

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang belajar pada suatu universitas atau lembaga pendidikan tinggi lainnya. Individu yang dikenal sebagai mahasiswa umumnya telah menyelesaikan pendidikan di tingkat sekolah menengah dan melanjutkan ke pendidikan tinggi, yang mencakup program diploma, gelar sarjana, gelar magister, atau gelar doktor. Tujuan mahasiswa bukan hanya perolehan pengetahuan akademis dan pengetahuan profesional di bidang tertentu, tetapi juga pengembangan keterampilan kritis, analisis, dan kemampuan menerapkan pengetahuan yang dipelajari dalam berbagai situasi praktis. Hal itu selaras dengan (Hulukati, W. & Djibran, M., 2018) mahasiswa merupakan individu yang terdaftar sebagai mahasiswa dan menuntut ilmu atau belajar di sebuah institusi pendidikan tinggi, yang mencakup akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas. Sebagai *agent of change* dan inovasi, mahasiswa berperan dalam pembangunan, pengetahuan, sosial dan ekonomi masyarakat.

Pada tahap ini, mahasiswa mengalami fase peralihan dari masa remaja ke kehidupan dewasa. Hal tersebut selaras dengan (Yuliasari, H, 2020) masa remaja merupakan tahap transisi dalam kehidupan individu dari usia anak-anak menuju kedewasaan. Secara umum, individu yang berada dalam fase peralihan ini merasakan berbagai perubahan yang berlangsung dalam dirinya. Perubahan pada fisik, kognitif dan sosial mengarah pada perilaku-perilaku yang timbul pada remaja yang akan berhubungan dengan tahap kehidupan yang dialami. Perubahan dalam aspek fisik, kognitif, dan sosial sering kali membawa tantangan tersendiri bagi para remaja (Yuliasari, H, 2020).

Mahasiswa dalam tahap ini umumnya mengalami peningkatan beban akademis, persaingan dalam hal prestasi, dan ekspektasi yang tinggi dari orang tua dan lingkungan sekitar juga dapat menimbulkan kecemasan dan

kekhawatiran tentang penilaian dari individu lain. Individu umumnya membandingkan dirinya dengan standar yang ditetapkan oleh individu lain, yang dapat meningkatkan rasa *insecure* dan kekhawatiran akan penilaian negatif. Remaja mudah terpengaruh oleh masalah kesehatan mental serta dampak negatif dari lingkungan di sekelilingnya (Yuliasari, H, 2020).

Insecurity adalah perasaan rendah diri, tidak percaya terhadap diri, cemas pada diri sendiri, situasi, dan hubungan individu dengan individu lain. *Insecurity* dapat mencakup rasa takut akan penolakan, kekhawatiran dan kegagalan, atau perasaan rendah diri. Hal tersebut selaras dengan (Alurmei, W., et al, 2024) *insecure* adalah kondisi yang menciptakan ketidaknyamanan, ketidakberdayaan, dan kecemasan, sehingga bisa menghasilkan keadaan mental yang ditandai dengan rasa khawatir atau takut terhadap sesuatu. Menurut (Wardiansyah, J, 2022) semakin individu merasa tidak percaya diri maka semakin banyak juga rasa *insecurity* yang ada dalam pikirannya. Karakteristik individu yang mengalami *insecurity* termasuk didalamnya *inferiority feeling* dijelaskan dalam suatu ukuran yang disebut skala *feelings of inadequacy scale*, yang terdiri dari lima elemen utama, yaitu: (1) *social confidence*, (2) *school abilities*, (3) *self-regard*, (4) *physical appearance*, (5) *physical abilities* (Fleming & Courtney, 1984).

Berdasarkan observasi menunjukkan bahwa mahasiswa angkatan 2021 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon mempunyai perasaan *insecurity* dilihat dari *social confidence* yang rendah yaitu merasa tidak percaya diri ketika didepan umum. Selain itu, rendahnya *school abilities* pada mahasiswa yang merasa bahwa dirinya kurang kompeten dalam bidang akademik. Mahasiswa juga mengalami *self-regard* yang rendah, sehingga membandingkan dirinya dengan pencapaian individu lain. Rendahnya *physical appearance* pada mahasiswa membuat mahasiswa berfokus pada penampilannya untuk mengimbangi perasaan *insecure* dalam dirinya. *Physical abilities* yang rendah menyebabkan mahasiswa membandingkan kekuatan atau kemampuan fisiknya dengan individu lain.

