

Bab I Pendahuluan

Latar Belakang

Psikologi merupakan suatu disiplin ilmu yang mempelajari tentang tingkah laku dan proses mental yang terjadi pada manusia secara ilmiah (Soeparno & Sandra, 2016). Tentunya, untuk menjadi seorang Psikolog atau pakar ilmu Psikologi dalam bidang lain seperti menjadi HRD, *trainer*, konselor maupun yang lainnya, ada beberapa persyaratan dan tuntutan yang harus dipenuhi (Ramdani, Supriyatin, & Susanti, 2018). Salah satu tuntutan untuk seorang Psikolog adalah harus profesional. Dalam arti, seorang Psikolog harus mempunyai kemampuan kontrol diri yang baik ketika berhadapan dengan klien (Himpunan Psikologi Indonesia, 2010).

Hal tersebut menjadikan mahasiswa jurusan Psikologi dilatih untuk dapat memenuhi tuntutan-tuntutan tersebut dan menjadi seorang Psikolog, HRD, atau profesi lainnya yang profesional di masa yang akan datang. Meskipun tuntutan itu tersirat, tetapi mahasiswa jurusan Psikologi dilatih untuk bisa memenuhi tuntutan tersebut dalam pembelajaran sehari-hari di kegiatan perkuliahan (Ramdani et al., 2018). Salah satu kompetensi yang harus dimiliki oleh mahasiswa Psikologi yakni kemampuan interaksi dan komunikasi yang baik, mampu beradaptasi, percaya diri, dan dapat menyampaikan suatu hal dengan benar dan jujur. Selain itu, mahasiswa Psikologi harus mampu mengontrol dirinya dengan baik ketika berhadapan atau berinteraksi dengan orang lain (Shi & Zhao, 2014). Hal tersebut ditujukan karena kelak mahasiswa Psikologi mungkin akan berhadapan dengan orang-orang yang memiliki gangguan dalam mengontrol dirinya.

Namun, hasil studi awal berbeda dengan tuntutan-tuntutan yang dibebankan kepada mahasiswa Psikologi. Hasil studi awal yang dilakukan terhadap 20 orang mahasiswa adalah

mereka kerap kali merasa kurang sempurna, kurang mampu dan rendah diri. Faktor-faktor yang melatar belakangi mereka mengalami hal tersebut adalah merasa temannya memiliki kemampuan lebih, merasa dirinya lebih kecil dihadapan orang lain padahal merasa memiliki potensi lebih, merasa tidak dihargai oleh orang lain dan takut tertinggal dengan dengan teman-teman yang lain karena memiliki rasa malu. Sehingga berdampak pada perilaku kesehariannya seperti merasa malu, tidak percaya diri, dan takut untuk melakukan sesuatu. Pada akhirnya, mereka mengalami kesulitan dalam melaksanakan atau memenuhi tuntutan sebagai mahasiswa Psikologi (Ramdani et al., 2018). Dari 20 orang mahasiswa, 8 orang mengatakan bahwa perasaan ini sangat mengganggu, 11 orang mengatakan perasaan ini mengganggu, dan 1 orang mengatakan perasaan ini cukup mengganggu. Alfred Adler menyebut kondisi ini dengan nama *inferiority feeling* (Sindelar & Pap, 1956).

