringkali memicu stres dan kecemasan yang dapat mempengaruhi optimisme mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Optimisme merupakan suatu pandangan positif terhadap masa depan dan memiliki rasa yakin yang penuh bahwa semua akan berproses sesuai harapan, sangat penting bagi mahasiswa akhir untuk menghadapi tantangan. Dengan adanya sikap optimisme mahasiswa

dapat memiliki cara pandang yang lebih positif seperti memiliki kesungguhan dalam mengerjakan skripsi karena yakin tugas akhir tersebut pasti akan selesai pada waktunya.

Sikap optimisme akan membantu mahasiswa ketika mendapatkan suatu tuntutan, seperti dalam mengerjakan skripsi, maka dia akan mampu untuk mencari jalan keluar dan menyelesaikan masalah yang dihadapi. Mahasiswa dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik tanpa menghindari masalah tersebut jika dia memiliki sikap optimisme yang tinggi.

Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki sikap pesimis (optimismenya rendah) maka dia tidak akan mampu menyelesaikan masalah yang ada dan bahkan akan menghindar dari masalah tersebut. Hal tersebut tentu akan berpengaruh terhadap bagaimana mahasiswa memandang dirinya sendiri dalam menyelesaikan suatu tuntutan. Optimisme dapat melindungi seseorang dari depresi, seperti dapat meningkatkan tingkat pencapaian dan meningkatkan kesejahteraan fisik, hal itu bisa dikatakan sebagai kondisi mental yang baik (Seligman, 1993).

Optimisme ini dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti *self-esteem* (harga diri) dan *self-confidence* (kepercayaan diri). Seperti yang disampaikan oleh Schueller dan Seligman (2008), optimisme berhubungan dengan peningkatan *control beliefs* yang salah satunya adalah *self-esteem*. *Self-esteem* memainkan peran penting dalam membentuk perilaku seseorang. Umumnya, manusia memiliki keinginan untuk dipandang secara positif, yang memungkinkan mereka merasakan nilai dan arti keberadaan mereka bagi orang lain. Perasaan berharga ini tetap ada meskipun seseorang mungkin memiliki keterbatasan.

Seseorang dengan *self-esteem* yang sehat memiliki pemahaman yang jujur dan realistis tentang dirinya sendiri dan mereka tidak hanya menyadari kekuatan dan bakat mereka, tetapi juga menerima kelemahan dan keterbatasan mereka tanpa rasa malu atau penyesalan yang berlebihan (Suparman, 2019). Individu semacam ini mampu menghadapi realitas hidup yang

tidak selalu sesuai harapan, namun tetap mempertahankan pandangan positif tentang nilai diri mereka sendiri. Mereka menyadari bahwa ketidakberhasilan merupakan bagian normal dari perjalanan hidup dan bukan refleksi dari nilai mereka sebagai manusia. Kemampuan untuk menerima diri sepenuhnya ini memungkinkan mereka untuk tetap mempertahankan rasa optimisme tentang masa depan terutama dalam menyelesaikan skripsi.

Ketika seseorang memiliki pemahaman dan penerimaan yang realistis terhadap diri mereka, termasuk kekuatan dan kelemahannya, ini menjadi dasar bagi sikap optimis (Lusiawati, 2016). Mereka percaya pada kemampuan mereka untuk mengatasi tantangan dan mencapai tujuan, meskipun menghadapi berbagai kesulitan. Dan meskipun mereka mengalami kegagalan setelah berusaha, maka sikap penerimaan diri realistis ini akan membuat mahasiswa berpikir ke arah yang lebih positif dan menganggap kegagalan tersebut sebagai pelajaran dan hasil terbaik untuk sekarang (Lusiawati, 2016).

Selain *self-esteem*, *self-confidence* (kepercayaan diri) juga termasuk ke dalam faktor kepribadian yang dapat mempengaruhi optimisme (Mara dkk., 2023). Rasa percaya diri yang tinggi dapat mendorong individu untuk lebih berani mengambil risiko, tidak mudah menyerah, dan lebih optimis dalam meraih tujuan. Sementara itu, individu yang memiliki kepercayaan diri minim cenderung ragu-ragu, gampang menyerah, serta pesimis ketika menghadapi tantangan. Selain itu *self-confidence* juga berhubungan dengan *self-esteem*. Menurut Santoso (dalam Ghufron dan Risnawita, 2010), *self-esteem* berhubungan dengan tinggi rendahnya *self-confidence*. Jadi bisa dikatakan ketika seseorang memiliki *self-esteem* rendah maka tingkat *self-confidence* orang tersebut juga rendah dan begitupun sebaliknya, ketika seseorang memiliki *self-esteem* tinggi maka tingkat *self-confidence* orang tersebut juga tinggi.

Di antara berbagai faktor yang berhubungan terhadap optimisme, *self-confidence* memiliki peran penting dalam membentuk keyakinan seseorang terhadap potensi dan kapasitas dirinya (Sri Wahyuni dan Darminto, 2023). Mahasiswa yang kurang memiliki rasa percaya diri sering kali mengalami perasaan tidak nyaman dan terbatas dalam bertindak. Mereka cenderung merasa tidak yakin akan kemampuan mereka sendiri, sering ragu-ragu dalam mengambil keputusan atau tindakan dan ketika menghadapi kesulitan atau tantangan, mereka lebih mudah untuk mencari faktor eksternal sebagai penyebab masalah, alih-alih melihat ke dalam diri sendiri atau mencari jalan keluar (Riski, 2021). Sikap ini dapat menghambat perkembangan pribadi dan akademis mereka, serta membatasi potensi mereka untuk mengatasi berbagai situasi dengan efektif.

