

BAB I

PENDAHULUAN

Mahasiswa dianggap mempunyai kemampuan intelektual yang baik, kecakapan berpikir secara mendalam, serta kemampuan merencanakan tindakan dengan baik. Kemampuan dalam berpikir kritis dan melakukan tindakan efektif biasanya menjadi karakteristik utama seorang mahasiswa, yang saling mendukung satu sama lain sebagai prinsip yang tidak terpisahkan (Siswoyo, 2007).

Selama menjalani perkuliahan, mahasiswa tidak hanya menjalani perkuliahan, namun juga aktif dalam berbagai kegiatan kemahasiswaan dan organisasi untuk mengembangkan kemampuan intelektual, sosial, dan religiusnya (Nurdi, dkk., 2020). Keaktifan mahasiswa dalam berinteraksi dalam perkuliahan maupun organisasi bergantung pada kemampuan interpersonal yang baik. Namun, tidak semua mahasiswa memiliki rasa percaya diri yang cukup untuk terlibat secara aktif dalam proses perkuliahan. Kepercayaan diri mahasiswa dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu rasa *insecure* terhadap penampilan mereka (Santrock dalam Ifdil, dkk., 2017).

Menurut laporan dari *Dove Girl Beauty Confidence Report*, 7 dari 10 individu di Indonesia memilih melewatkan kegiatan penting karena rendahnya kepercayaan diri terhadap penampilan mereka (www.liputan6.com). Mereka ragu untuk menghabiskan waktu dengan orang-orang terkasih, bergabung dalam kegiatan kelompok, atau melakukan hal-hal yang dapat mendorong mereka mencapai potensi penuh mereka. Jajak pendapat oleh Litbang Kompas terhadap 697 mahasiswa/i di enam kota besar di Indonesia juga menemukan bahwa banyak mahasiswa yang merasa mendapatkan diskriminasi dan perbedaan perlakuan karena berpenampilan kurang menarik atau biasa-biasa saja (www.kompas.id). Akibatnya, banyak mahasiswa yang memilih untuk menarik diri dan memutuskan untuk tidak terlibat dari berbagai kegiatan.

Fenomena tersebut juga ditemukan pada kalangan mahasiswi semester 5 di Universitas Prima Indonesia. Berdasarkan hasil wawancara terhadap beberapa mahasiswi, mereka merasa tidak percaya diri karena penampilan diri yang dianggap kurang menarik. Mahasiswi A merasa wajahnya terlihat pucat dan memiliki sedikit bekas jerawat, karena itu ia selalu menggunakan masker untuk menutupi wajahnya dan

ia merasa malu untuk berbaur dengan teman-temannya. Mahasiswi B juga mengatakan bahwa ia memilih untuk duduk di bangku paling belakang selama perkuliahan dan memilih untuk mengikuti perkuliahan dengan pasif agar tidak terlalu menjadi pusat perhatian saat kegiatan belajar berlangsung. Sementara itu, mahasiswi C mengaku bahwa ia sebenarnya ingin bergabung dengan organisasi kampus, namun mengurungkan niatnya karena merasa bahwa banyak bekas jerawat di wajahnya membuat dia menjadi *insecure* untuk berkomunikasi dengan banyak orang karena takut di-bully akan kondisi wajahnya.

Berdasarkan beberapa fenomena dan kasus di atas, maka disimpulkan bahwa tingkat rendahnya kepercayaan diri yang dimiliki oleh mahasiswi disebabkan oleh penampilan mereka. Hal ini sangat disayangkan, mengingat mahasiswa sejatinya dituntut untuk aktif dalam proses perkuliahan dan organisasi karena dapat meningkatkan kemampuan dan kompetensi yang dibutuhkan dalam menghadapi dunia kerja dan tantangan global.

