

## Bab 1 Pendahuluan

### Latar Belakang Masalah

Masa remaja menjelang dewasa awal adalah sesuatu masa yang sangat rentan dalam mencari jati dirinya. Pada saat ini remaja bingung dalam mencari siapa dia dan bagaimana dia nanti di masa depan, itu yang membuat rasa kepercayaan diri mereka menurun. Kepercayaan diri sangat berpengaruh dalam hal ini. Rasa kepercayaan diri haruslah dimiliki oleh seluruh remaja, bagaimanapun latar belakang yang dia miliki. Rasa percaya diri mempengaruhi bagaimana dia mengambil keputusan dalam setiap masalah yang terjadi dalam hidupnya. Rasa percaya diri bukanlah suatu bakat atau potensi bawaan dalam diri, melainkan kualitas mental dirinya sendiri, yang dapat diartikan sebagai pencapaian yang dihasilkan dari proses belajar.

Kepercayaan diri menurut Lauster (2003) adalah perilaku yang didasari oleh keyakinan akan kemampuan yang dimiliki oleh individu, sehingga dapat bersikap dengan baik dan tidak takut melakukan apapun secara bebas dalam hal yang rasional dan bertanggung jawab dengan apa yang dia perbuat, kepercayaan diri juga memiliki motivasi untuk mencapai prestasi serta dapat menerima akan kekurangan maupun kelebihan yang dia miliki. Rasa percaya diri dipengaruhi juga dengan tingkat kemampuan yang dia miliki. Individu yang memiliki rasa percaya diri akan mampu menghadapi dan yakin dengan apa yang dia putuskan. Dalam fase remaja ini banyak masalah yang muncul dan memerlukan keputusan untuk memilih penyelesaiannya salah satunya adalah keputusan dalam memilih jurusan pada perkuliahan yang akan dia ambil. Dilansir dari detik edu 2021, menurut ahli *Educational Psychologist* dari *Integrity Development Flexibility (IDF)* menyebutkan bahwa sebanyak 87% mahasiswa merasa salah jurusan. Selain itu, menurut Pope dari Stanford University Graduate School Of Education mengatakan bahwa tingkat kecurangan pelajar mencapai 70% dimana faktor utama dari kecurangan ini adalah rasa ketidakpercayaan diri terhadap kemampuan dirinya. Menurut

survey *Adolescent Mental Survey* (I-NAMHS) pada 20 Oktober 2022 sekitar 1 dari 20 orang remaja di Indonesia terdiagnosa memiliki gangguan mental, yang artinya sekitar 2,45 juta remaja teridentifikasi dalam kelompok Orang dengan Gangguan Jiwa (ODGJ) dan terbesar pada gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Salah satu penyebab *anxiety* pada remaja yaitu kurangnya kepercayaan diri terhadap kemampuan yang dia miliki. Tidak hanya itu remaja Indonesia juga mengalami gangguan fungsi di ranah sekolah atau pekerjaan sebesar 58,1%.

Survey di atas maka dapat disimpulkan bahwa kepercayaan diri sangatlah penting dalam menjaga kesehatan mental individu tanpa terkecuali. Pada masa remaja kepercayaan berpengaruh bagaimana dia bisa melihat sampai mana diri mampu melakukannya seperti keputusan memilih jurusan. Pemilihan jurusan ini merupakan keputusan yang sangat berat dalam fase remaja, banyak remaja yang gagal dalam memilih jurusan hingga akhirnya apa yang dia pilih tidak sesuai dengan apa yang dia inginkan dikarenakan kurangnya kepercayaan diri bahwa dia mampu untuk bisa bersaing di jurusan tersebut. Terlihat dari survey yang dilakukan terhadap 20 ribu calon mahasiswa dan sekitar 87% pelajar merasa bingung dalam pemilihan jurusan (Meirina,2013). Kesalahan dalam pengambilan jurusan juga dapat mempengaruhi bagaimana dia berkembang di dunia perkuliahan, bagaimana dia dapat mewujudkan mimpi yang sudah direncanakan sebelumnya.