Pada studi awal yang dilakukan penulis menggunakan angket yang disebarakan secara daring kepada 30 orang mahasiswa tingkat akhir UIN Sunan Gunung Djati Bandung dari 4 fakultas didapatkan informasi bahwa 90% mahasiswa menyatakan bahwa mereka memiliki keyakinan akan kemampuan diri mereka dalam menyelesaikan skripsi. Sementara itu 10% lainnya kurang yakin akan potensi yang mereka miliki dalam menuntaskan skripsi. Ada beberapa yang menyatakan bahwa dengan adanya rasa percaya terhadap kemampuan diri sendiri akan lebih membuatnya semangat dan lebih mudah memiliki progres untuk menyusun skripsi dan tanpa merasa tertekan. Ada juga yang menyebutkan bahwa kedua hal tersebut sangat mempengaruhi mental mereka yang selalu membandingkan progres dengan orang lain dan merasa malu jika tertinggal dengan orang-orang yang sudah terlebih dahulu lulus. Terlepas dari itu semua, responden-responden tersebut merasakan kekhawatiran pada dirinya terutama mengenai kelulusan. Kebanyakan dari mereka menyatakan bahwa mereka khawatir tidak bisa

lulus tepat waktu. Selain itu, ada pula yang khawatir dengan proses penelitian dan hasil yang tidak sesuai dengan keinginannya.

Dari kekhawatiran-kekhawatiran yang dialami mahasiswa tersebut, mereka masih memiliki motivasi dalam mengerjakan skripsi. Motivasi memberikan kontribusi untuk menciptakan antusiasme, kebahagiaan, dan semangat tinggi selama proses penyusunan skripsi (Sarhini, 2019). Dengan adanya dorongan seperti percaya pada kemampuan diri sendiri, adanya pikiran positif bahwa akan menghasilkan hasil yang baik, ingin segera membahagiakan orang tua, serta dukungan dari teman membuat mereka yakin dan optimis bisa menyelesaikan skripsinya dengan tepat waktu sesuai dengan target yang diinginkan.

Dari beberapa literature dijelaskan bahwa *self-esteem* dan *self-confidence* memiliki hubungan yang signifikan dengan optimisme. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Sri Wahyuni dan Darminto (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan *self-confidence* dengan optimisme pada siswa SMP, yang artinya semakin tinggi *self-esteem* dan *self-confidence* siswa maka optimismenya juga tinggi, dan sebaliknya semakin rendah *self-esteem* dan *self-confidence* siswa maka optimismenya juga akan rendah. Sementara itu pada penelitian yang dilakukan oleh Mara dkk. (2023) dengan hasil tingkat kepercayaan diri yang rendah pada mahasiswa STIKes Hamzar dan tingkat optimismenya juga rendah, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri (*self-confidence*) dengan optimisme.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023) mengenai hubungan antara kepercayaan diri (*self-confidence*) dengan optimisme menggunakan metode kuantitatif dengan jumlah sampel 180 responden. Penelitian ini melihat hubungan antara *self-confidence* dengan optimisme masa depan pada mahasiswa Fakultas Psikologi Unissula Semarang. Sementara itu Sri Wahyuni dan

Darminto (2023) melakukan penelitian dengan variabel *self-esteem*, *self-confidence* dan optimisme dengan menggunakan metode kuantitatif dengan rancangan penelitian korelasional pada 280 siswa SMP. Penelitian ini juga hanya melihat hubungan antara *self-esteem* dan *self-confidence* dengan optimisme. Kemudian pada penelitian lain yang dilakukan oleh Sidabalok dkk. (2019) mengenai optimisme dan *self-esteem* pada siswa SMA. Penelitian yang menggunakan metode kuantitatif ini memiliki subjek penelitian sebanyak 251 siswa dengan tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara optimisme dengan *self-esteem*.

Dari data-data di atas penulis ingin melihat apakah terdapat hubungan *self-esteem* dan *self-confidence* dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dengan menggunakan metode kuantitatif. Berdasarkan pemaparan di atas dapat diprediksi bahwa *self-esteem* dan *self-confidence* ini dapat berguna bagi mahasiswa untuk meningkatkan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Guna melengkapi penelitian sebelumnya penulis mengangkat kembali penelitian ini dengan data empiris dengan mengangkat judul Hubungan *Self-esteem* Dan *Self-confidence* Dengan Optimisme Pada Mahasiswa Tingkat Akhir UIN SGD Bandung.

### **Rumusan Masalah**

Dari pemaparan mengenai latar belakang tersebut, perumusan masalah untuk penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan *self-esteem* dan *self-confidence* dengan optimisme pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung tingkat akhir.

### **Tujuan Penelitian**

Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *self-esteem* dan *self-confidence* dengan optimisme pada mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung tingkat akhir.

### **Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian di atas, maka kegunaan dari penelitian ini adalah:

**Kegunaan Teoretis.** Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat bermanfaat dalam bidang psikologi positif terutama mengenai *self-esteem*, *self-confidence* dan optimisme. Peneliti juga berharap penelitian ini dapat memperkuat hasil penelitian-penelitian sebelumnya.

### **Kegunaan Praktis**

1. Penelitian ini diharapkan dapat membantu mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun tugas akhir/skripsi. Diharapkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat mengetahui pentingnya *self-esteem* dan *self-confidence* untuk meningkatkan optimisme dalam menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu.
2. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi penelitian-penelitian selanjutnya terkait variabel *self-esteem*, *self-confidence* dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir.

