

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Era globalisasi dan perkembangan teknologi yang semakin pesat membawa perubahan besar dalam pola interaksi sosial mahasiswa. Kemudahan komunikasi melalui media sosial dan platform digital tidak selalu sejalan dengan kemampuan individu dalam membangun relasi yang sehat secara langsung. Dalam dunia perkuliahan, interaksi sosial menjadi salah satu aspek penting yang memengaruhi keberhasilan akademik maupun kesejahteraan psikologis mahasiswa. Interaksi sosial menjadi ruang tumbuh yang membentuk pola pikir, karakter, serta cara individu memandang dirinya sendiri dan orang lain (Muthohharoh et al., 2024).

Mahasiswa semester 3 berada pada fase transisi yang unik. Mereka telah melewati masa adaptasi awal di tahun pertama dan mulai memasuki tahap pembentukan identitas yang lebih stabil. Pada tahap ini, tuntutan akademik mulai meningkat dan tanggung jawab sebagai mahasiswa semakin kompleks. Keterlibatan dalam kegiatan kampus serta persaingan akademik dapat memunculkan tekanan tersendiri. Situasi tersebut berpotensi menimbulkan kecemasan sosial, terutama pada mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah (Muthohharoh et al., 2024).

Data penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa kecemasan sosial pada remaja dan dewasa awal cukup signifikan. Di Indonesia, kecenderungan kecemasan sosial pada remaja mencapai 15,8% (Bafadal, 2021). Penelitian Florensia & Chris (2023) juga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan sosial lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki, dengan variasi tingkat kecemasan dari rendah hingga sangat berat. Fakta ini mengindikasikan bahwa kecemasan sosial merupakan persoalan nyata yang dapat memengaruhi kehidupan sosial maupun akademik mahasiswa.

Kecemasan sosial ditandai dengan rasa takut berlebihan terhadap penilaian negatif dari orang lain. Individu merasa diamati, dihakimi, atau diremehkan ketika berada dalam situasi sosial (Sitompul et al., 2021).. Gejala yang muncul tidak hanya berupa reaksi psikologis seperti rasa malu dan rendah diri, tetapi juga gejala fisik seperti jantung berdebar, keringat dingin, gemetar, hingga kesulitan berbicara. Dalam konteks perkuliahan, kondisi ini dapat menyebabkan mahasiswa menarik diri, enggan berpartisipasi dalam diskusi, bahkan menghindari interaksi sosial di lingkungan kampus (Sigarlaki & Nurvinkania, 2022) .

Salah satu faktor penting yang diduga berkaitan erat dengan kecemasan sosial adalah kepercayaan diri. Kepercayaan diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya sendiri sehingga tidak mudah merasa cemas dalam menghadapi situasi tertentu. Mahasiswa dengan kepercayaan

diri tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi, berani mengemukakan pendapat, serta tidak mudah terpengaruh oleh penilaian negatif orang lain. Sebaliknya, mahasiswa dengan kepercayaan diri rendah lebih rentan mengalami kecemasan sosial dalam berbagai situasi sosial di lingkungan perkuliahan (Tanoto & Hidyah, 2021).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada awal tahun 2025 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta terhadap 10 mahasiswa semester 3 angkatan 2024 dari tiga program studi menunjukkan adanya fenomena yang perlu mendapat perhatian. Sebanyak 7 mahasiswa menyatakan sering merasa cemas dalam situasi sosial di kampus. Mereka mengaku takut tidak dianggap, merasa kurang mampu dibandingkan orang lain, serta minder dalam bidang akademik maupun non-akademik. Kondisi ini memunculkan perasaan tidak percaya diri dan kecenderungan menghindari situasi sosial tertentu.

Sebaliknya, 3 mahasiswa lainnya menunjukkan karakteristik berbeda. Mereka merasa mampu menyesuaikan diri, percaya terhadap kemampuan diri sendiri, serta tidak merasa cemas ketika berada dalam situasi sosial tertentu. Mahasiswa dengan kepercayaan diri yang baik tampak lebih aktif dan tidak menunjukkan gejala kecemasan sosial yang berarti.

Fenomena ini memperlihatkan adanya perbedaan tingkat kepercayaan diri yang berdampak pada munculnya kecemasan sosial. Tekanan akademik semester 3 yang semakin meningkat semakin memperkuat potensi munculnya rasa minder dan ketakutan akan evaluasi negatif. Permasalahan yang tampak jelas adalah masih adanya mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024 yang mengalami kecemasan sosial yang diduga berkaitan dengan rendahnya kepercayaan diri. Kondisi ini dapat berdampak pada partisipasi akademik, hubungan interpersonal, serta kesehatan mental mahasiswa.

Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024.”

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tersebut, dikemukakan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah ada Hubungan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan Sosial Pada Mahasiswa Semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024 ?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian di bagi menjadi dua adalah tujuan umum dan tujuan khusus.

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden seperti usia, program studi, jenis kelamin. pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi kepercayaan diri pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.
- c. Mengetahui distribusi frekuensi kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.
- d. Mengetahui keeratan antara hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian di bagi menjadi dua adalah manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan tentang hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi terkait kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

b. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Dapat bermanfaat sebagai sumber referensi tentang hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 untuk bidang keperawatan jiwa.

c. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman secara langsung dalam melakukan penelitian dan menambah wawasan pengetahuan peneliti mengenai hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

d. Bagi Peneliti Lain

Hasil penulisan ini dapat menjadi acuan bagi peneliti lain untuk dapat menjadi referensi dalam penyusunan penelitian serta dapat mengembangkan penelitian ini yang berkaitan hubungan hubungan kepercayaan diri dengan kecemasan sosial pada mahasiswa semester 3 di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta angkatan 2024.

STIKES BETHESDA YAKKUM

E. Keaslian Penelitian

Berikut karya ilmiah peneliti sebelumnya yang mendukung keaslian penelitian ini.

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	(Kartika., 2024)	Pengaruh Teman Sebaya Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa	Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan menggunakan skala Likert. Penelitian ini menggunakan Sampling Kuota. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 mahasiswa di beberapa universitas di Indonesia. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah daftar pertanyaan kuesioner.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara teman sebaya dan kepercayaan diri siswa, analisis korelasi Pearson menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar -0,309 dengan nilai p-value 0,103. Nilai p-value yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa hubungan antara teman sebaya dan kepercayaan	a. Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif b. Variabel yang diteliti sama-sama terkait kepercayaan diri c. Responden mahasiswa	a. Teknik pengambilan sampel menggunakan sampling kuota sedangkan peneliti menggunakan teknik pengambilan jenis <i>probability sampling</i> yang digunakan yaitu <i>Simple Random Sampling</i> . b. Tempat penelitian pada jurnal bertempat di beberapa Universitas di Indonesia sedangkan peneliti meneliti di STIKES

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				diri tidak signifikan secara statistik; namun, koefisien korelasi negatif menunjukkan kecenderungan hubungan terbalik yang lemah antara kedua variabel. Analisis regresi linear menunjukkan bahwa model memiliki R^2 sebesar 0,095, yang menunjukkan bahwa faktor teman sebaya hanya dapat menjelaskan 9,5% variasi kepercayaan diri. Nilai F yang diperoleh ANOVA adalah 2,841 dengan p-value 0,103, yang juga mengonfirmasi bahwa model regresi tidak signifikan pada		Bethesda Yakkum Yogyakarta c. Responden yang digunakan peneliti pada jurnal yaitu mahasiswa di beberapa universitas sedangkan peneliti meneliti pada responden mahasiswa pada semester 3 angkatan 2024