Menurut Setiobudi (2017) keberhasilan dalam jurusan di masa depan bisa dilihat dari keputusan pada pengambilan jurusan. Kesesuaian ini berdasarkan kemampuan yang dimiliki akan mempermudah kesuksesan dalam menjalani perkuliahan. Pengambilan keputusan jurusan adalah tahap untuk menentukan suatu pilihan dari berbagai pilihan yang ada dalam perkembangan individu dari mulai masa sekolah hingga menghadapi dunia pekerjaan Tiedeman (2005). Maka dari itu kepercayaan diri dalam pengambilan keputusan sangatlah berpengaruh besar.

Studi awal dilakukan oleh peneliti pada bulan Mei 2023, studi awal yang dilakukan bertujuan untuk melihat fenomena yang terjadi di SMAN 4 Cimahi, dilakukan menggunakan *google form* dengan menggunakan pertanyaan terbuka. Hasil studi yang telah didapatkan sebanyak 30 siswa.

Identifikasi awal pada siswa-siswi di SMAN 4 Cimahi menyebutkan bahwa rasa percaya diri individu itu dapat mengatasi berbagai masalah yang dihadapi dengan baik. Sekitar 80 % siswa mengatakan rasa percaya diri muncul karena adanya apresiasi yang dilakukan oleh diri sendiri dan orang yang ada di sekitar dia. Hasil studi awal menduga bahwa rasa kepercayaan diri muncul dengan adanya dukungan sosial dan optimisme siswa dalam memilih jurusan kuliah.

Dukungan sosial merupakan pandangan seseorang mengenai dukungan yang diterima dari teman, keluarga, dan orang lain yang memiliki pengaruh dalam kehidupan individu tersebut (Zimet dkk., 1988). Pada konteks pembahasan ini adalah ketika ketika individu itu telah memilih jurusan dan memasuki lingkungan yang baru, kedekatan orang tua akan menjadikan landasan individu tersebut bertindak dan berinteraksi. Individu akan belajar bagaimana bisa berbaur dan tidak merasakan kesulitan yang berakhir berpikir apabila individu tersebut salah untuk memilih jurusan. Kedua yaitu *social integration*, ini merupakan perasaan individu merasa memiliki tempat untuk berbagi dan menjadi suatu bagian dari keluarga. Informasi yang didapatkan dari keluarga akan menjadi bahan pertimbangan dalam memutuskan jurusan. Ketiga *reassurance of worth*, adalah sebuah pengakuan terhadap potensi yang dimiliki oleh individu terkait. Ketika suatu individu diakui potensi yang dimilikinya akan membuat naiknya rasa kepercayaan diri dalam pemilihan jurusan dan individu akan merasa yakin dengan apa yang akan dia pilih. Keempat adalah *reliable alliance* merupakan rasa memiliki kepastian apabila orang tuanya akan selalu mendukung dan membantu individu tersebut dalam perkuliahan. Individu akan merasa didampingi oleh orang

tua. Kelima adalah *guidance*, ini merupakan bimbingan orangtua. Pada hal ini bimbingan memberi peran dalam membantu mengarahkan dalam Pendidikan yang sedang ditekuni oleh individu tersebut. Orang tua dituntut untuk bisa membimbing individu secara terus-menerus. Keenam yaitu *opportunity for nurturance* adalah kesempatan untuk merasa dibutuhkan atau adanya rasa bahwa orang lain mengandalkan dirinya. Menurut Leung et al. (2011) *parent expectation* akan menjadi bahan pertimbangan individu dalam menentukan jurusan yang akan dijalani untuk masa depannya.

Seperti yang terdapat pada penelitian Dahani dan Muliati Abdullah (2020) yang menyebutkan apabila sekitar 40,6% pengambilan keputusan jurusan dipengaruhi oleh dukungan sosial orang tua, tidak hanya itu dalam penelitian Hapsari dan Primastuti (2014) yang menyatakan bahwa 27% rasa kepercayaan diri muncul karena adanya dukungan sosial dari teman sebaya. Pada penelitian Dewi dan Arjangi (2020) menyebutkan apabila dukungan sosial berpengaruh positif terhadap kepercayaan diri. Menurut Djuwitawati dan Djalali (2015) bahwa dukungan sosial bisa menjadi peredam kecemasan dan ketidakpercayaan diri siswa terhadap pemilihan jurusan.