“Yang bikin aku insecure sekarang tuh, kulit aku karena sekarang kan kulit aku jadi item yah jadi ga percaya aja gitu, masih nyaman kemana-mana pake masker, sama pencapain sih. Aku semenjak abis sakit masih ngerasa duh aku gagal gitu buat dapetin apa yang aku mau, buat wujudin apa yang udah aku rancang sebelumnya, sampe sekarang tuh aku males buat terlalu banyak interaksi sama banyak orang, aku jadi lebih sering diem di kosan, keluar ya seperlunya aja, paling banyak main ya sama si aa, kalau aku buka sosmed apa lagi ig itu tiap aku abis buka ig, liat story orang-orang tuh suka minder, suka ngerasa ih aku masih gini-gini aja, liat temen-temen tuh udah banyak berkembang gitu, jadi sekarang aku jarang buka ig malah ga pernah kalo ga ada hal yang penting-penting banget aku ga akan buka ig, buka ig tapi beda akun, aku punya 2 akun, yg satunya buat hobi aku jadi yang sering di buka ya yang buat hobi aku”.

Dari hasil observasi tersebut tampak terlihat jelas bahwa mahasiswa angkatan 2021 Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon mengalami perasaan *insecurity*. Terlebih di era perkembangan teknologi ini mahasiswa dapat melihat pencapaian dari individu lain melalui media sosial yang membuat mahasiswa membandingkan dirinya dengan individu lain. Standar hidup ideal yang ditampilkan dalam media sosial mendorong remaja untuk meniru apa yang dilihat, yang pada akhirnya bisa menimbulkan rasa tidak percaya diri dan memperkuat dorongan untuk mencari pengakuan dari orang lain (Abidah, I & Maryam, E, 2024).

Perasaan *insecurity* ini tidak baik dimiliki oleh mahasiswa karena berdasarkan surat At-Tin ayat 4 manusia diciptakan dalam bentuk sebaik-baiknya.

لَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ فِي أَحْسَنِ تَقْوِيمٍ

Terjemahnya:

“Sungguh, Kami benar-benar telah menciptakan manusia dalam bentuk yang sebaik-baiknya (Q.S At-Tin 4)”.

Penafsiran mengenai surah At-Tin ayat 4 dijelaskan oleh Wahbah az-Zuhaili yang setuju dengan pandangan al-Qurthubi bahwa manusia diciptakan dalam bentuk yang paling sempurna. Perawakan dia seimbang, anggota tubuhnya selaras, serta susunannya juga terlihat bagus. Manusia

makan dengan tangannya, tetapi yang membedakannya dari makhluk lain adalah kemampuannya untuk berpikir, berbicara, merenung, dan memiliki hikmah. Namun, tambah Zuhaili, manusia cenderung lupa akan potensi yang dimilikinya dan bahkan mengabaikannya karena tergoda oleh hawa nafsu (Khotimah, K., et al, 2024). Hal tersebut pun terjadi pada mahasiswa yang umunya cenderung merasa kurang dengan keadaan dirinya.

Mahasiswa yang mengalami *insecurity* umunya lebih fokus pada kekhawatiran yang berlebih terhadap penilaian dari lingkungan sekitar. Menurut (Nopiyanti, P., et al, 2023) rasa *insecure* yang berlebihan pada individu dapat memicu gangguan kesehatan mental dan pada akhirnya dapat berakhir dengan konsekuensi serius. Ketika individu merasa *insecure* terhadap dirinya sendiri, hal itu dapat membuat individu tersebut meragukan harga dirinya dan melemahkan kepercayaan diri yang dibutuhkan untuk mencintai diri sendiri dengan sepenuh hati. *Insecurity* cenderung menyebabkan gangguan pada harga diri dan membuat individu merasa rendah diri (Abidah, I & Maryam, E, 2024).

Individu yang mempunyai konsep diri yang rendah akan merasa kurang cinta terhadap dirinya sementara individu yang mempunyai konsep diri yang tinggi akan mencintai dirinya sendiri. Hal tersebut selaras dengan (Syahraeni, A, 2019) remaja dengan konsep diri yang baik umumnya menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam hidup serta dorongan yang signifikan untuk menghadapi rintangan. Sebaliknya, remaja dengan konsep diri negatif sering kali membatasi potensi dirinya karena merasa tidak mampu memenuhi harapan lingkungan, yang pada akhirnya menimbulkan rasa tidak percaya diri atau rendah diri.

