



Kepercayaan Diri dan Kesejahteraan Psikologis Anggota Organisasi Mahasiswa

Titis Semara Dana¹

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
titissemarad@gmail.com

Nur Eva²

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
nur.eva.fppi@um.ac.id

Sri Andayani³

Fakultas Psikologi, Universitas Airlangga
sri.andayani-2016@psikologi.unair.ac.id

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-confidence and psychological well-being of FPPSI members of the State University of Malang. This research is a quantitative research with descriptive and correlational approaches. The subjects of this study were students of ormawa members at FPPsi UM in the 2020 stewardship period. Data collection used a psychological well-being scale instrument by Ryff which was previously adapted by Eva et al., (2019) and also a confidence scale compiled by researchers based on Lauster's theory. The validity of the confidence scale is 0.256-0.771 and the psychological wellbeing scale is 0.120-0.721. The reliability of the confidence scale is 0.867 and the psychological well-being scale is 0.780. The analysis was performed using the correlation test with the Pearson product moment formula. The correlation coefficient between the two variables is 0.641, meaning that this research shows a positive relationship between the variable self-confidence and psychological well-being..

Keywords: *ormawa, psychological well-being, self-confidence.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan percaya diri dan kesejahteraan psikologis pada anggota ormawa FPPSI di Universitas Negeri Malang. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan korelasional. Subjek penelitian ini yaitu mahasiswa anggota ormawa di FPPsi UM periode kepengurusan 2020. Pengambilan data menggunakan instrumen skala kesejahteraan psikologis oleh Ryff yang telah diadaptasi sebelumnya oleh Eva et al.,(2019) dan juga skala percaya diri yang disusun peneliti berdasarkan teori

Lauster. Validitas skala percaya diri yaitu sebesar 0.256-0.771 dan untuk skala kesejahteraan psikologis sebesar 0.120-0.721. Reliabilitas skala percaya diri sebesar 0.867 dan skala kesejahteraan psikologis sebesar 0.780. Analisis dilakukan dengan menggunakan uji korelasi dengan formula *pearson product moment*. Hasil koefisien korelasi kedua variabel sebesar 0.641 artinya penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan dengan arah positif antara variabel percaya diri dan kesejahteraan psikologis

Kata kunci: kesejahteraan psikologis, ormawa, percaya diri.

PENDAHULUAN

Mahasiswa dituntut untuk terus berkembang dan melakukan pencapaian sebanyak-banyaknya, baik dalam segi akademis maupun non akademis sebagai langkah menyiapkan diri dalam dunia kerja dan kehidupan bermasyarakat. Seringkali kita jumpai lulusan baru perguruan tinggi (*freshgraduate*) yang belum mendapatkan pekerjaan. Badan Pusat Statistik (2018) menguraikan, jumlah lulusan sarjana dan diploma yang menganggur masing-masing berjumlah 11,92% dan 12,78%. Banyak sekali kompetensi-kompetensi yang sebenarnya harus dikembangkan selain segi akademik dengan memperbanyak kegiatan atau praktik lapangan program internship atau magang, serta juga bisa dari kegiatan organisasi. Terdapat berbagai manfaat dari berorganisasi, menurut Hendra (2018) berorganisasi dapat menumbuhkembangkan kemampuan sosial secara individu mahasiswa sebagai modal sebelum terjun ke dalam kehidupan bermasyarakat dan memperluas jejaring pergaulan mahasiswa dalam maupun luar kampus, selain itu menjadi pribadi yang kuat dalam menghadapi tekanan, baik pendidikan maupun luar pendidikan serta memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dan beradaptasi dalam kehidupan sehari-hari.

Mahasiswa diharuskan mampu menyeimbangkan dan mengembangkan kemampuannya serta menyeimbangkan perannya, yaitu peran sebagai seorang mahasiswa yang harus belajar dalam kelas dan juga perannya sebagai seorang aktivis dalam sebuah organisasi, dengan kata lain mereka tidak bisa fokus pada satu peran saja (peran ganda). Hal tersebut berarti seorang mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi memiliki kewajiban lebih banyak daripada mahasiswa yang tidak tergabung dalam sebuah organisasi. Tuntutan akan kewajiban yang harus dijalankan ini seharusnya bisa dijalankan dengan baik, namun sayangnya tidak semua orang mampu memiliki kapasitas demikian.

Tuntutan antara peran-peran tersebut seringkali membuat tekanan pribadi bagi para mahasiswa, mereka diharuskan mampu menyelesaikan permasalahan yang tidak bisa dipertimbangkan kapan datangnya, mereka juga diharuskan mampu berhubungan secara baik dengan berbagai pihak, karena dalam organisasi banyak sekali pihak-pihak yang akan terlibat dengan kehidupan pribadi mahasiswa, baik dari lingkup organisasi maupun pihak eksternal yang berhubungan dengan program kerja yang akan dijalankan. Tekanan-tekanan dan permasalahan ini membuat mahasiswa merasa ditepa secara mental maupun secara fisik, hal ini dapat mempengaruhi kondisi seseorang baik fisik dan psikologisnya.