Rasa kepercayaan yang tinggi akan dimunculkan dengan rasa optimisme dalam diri siswa. Optimisme mempengaruhi seorang siswa percaya akan kemampuan yang dia miliki dan dapat mengambil keputusan untuk masa depan yang akan dia ambil.

Optimis menurut Seligman (dalam Ghufron, M. N., dan Risnawita, 2010) menyebutkan apabila optimisme ialah suatu pemikiran secara utuh, melihat hal positif, berpikir baik, dan dapat memahami makna bagi diri dengan mudah. Optimisme adalah harapan terhadap hasil baik atau hasil yang diharapkan terwujud (Eklund dan Tenenbaum, 2014). Menurut Biagi dan Uyun (2023) optimisme adalah penilaian secara utuh terhadap pemikiran yang positif, memiliki upaya dalam menghadapi masalah dan percaya apabila masalah akan berlalu.

Optimisme merupakan cara seseorang berfikir positif dalam menghadapi masalah-masalah yang terdapat dalam hidupnya (Sidabalok dkk., 2019).

Kepercayaan diri memiliki hubungan dengan optimisme, optimisme dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam menghadapi masalah dan akan melihat dari sisi baik (Biagi & Uyun, 2023). Dalam penelitiannya Biagi dan Uyun (2023) menghasilkan bahwa optimisme dengan kepercayaan diri memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai 79,12%. Pada penelitian dari Asni dan Arik (2023) mendapatkan bahwa 32% optimis meningkatkan secara signifikan kepercayaan diri peserta didik VII SMPN 248 Jakarta.

Dari fenomena yang telah dijelaskan bahwa kepercayaan diri sangatlah penting bagi siswa terutama dalam memilih jurusan kuliah. Maka dari itu siswa perlu dukungan orang tua, teman sebaya dan teman terdekatnya untuk memotivasi siswa tersebut dalam memilih jurusan kuliah, tidak hanya itu rasa optimisme juga sangatlah berpengaruh dalam menguatkan rasa kepercayaan diri siswa. Penelitian mengenai kepercayaan diri sudah diteliti sebelumnya, namun pada penelitian yang sudah ada masih banyak faktor lain yang mempengaruhi munculnya rasa percaya diri dalam memilih jurusan kuliah, tidak hanya itu penelitian ini mencoba menambah variabel dukungan sosial (*Social Support*) dengan optimisme guna melengkapi hasil penelitian sebelumnya, penulis bermaksud meneliti lebih lanjut dengan mengambil judul penelitian **“Pengaruh Dukungan Sosial dan Optimisme terhadap Kepercayaan Diri Siswa dalam Memilih Jurusan Kuliah di SMAN 4 Cimahi”**. Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui seberapa besar pengaruh yang dihasilkan oleh variabel dukungan sosial dan optimisme terhadap kepercayaan diri siswa yang sedang memilih jurusan kuliah, apakah akan menghasilkan lebih besar dari penelitian sebelumnya yang hasil menggunakan satu variabel atau mungkin sama saja seperti penelitian sebelumnya

### **Rumusan Masalah**

Rumusan masalah penelitian ini adalah adakah pengaruh dukungan sosial dan optimisme terhadap kepercayaan diri siswa dalam memilih jurusan kuliah?

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial dan optimisme terhadap kepercayaan diri siswa dalam memilih jurusan kuliah

### **Kegunaan Penelitian**

#### ***Kegunaan Teoritis***

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi Pendidikan, sosial, dan perkembangan mengenai kepercayaan diri siswa yang sedang memilih jurusan kuliah.

#### ***Kegunaan Praktis***

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai hubungan dukungan sosial dan optimisme terhadap kepercayaan diri siswa yang sedang memilih jurusan kuliah, sehingga bisa memberikan masukan berupa:

**Bagi siswa.** Memberikan gambaran kepada siswa terkait pentingnya optimisme terhadap meningkatnya kepercayaan diri siswa yang sedang memilih jurusan kuliah serta memberi motivasi siswa agar bisa yakin terhadap kemampuan yang dia miliki.

**Bagi orang tua.** Memberikan gambaran kepada orang tua terkait pentingnya dukungan sosial terhadap meningkatnya kepercayaan diri siswa yang sedang memilih jurusan kuliah serta membantu orang tua agar bisa lebih mendukung keputusan yang diambil oleh siswa terhadap masa depannya.