Inferiority feeling dicetuskan oleh Alfred Adler dalam teori Psikologi Individu yang diciptakannya. Alfred Adler mengatakan bahwa *inferiority feeling* merupakan rasa rendah diri, lemah, kecil dan setiap manusia terlahir memiliki itu (Sindelar & Pap, 1956). Selain itu, *inferiority feeling* merupakan perasaan kurang berharga yang timbul karena ketidakmampuan psikologis atau sosial yang dirasakan secara subjektif atau karena keadaan jasmani yang kurang sempurna (Yulilla, 2017). Perasaan inferior adalah perasaan rendah diri yang timbul karena perasaan kurang berharga atau kurang mampu dalam kehidupan sehari-hari (Istanti & Yuniardi, 2018). Gilbert (1989, 2005b) dalam Ferreira, Gouveia, & Duarte, (2013) mengatakan bahwa orang yang merasa inferior akan melakukan beberapa kompetisi sebagai kompensasi untuk menghindari perasaan ditolak, dikucilkan, atau dikritik. Sehubungan dengan hal itu, orang yang melakukan kompensasi berlebihan akan menampilkan tindakan yang tidak sesuai dengan norma seperti perilaku agresif. Akan tetapi, jika seseorang tidak mampu melakukan kompensasi untuk menutupi perasaan inferiorinya, maka seseorang itu akan melakukan perilaku-perilaku yang cenderung menarik diri dari lingkungan dan

berdampak menimbulkan perasaan-perasaan negatif seperti merasa tidak berharga, tidak percaya diri, rendah diri, malu dan sebagainya (Çelik & Ergün, 2016).

Setiap manusia lahir dalam keadaan memiliki perasaan inferior (Sindelar & Pap, 1956), dan mahasiswa Psikologi dituntut untuk mampu mengatasi *inferiority feeling* nya jika sedang berhadapan dengan manusia sebagai bentuk keprofesionalan (Fitriani, Hidayati, Apriani, & Zulkifli, 2017). Jika tidak, maka akan berdampak pada proses belajar dan akan menghambat dalam memenuhi tuntutan sebagai mahasiswa Psikologi (Himpunan Psikologi Indonesia, 2010).

Peneliti juga melihat ketika beberapa mahasiswa merasa kurang percaya diri, mereka lebih memilih berada di zona nyamannya ketika harus tampil di depan kelas atau di depan umum. Hal tersebut terlihat ketika berada di dalam kelas, biasanya beberapa mahasiswa ragu untuk bertanya pada dosen, dan ketika praktikum berdampak pada performanya yang tidak optimal dan tidak memuaskan. Hasil wawancara mengatakan bahwa mereka lebih memilih berada di zona nyaman karena mereka tidak percaya diri dengan dirinya. Mereka pula menuturkan bahwa ketidakpercayaan diri itu sebagai hasil dari perasaan inferior yang dirasakannya.

Kepercayaan diri atau *self confidence* merupakan sikap individu yang yakin akan kemampuan dirinya atau mempunyai pandangan yang positif terhadap dirinya, dengan tidak perlu membanding-bandingkan dengan orang lain (Fatchurahman, 2012). Menurut Hakim (2002), kepercayaan diri merupakan suatu keyakinan seseorang terhadap segala sesuatu yang menjadi aspek kelebihan yang dimiliki dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk mencapai berbagai tujuan hidup dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Pratiwi & Laksmiwati, 2016). Adapun karakteristik kepercayaan diri menurut Lauster (2006)

yaitu percaya pada kemampuan diri sendiri, bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, memiliki konsep diri yang positif, dan berani mengungkapkan pendapat.

Penting bagi mahasiswa Psikologi memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Kepercayaan diri yang tinggi membuat mahasiswa psikologi mampu tampil optimal dan lebih baik dalam proses belajar, baik itu di kelas maupun ketika sedang melaksanakan praktikum.

Kepercayaan diri yang tinggi pula dapat membantu mahasiswa psikologi berinteraksi dengan manusia, sehingga dapat memenuhi tuntutan-tuntutan yang dimiliki sebagai mahasiswa

psikologi. Kepercayaan diri yang tinggi pula dapat menjadikan mahasiswa berkomunikasi dengan baik dan menyampaikan pandangan dan perasaannya secara jujur dan terus terang.