Kebahagiaan merupakan salah satu wujud dari seseorang yang merasa hidupnya sejahtera. Kesejahteraan juga tidak semata-mata mengenai materi namun juga secara psikologis. Menurut Lilishanty dan Maryatmi (2019) kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) merupakan kunci bagi individu untuk sejahtera dan memaksimalkan potensi yang dimiliki serta bersifat subjektif. Artinya seseorang yang sejahtera secara psikologis mampu mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Maka mahasiswa yang sejahtera secara psikologis mampu berkembang walaupun dengan permasalahan dan juga tekanan-tekanan yang begitu banyak.

Peneliti melakukan studi awal untuk melihat kondisi lapangan / kondisi yang sebenarnya di Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang, khususnya pada mahasiswa yang berorganisasi, Hal ini dipilih karena perbedaan tuntutan dan kewajiban yang lebih banyak dari mahasiswa yang aktif berorganisasi daripada yang tidak berorganisasi tersebut menjadi latar belakang penelitian ini. Populasi juga dipilih karena peneliti merupakan anggota organisasi, selama tergabung dalam kegiatan ini peneliti juga telah mengobservasi atas pengalaman pribadi dan permasalahan-permasalahan yang timbul didalamnya. Selain itu program kerja dari organisasi ini cukup berbeda dengan fakultas lainnya, yaitu ada beberapa program pengabdian dan kerjasama dengan pihak luar kampus yang cukup besar, yaitu dengan rumah sakit jiwa dan juga desa binaan. Hal tersebut menunjukkan adanya kewajiban yang lebih banyak dibandingkan dengan beberapa program kerja oleh organisasi lain, oleh karena itu dengan pertimbangan tersebut peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian lebih lanjut

Studi awal ini dilakukan dengan menyebar kuesioner kepada 40 orang. Hasil dari studi awal salah satunya ditemukan hanya 17,5 % saja yang merasa mampu membagi perannya dengan baik, artinya ada indikasi bahwa kesejahteraan psikologis mahasiswa tersebut kurang

baik, Hal ini juga dibuktikan oleh sebuah penelitian Larasati (2015), yang menemukan bahwa apabila kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang dirasakan oleh individu rendah maka akan meningkatkan konflik peran ganda yang dirasakan individu, artinya seseorang dengan kesejahteraan psikologis (*psychological well being*) yang rendah akan merasa kesulitan atau mengalami konflik dalam melakukan beberapa perannya.

Menurut Ryff (1996) kesejahteraan psikologis bisa dilihat dari beberapa aspek yaitu penerimaan diri (*self acceptance*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*), otonomi (*autonomy*), penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), tujuan dalam hidup (*purpose in life*) dan pengembangan diri (*personal growth*). Data yang diperoleh peneliti merupakan representatif dari aspek-aspek tersebut, dari data lapangan kondisi psikologis yang terjadi pada subjek (termasuk aspek-aspek tersebut) memiliki indikasi kurang baik hal ini juga didukung oleh adanya pernyataan beberapa mahasiswa yang merasa insecure dengan kemampuan yang ada pada dirinya, yang artinya ada faktor kepribadian yang membuat kondisi kesejahteraan psikologisnya kurang baik.

Kesejahteraan psikologi seseorang dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu kepribadian. Dalam diri seseorang terdapat sifat ataupun traits yang menyusun pribadi tersebut, salah satunya adalah percaya diri. Percaya diri merupakan bagian dari aspek kepribadian yang juga memiliki fungsi yang penting. Menurut Lauster (2001) percaya diri merupakan suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri. Namun terlihat bahwa dari penelitian awal subjek merasa kurang yakin dengan dirinya. hal ini juga ditunjukkan dari beberapa pernyataan yang ditemukan dalam penelitian awal.

Percaya diri erat kaitannya dengan bagaimana seseorang mampu menerima dirinya, baik kekurangan maupun kelebihan yang ia miliki. Ketika seseorang dapat menerima dan berdamai dengan dirinya orang tersebut akan lebih mampu untuk mengembangkan dan memanfaatkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya, sehingga akan mendorong untuk melakukan kegiatan positif. Hal tersebut menjadi indikasi bahwa percaya diri juga bisa menjadi faktor pendorong yang penting untuk kesejahteraan psikologis seseorang. Dari beberapa penjelasan tersebut idealnya mahasiswa yang berorganisasi mampu menjalankan tugas dan

kewajiban serta mengembangkan potensi dengan baik, mahasiswa yang berorganisasi juga memiliki hak yang sama seperti mahasiswa yang tidak berorganisasi, atau sama saja dengan manusia yang lain yaitu berhak bahagia dan sejahtera secara psikologis, namun kondisi lapangan ternyata terdapat indikasi permasalahan yang harus dibuktikan lebih lanjut.