Kepercayaan diri adalah perilaku positif terhadap kemampuan diri yang tercermin dalam tindakan yang tidak diliputi perasaan cemas, tidak memiliki keraguan dalam mengambil keputusan, serta mampu menghadapi tantangan dengan sikap optimis. Selain itu, terdapat pula sikap bertanggung jawab atas tindakannya, menjalin hubungan sosial yang baik, memiliki motivasi yang tinggi dalam meraih kesuksesan, dan mampu mengenali dirinya secara mendalam (Lauster, 2002). Orang yang percaya diri adalah orang yang tidak takut mencoba hal baru dan memiliki keyakinan pada kemampuannya sendiri untuk berhasil. Meski begitu, rasa percaya diri tidak tumbuh begitu saja. Rasa percaya diri seseorang tumbuh dengan baik dan tanpa henti sebagai hasil dari interaksi positif dalam lingkungan sosialnya. Seseorang menjalani proses tertentu untuk mengembangkan rasa percaya diri itu bukan sesuatu yang terjadi begitu saja (Hakim, 2002).

Aspek dari kepercayaan diri menurut Lauster (2002) ada lima aspek, yakni: (1) Keyakinan pada kemampuan diri sendiri, yang mengacu pada perilaku positif yang dimiliki seseorang, di mana ia percaya sepenuhnya pada kemampuan dan tindakan yang diambilnya; (2) Optimisme, yaitu sikap positif seseorang yang selalu melihat sisi baik dalam menghadapi berbagai situasi, termasuk yang berkaitan dengan dirinya dan kemampuannya; (3) Objektivitas, yaitu kemampuan untuk melihat masalah atau situasi

berdasarkan fakta dan kebenaran, bukan berdasarkan pandangan atau opini pribadi; (4) Tanggung jawab, yang berarti kesiapan seseorang untuk menerima dan menjalankan segala konsekuensi dari apa yang menjadi kewajibannya; (5) Rasional dan realistis, yaitu cara berpikir yang logis dan menganalisis masalah, peristiwa, atau situasi dengan mempertimbangkan kenyataan yang ada.

Menurut Hurlock (2003), bahwa kepercayaan diri dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya ialah penampilan fisik. Daya tarik yang dimiliki oleh seseorang akan memberi keuntungan dalam perilaku sosialnya sehingga menjadi lebih percaya. Salah satunya dengan menggunakan *Make Up*. *Make Up* yang juga dikenal sebagai berdandan, merupakan seni mempercantik atau mengubah tampilan wajah menggunakan berbagai alat dan produk *Make Up*. (Suminar & Dewi, 2017) mengatakan bahwa terdapat beberapa individu, terutama perempuan, memanfaatkan *Make Up* sebagai sarana untuk menunjukkan identitas diri karena dapat berguna sebagai bentuk komunikasi non-verbal. *Make Up* mempunyai dua tujuan utama, yakni sebagai *seduction*, yang berarti meningkatkan daya tarik penampilan dan *camouflage*, yang bertujuan menutupi fisik dari kekurangannya.

Menurut Ajzen (1991), Intensitas seseorang dapat didefinisikan sebagai sejauh mana mereka mengabdikan diri pada suatu tugas. Ketika individu berupaya dalam meraih sesuatu, pola aktivitas dan tindakan yang diambilnya cenderung konsisten, di mana upaya tersebut bertujuan untuk memenuhi kebutuhan atau keinginannya. Sehingga, disimpulkan bahwa intensitas pemakaian *Make Up* merupakan proses individu dalam menggunakan sesuatu pada tingkatan atau ukuran intens tertentu. Dikutip dari Ajzen (1991) aspek-aspek skala intensitas penggunaan *Make Up* terdapat 2 komponen yang berupa Frekuensi dan Durasi, (1) Frekuensi, yaitu jumlah pengulangan tindakan yang ditargetkan yang dihitung dalam durasi tertentu (per hari, per minggu, atau per bulan), (2) Durasi, yaitu jumlah waktu (per menit atau per jam) yang dibutuhkan setiap individu. Saat ini kalangan Mahasiswi sudah mengenal berbagai jenis *Make Up* karena dengan menggunakannya dapat menjadikan seseorang memiliki kepercayaan diri ketika berada di lingkungan sosial. Beberapa dari mereka menjadikan *Make Up* sebagai prioritas dalam kesehariannya, ada juga yang menggunakan *Make Up* karena hobi.