Self-love atau mencintai diri sendiri adalah sikap menerima diri secara utuh, termasuk segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki. Hal tersebut selaras dengan (Putri, F., et al, 2023) ketika individu mampu menerima dirinya sendiri dengan sepenuh hati, individu tersebut dapat mengurangi tekanan untuk selalu menjadi sempurna dan berani untuk mengejar mimpi dan tujuannya. Dengan mencintai diri sendiri individu akan

merasa lebih percaya diri menerima kekurangannya, dan menghargai potensi yang ada dalam dirinya. Namun kenyataannya, tidak selalu mudah untuk mempraktikkan cinta diri. Individu umumnya merasa sulit untuk benar-benar mencintai diri sendiri karena standar sosial yang tinggi, penilaian dari lingkungan, atau pengalaman masa lalu yang memperkuat rasa tidak percaya diri.

Melihat pentingnya *self-love* yang harus dimiliki oleh mahasiswa maka peneliti ingin mengetahui secara pasti pengaruh *self-love* terhadap *insecurity* pada mahasiswa. Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik mengambil judul **“Pengaruh *Self-Love* Terhadap *Insecurity* Pada Mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon”**.



B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah ini adalah sebagai pijakan untuk memulai sebuah penelitian. Perumusan masalah mencakup indentifikasi masalah, pembatasan masalah, dan pertanyaan penelitian.

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, masalah dalam penelitian dapat diidentifikasi sebagai berikut:

- a) Mahasiswa merasa tidak percaya diri ketika didepan umum.
- b) Mahasiswa yang merasa bahwa dirinya kurang kompeten dalam bidang akademik.
- c) Mahasiswa membandingkan dirinya dengan pencapaian individu lain.
- d) Mahasiswa khawatir akan penilaian yang diberikan individun lain terhadap penampilannya.
- e) Mahasiswa membandingkan kekuatan atau kemampuan fisiknya dengan individu lain.

2. Pembatasan Masalah

Peneliti membatasi permasalahan yang berkaitan erat dengan judul penelitian, hal ini dilakukan agar tidak terjadi generalisasi terhadap permasalahan penelitian, yaitu:

- a) Penelitian ini berfokus pada tingkat *self-love* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
- b) Penelitian ini berfokus pada tingkat *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
- c) Penelitian ini berfokus pada pengaruh *self-love* yang signifikan terhadap *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan dengan batasan masalah di atas, maka pertanyaan penelitiannya adalah sebagai berikut:

- a) Seberapa besar tingkat *self-love* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon?
- b) Seberapa besar tingkat *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 Syekh Nurjati Cirebon?
- c) Seberapa besar pengaruh *self-love* yang signifikan terhadap *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian di atas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui tingkat *self-love* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
2. Untuk Mengetahui tingkat *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.
3. Untuk mengetahui pengaruh *self-love* yang signifikan terhadap *insecurity* pada mahasiswa di Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2021 UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon.

D. Manfaat/Kegunaan Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang diharapkan, maka manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pemahaman mahasiswa UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon tentang

pengaruh *self-love* terhadap *insecure* mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian lainnya.

2. Manfaat praktis

a. Mahasiswa

Hasil ini diharapkan dapat diterapkan sebagai program untuk dapat meningkatkan *self-love* bagi mahasiswa UIN Siber Syekh Nurjati Cirebon yang kurang memiliki motivasi.

b. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat diterapkan sebagai program bagi masyarakat untuk mengatasi *insecurity*.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan serta kajian untuk para peneliti terkait pengaruh *self-love* terhadap *insecurity*. Hal ini dapat menambah manfaat bagi peneliti untuk dapat menumbuhkan dan menerapkan *self-love*.

E. Sistematika Penelitian

Peneliti menggambarkan sistematika penulisan skripsi untuk membantu pembaca mengetahui suatu gambaran skripsi yang peneliti buat dan untuk membantu pembaca agar mudah dalam memahami skripsi ini, maka sistematika penulisan sebagai berikut:

1. Bagian I: Pendahuluan

Bagian I menguraikan latar belakang, identifikasi masalah, batasan dan rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika.

2. Bagian II: Landasan Teori

Bagian II menguraikan landasan teori penelitian yang membahas gambaran umum tentang konsep pemikiran pengaruh *self-love* terhadap *insecurity* pada mahasiswa, penelitian terdahulu, kerangka berfikir, dan hipotesis penelitian.

3. Bagian III: Metode Penelitian

Bagian III menguraikan tentang metode dan pendelatan penelitian, tempat dan waktu penelitian, penentuan populasi dan sampel, variabel penelitian, teknik pengumpulan data, instrumen penelitian, dan teknik analisis data.

4. Bagian IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bagian IV menguraikan hasil penelitian dan pembahasan.

5. Bagian V: Kesimpulan dan Saran

Bagian V menguraikan kesimpulan dan saran.