Terlihat bahwa dari hasil wawancara, selain kurangnya percaya diri, beberapa mahasiswa juga kurang melibatkan diri dalam hal keaktifan di kelas dan mengungkapkan pendapat serta

perasaannya secara jujur dan terus terang atau yang lebih dikenal dengan asertivitas. Salah satunya yaitu memberikan *feedback* terhadap laporan praktikum orang lain mengenai tata

cara penulisan dan jarang sekali yang membahas mengenai konten atau isi laporan dengan alasan mereka tidak yakin dengan laporan sendiri dan masih takut salah. Selain itu, contoh

lain yang ditampilkan oleh beberapa mahasiswa adalah memilih untuk jarang terlibat atau berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan yang dilaksanakan oleh birokrasi maupun organisasi

mahasiswa, seperti ketika ada forum aspirasi terhadap kinerja Dewan dan Senat Mahasiswa Fakultas, yang mengisi hanya beberapa orang, terhitung jari dari jumlah populasi mahasiswa

psikologi secara keseluruhan.

Asertivitas merupakan perilaku yang dapat menjadikan seseorang bertindak untuk dirinya, mempertahankan haknya, mengekspresikan perasaannya, dan menjalankan haknya

tanpa menyinggung orang lain (Diadiningrum, 2014). Corey (2007) mengatakan bahwa

asertivitas atau perilaku asertif merupakan suatu ekspresi langsung, jujur terhadap apa yang dirasakan, dipikirkan, apa yang dibutuhkan, atau hak-hak seseorang tanpa merasakan

kecemasan. Adapun ciri-ciri orang yang asertif adalah percaya diri dalam melakukan sesuatu hal, mendapatkan rasa hormat dari orang lain, terbuka, dan jujur (Sriyanto, Abdulkarim, Zainul, & Maryani, 2014). Asertivitas juga merupakan keterampilan sosial yang dapat berpengaruh terhadap proses adaptasi, menciptakan hubungan atau situasi yang diinginkan dan mendapatkan kesejahteraan emosional ketika seseorang melakukan interaksi sosial (Radmila, 2019). Maka dari itu, perilaku asertif ini sangat berguna dan berpengaruh bagi individu, terutama bagi kegiatan yang melibatkan interaksi antar individu maupun kelompok.

Mahasiswa Psikologi harus memiliki asertivitas yang tinggi dan hal itu diperlukan pada saat berhadapan langsung dengan orang lain atau klien. Seorang Psikolog harus mampu menyampaikan hasil dari pemeriksaan Psikologi atau konseling seseorang, dan menyampaikan *strength and weakness* nya secara jujur dan terus terang tanpa menyakiti perasaan klien. Hal tersebut bisa dilatih ketika mahasiswa praktikum, membuat laporan pemeriksaan, atau saat proses pembelajaran di kelas saat sesi tanya jawab ketika memberi kritikan dan masukan. Orang yang asertivitasnya tinggi akan menghargai dirinya sama seperti mereka menghargai orang lain (Radmila, 2019) sehingga tidak akan mudah mengalami perasaan inferior, rendah diri, dan ragu pada kemampuan dirinya.

Penelitian mengenai *inferiority feeling* yaitu dilakukan oleh Munawarah R.A (2017), merupakan penelitian kuantitatif pada siswa obesitas yang berjumlah 14 orang dengan hasil penelitian siswa laki-laki tidak mengalami *inferiority feeling* karena obesitas sedangkan siswa perempuan menganggap obesitas sebagai gangguan penampilan yang disebabkan oleh persepsi negatif terhadap dirinya dan mengalami tekanan sosial. Penelitian lain yang dilakukan oleh Kartika & Nurihsan, (2017), *inferiority feeling* dapat berpengaruh pada munculnya perilaku agresif pada remaja. Dari dua penelitian ini, disebutkan bahwa salah satu dampak dari *inferiority feeling* adalah menciptakan perasaan rendah diri, kurangnya kepercayaan diri, bahkan bisa memunculkan perilaku-perilaku agresif.