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				tingkat kepercayaan 95%.		
2.	(Sigarlaki & Nurvinkania , 2022)	Hubungan Kecemasan Sosial dengan Pengungkapan Diri dalam Hubungan Pertemanan	Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif-korelasional. Pengambilan sampel menggunakan teknik <i>accidental sampling</i> berjumlah 106 responden dengan menggunakan kriteria inklusi yaitu mahasiswa dari usia 18-22 tahun. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner.	Hasil hasil pengujian korelasi, diperoleh hasil yaitu tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan sosial dengan pengungkapan diri pada mahasiswi Universitas "X" (koefisien korelasi - 0.159 dengan P-Value = 0.103). Kategori korelasi pada penelitian ini menurut Dancey & Reidy (2011) termasuk ke dalam kategori korelasi yang sangat rendah dan dengan arah negatif. Penelitian ini juga tidak memiliki hubungan yang	a. Jenis penelitian menggunakan metode kuantitatif korelasional b. Variabel terikat sama-sama terkait kecemasan social c. Responden mahasiswa	a. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>accidental sampling</i> sedangkan peneliti menggunakan teknik pengambilan jenis <i>probability sampling</i> yang digunakan yaitu ini <i>Simple Random Sampling</i> . b. Peneliti sebelumnya meneliti variabel bebas hubungan pengungkapan diri sedangkan peneliti meneliti variabel bebas kepercayaan diri d. Tempat penelitian peneliti sebelumnya di Universitas X., sedangkan peneliti meneliti di STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				signifikan antar kedua variabel dikarenakan p-value yang diperoleh adalah 0.103 dan lebih besar dari 0.05. Walaupun demikian arah hubungannya bersifat negatif, artinya jika kecemasan sosial pada mahasiswi Universitas “X” tinggi, maka pengungkapan dirinya akan rendah .		
3.	(Desfi & Riskiana, 2024)	Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Konformitas Teman Sebaya Pada Anggota Himapsi Universitas Sahid Surakarta	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa jurusan psikologi fakultas Social, Humaniora, Seni Universitas	Hasil penelitian ini ditunjukkan oleh nilai signifikansi 0,136 > 0,05 serta nilai r sebesar 0,329 < 0,5. Hal ini menunjukkan Semakin tinggi	a. Jenis penelitian kuantitatif dan sama-sama meneliti terkait kepercayaan diri b. Responden mahasiswa	a. Peneliti sebelumnya meneliti pada Anggota Himapsi Universitas Sahid Surakarta sedangkan peneliti meneliti pada mahasiswa semester 3 STIKES

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
			Sahid Surakarta angkatan 2019, 2020, dan 2021 sebanyak 65 orang sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswa yang tercatat aktif dalam kegiatan organisasi (Himpunan Mahasiswa Psikologi) sejumlah 35 orang.	tingkat kepercayaan diri maka tidak akan mudah terpengaruh oleh konformitas teman sebaya.		Bethesda Yakkum Yogyakarta b. Peneliti sebelumnya meneliti variabel bebas hubungan konformitas teman sebaya sedangkan peneliti meneliti variabel bebas kecemasan sosial
4.	(Ariana, 2018)	Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Konformitas Teman Sebaya Pada Siswa Kelas XI SMK Negeri 2 Kediri)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMKN 2 Kediri sebanyak 662 orang sedangkan sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 79 siswa kelas XI SMKN 2 Kediri.	Hasil penelitian ini ditunjukkan korelasi pada kepercayaan diri diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar - 0.773 dengan $p = 0.00$ ($p < 0.05$) yang menyatakan arah hubungan yang berlawanan atau negatif. Artinya, semakin	a. Jenis penelitian kuantitatif dan sama-sama meneliti terkait kepercayaan diri b. Penelitian ini menggunakan teknik yang sama yaitu teknik random sampling	a. Peneliti sebelumnya meneliti pada siswa kelas XI SMKN 2 Kediri sedangkan peneliti meneliti pada mahasiswa semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta b. Peneliti sebelumnya meneliti dengan sampel 79 siswa sedangkan peneliti meneliti dengan

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				tinggi kepercayaan diri maka semakin rendah konformitas teman sebaya, sebaliknya semakin rendah kepercayaan diri maka semakin tinggi konformitas teman sebaya.		responden sebanyak 55 mahasiswa. c. Peneliti sebelumnya meneliti variabel konformitas teman sebaya sedangkan peneliti meneliti hubungan dengan variabel bebas kecemasan sosial
5.	(Andrini, 2024)	Kecemasan Sosial Sebagai Mediator Pengaruh <i>Self-Esteem</i> Terhadap Adiksi Media Sosial Pada Remaja	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimen. Populasi pada penelitian ini Adalah remaja berusia 15 tahun – 22 tahun sebanyak 200 orang.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kecemasan sosial dapat menjadi mediator pengaruh selfesteem terhadap adiksi media sosial ($\beta = -0,1539$ CI= - 0,3017 – -0,0450).	a. Jenis penelitian ini sama sama menggunakan metode kuantitatif	a. Peneliti sebelumnya meneliti pada remaja berusia 15 tahun – 22 tahun sedangkan peneliti meneliti pada mahasiswa semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024 b. Peneliti sebelumnya menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> sedangkan peneliti meneliti dengan teknik random sampling

No	Peneliti/ Tahun	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
						c. Peneliti sebelumnya meneliti variable kecemasan sosial dengan Pengaruh <i>Self-Esteem</i> Terhadap Adiksi Media Sosial Pada Remaja sedangkan peneliti meneliti kecemasan sosial dengan kepercayaan diri pada semester 3 STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta Angkatan 2024