Penelitian yang dihasilkan oleh Ramadani (2021) menemukan bahwa intensitas penggunaan *make up* berkorelasi signifikan dengan tingkat kepercayaan diri dengan nilai

$t = 3.677$ dan $\text{sig. } 0.000$ ($p < 0.05$), di mana mahasiswi mengakui bahwa mereka memerlukan *Make Up* seperti lipstik, bedak, pelembab, atau pensil alis untuk meningkatkan kepercayaan diri mereka. Mereka merasa bahwa persepsi orang lain terhadap diri mereka akan berubah jika diri mereka tidak mengenakan *make up* dan hal tersebut membuat tingkat kepercayaan diri mereka berkurang. Bahwa jika mereka tidak memakai *Make Up* maka persepsi orang terhadap mereka berubah, yang membuat mereka kurang percaya diri saat di sekitar orang lain. Sementara menurut penelitian yang dilakukan oleh Wulandari dkk. (2023) terhadap 116 Mahasiswi FIKOMM UMBY Angkatan 2021 dan 2022 menunjukkan bahwa penggunaan *make up* berkorelasi positif dengan nilai $r = 0.800$ dan $\text{sig. } 0.000$ ($p < 0.01$) yang mengindikasikan bahwa penggunaan *make up* berkontribusi meningkatkan kepercayaan diri pada mahasiswi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Safitri dan Rini (2021) terhadap 167 responden berusia 17 hingga 21 tahun, dengan skala ketergantungan *Make Up* (0,928) dan skala kepercayaan diri (0,823) ditentukan dengan menerapkan teori Defleur dan Rokeach pada instrumen pengukuran. Dengan uji regresi linier sederhana, maka diperoleh nilai r di angka -6,467 dan sig yang dihasilkan yaitu 0,000 ($p < 0,05$). Oleh karena itu, analisis membuktikan bahwa terdapat korelasi negatif yang kuat antara ketergantungan remaja putri pada *Make Up* dan kepercayaan diri mereka.

Hipotesis dalam penelitian ini terdapat korelasi positif antara jumlah *Make Up* yang dikenakan dengan tingkat kepercayaan diri. Tingkat kepercayaan diri berbanding lurus dengan jumlah *Make Up* yang digunakan. Begitu pula sebaliknya, semakin sedikit penggunaan *Make Up* semakin tinggi kepercayaan diri. Sesuai dengan uraian diatas, peneliti tertarik dalam melihat hubungan yang terjadi antara intensitas penggunaan *Make Up* dengan tingkat kepercayaan diri, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Intensitas Penggunaan *Make Up* Terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia”.

Melihat dari penjabaran di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu “apakah terdapat hubungan Intensitas penggunaan *Make Up* dengan Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia?”. Tujuan dari penelitian yang dilaksanakan yaitu untuk mengetahui hubungan intensitas penggunaan *Make Up* terhadap Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswi Fakultas Psikologi Universitas Prima Indonesia. Penelitian ini diharapkan mampu untuk memberikan

kontribusi signifikan bagi pengembangan teori dalam bidang psikologi kepribadian tentang hubungan kepercayaan diri dan penggunaan *Make Up* serta mampu memberikan pengetahuan bagi pembaca dalam menggunakan *Make Up* yang sesuai dengan kebutuhannya. Selain itu, dapat memberi manfaat praktis untuk mahasiswa yang diharapkan penelitian ini dapat menyampaikan informasi mengenai pemecahan terbaik terhadap penggunaan *Make Up* dan membentuk rasa percaya diri yang positif. Serta Diharapkan peneliti mampu menumbuhkan sikap bersyukur atas segala anugerah yang diberikan oleh Tuhan Yang Maha Esa, khususnya yang memiliki keterkaitan terhadap sikap percaya diri dan menjadikan pribadi yang bijaksana dalam penggunaan *Make Up*.