Sedangkan penelitian mengenai *self confidence* dilakukan oleh Ramadhani & Putrianti, (2017) merupakan penelitian kuantitatif pada mahasiswa Fakultas Psikologi berusia 18 – 22 tahun berjumlah 90 orang. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kepercayaan diri dan citra diri. Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh Purnamaningsih (2003) menyatakan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri, maka semakin rendah kecemasan komunikasi interpersonalnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Novalia & Dayaksini (2013) menunjukkan bahwa semakin tinggi perilaku asertif maka semakin rendah kecenderungan menjadi korban bullying. Selain itu, peneliti menyatakan pula bahwa salah satu faktor penyebab korban merasa menjadi korban bullying adalah merasa rendah diri dan inferior. Penelitian yang dilakukan oleh Sarkova et.al, (2013) menunjukkan bahwa orang dewasa akan merasa lebih cemas jika berada dalam situasi perilaku asertif. Hal tersebut dipengaruhi oleh perasaan rendah diri yang dimilikinya. Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai asertivitas pula mengeksplor mengenai hubungan antara asertivitas dengan kesehatan mental, termasuk tentang budaya, *self esteem*, *psychological distress*, depresi, perilaku merugikan, dan gender (Sarkova et al., 2013).

Mahasiswa Psikologi harus mampu mengatasi perasaan inferior yang dialaminya karena *inferiority feeling* sendiri dapat memunculkan perilaku-perilaku yang negatif seperti menarik diri, *denial*, kurangnya rasa percaya diri sehingga tidak dapat menyampaikan apa yang dirasakannya secara jujur kepada orang lain, dan yang lebih parahnya, bisa menimbulkan *inferiority complex*. Mahasiswa Psikologi seharusnya bisa mengatasi inferioritas yang dirasakannya supaya tidak menghambat proses menjadi Psikolog maupun bidang kerja sejenisnya karena nanti akan menghadapi orang lain atau klien yang mungkin sakit.

Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, bahwa *self confidence* dan asertivitas merupakan karakter-karakter penting yang harus dimiliki oleh mahasiswa Psikologi, akan tetapi peneliti melihat pula mahasiswa Psikologi memiliki *inferiority feeling* sehingga menghambat munculnya kedua karakter penting tersebut dan menciptakan jarak antara harapan dari profesi Psikolog dengan realita yang terjadi. Maka dari itu, peneliti ingin mengetahui seberapa besar kontribusi *inferiority feeling* terhadap *self confidence* dan asertivitas pada mahasiswa Psikologi UIN Bandung. Selain itu, terdapat beberapa perbedaan dengan penelitian sebelumnya seperti belum ada penelitian mengenai ketiga variabel ini, juga penelitian-penelitian yang menjadi rujukan mengenai variabel-variabel yang disebutkan di atas tahun penelitiannya sudah cukup lama dan masih sedikit penelitian terbaru mengenai variabel-variabel di atas. Hal-hal tersebut menjadi alasan peneliti untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh *Inferiority Feeling* terhadap *Self Confidence* dan Asertivitas Pada Mahasiswa Psikologi UIN Bandung”.

Rumusan Masalah

Seberapa besar pengaruh *Inferiority feeling* terhadap *Self Confidence* dan Asertivitas Mahasiswa Psikologi UIN Bandung?.

Tujuan

Mengetahui Seberapa besar pengaruh *Inferiority feeling* terhadap *Self Confidence* dan Asertivitas Mahasiswa Psikologi UIN Bandung.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, yaitu :

Manfaat teoritis. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan menambah kajian keilmuan dalam bidang Psikologi Kepribadian, Psikologi Sosial dan

Psikologi Klinis. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian lain mengenai variabel *inferiority feeling*, *self confidence*, asertivitas, maupun variabe-variabel yang berhubungan dengan ketiganya.

Manfaat praktis. Penelitian ini dapat dijadikan bahan acuan untuk birokrasi atau bagian kemahasiswaan khususnya bagi mahasiswa psikologi itu sendiri dalam memberikan gambaran mengenai *inferiority feeling*, *self confidence* dan asertivitas yang terjadi pada mahasiswa psikologi, serta dapat memberikan saran atau acuan untuk membuat program atau hal lain yang dapat mengatasi fenomena ini karena fenomena ini dirasa penting untuk ditindak lanjuti.