Mengenai kesejahteraan psikologis dan juga percaya diri, terdapat beberapa penelitian yang mengangkat dua hal tersebut sebelumnya. Satheesh dan Suthakar (2016) telah melakukan penelitian tentang perbedaan antara percaya diri dan kesejahteraan psikologis pada pengguna sepeda dengan yang tidak menggunakan, Penelitian lain juga dilakukan oleh Pettersson (2018) kepada orang-orang yang sebelumnya memiliki gangguan mental seperti kecemasan atau bahkan depresi. Selain itu di Indonesia penelitian lain mengenai hal ini telah dilakukan oleh Lilishanty dan Maryatmi (2019) pada remaja di SMAN 21 Jakarta, hasil dari penelitiannya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan dengan arah positif antara percaya diri dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di sekolah tersebut. Ditahun yang sama Rosciupin (2019) melakukan sebuah penelitian hubungan antara percaya diri dan kesejahteraan psikologis pada mahasiswa tingkat awal. Dari beberapa penelitian ini menjadi dasar untuk selanjutnya untuk melakukan penelitian ini.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif dan korelasional. Statistika korelasional berfungsi untuk melihat seberapa jauh hubungan antara variabel percaya diri (X) dan kesejahteraan psikologis (Y). Populasi dalam penelitian ini berjumlah 220 orang, yaitu anggota Organisasi Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang periode 2020, yaitu yang terdaftar dalam Surat Keputusan Kepengurusan Organisasi Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang periode 2020 dengan kriteria sebagai berikut : (a) Mahasiswa aktif Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang, (b) Angkatan 2017, 2018 atau 2019, (c) Anggota Organisasi Mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang periode 2020, Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* yaitu dengan mempertimbangkan kriteria tertentu (Sugiyono, 2018). Untuk jumlah sampel yang digunakan, peneliti menggunakan rumus Slovin (Riadi, 2016) dengan total sampel yang digunakan adalah 142 orang.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu, (a) skala percaya diri (*self-confidence*), merupakan skala yang dibuat oleh peneliti dari pengembangan teori Lauster. (b) skala kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) yang diadaptasi dari Psychological Well-Being Scale oleh Eva dan (2018). Terdapat dua bentuk pernyataan dalam skala penelitian yaitu *favorable*; dan *unfavorable*, namun untuk skala percaya diri (*self-confidence*) terdapat pernyataan *favorable* saja. Kedua skala memiliki tujuh alternative jawaban yang harus dipilih. Untuk jawaban diberikan skor rentang angka 1 sampai dengan 7 tergantung dari sifat pernyataan tersebut, yaitu dengan pilihan jawaban “sangat tidak setuju sekali”, “sangat tidak setuju”, “sedikit tidak setuju”, “netral”, “sedikit setuju”, “setuju sekali”, “sangat setuju sekali”. Pengumpulan data dilakukan secara online dengan menggunakan bantuan google form.

Validitas yang digunakan yang pertama yaitu validitas tampang (*face validity*) yang dilakukan oleh Dr. Nur Eva, S.Psi, M.Psi selaku dosen pembimbing peneliti. Selanjutnya dilakukan uji validitas dengan uji indeks diskriminasi aitem yaitu menggunakan formula *Pearson Product Moment* dan *corrected item total*, dalam hal ini dilaksanakan dengan bantuan komputasi IBM *SPSS Statistics 20.0 for Windows* (Sugiyono, 2016a). Uji validitas ini dilakukan dengan membandingkan rxy dengan r tabel pada taraf signifikansi 5%. R tabel dalam penelitian ini adalah 0,312, maka apabila nilai rxy lebih dari 0,312 aitem tersebut dikatakan valid. Validitas untuk skala kesejahteraan psikologis dari 18 aitem berada diantara 0.120-0.721. Sedangkan untuk skala diri berada diantara 0.256-0.771, dengan total aitem yang memiliki nilai rxy kurang dari 0,312 sebanyak 3 aitem. Setelah dilakukan seleksi aitem kembali terdapat 20 aitem valid yang digunakan.

Reliabilitas skala dibantu dengan komputasi IBM *SPSS Statistics 20.0 for Windows* menggunakan rumus koefisien *cronbach alpha*. Koefisien reliabilitas skala kesejahteraan psikologis dari 18 aitem sebesar 0.780, sedangkan untuk skala percaya diri dari 20 aitem valid memiliki koefisien reliabilitas sebesar 0.867.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis deskriptif

Responden penelitian ini adalah mahasiswa yang merupakan anggota ormawa FPPsi UM periode 2020 dengan rincian berikut :

Tabel 1 Gambaran Umum Responden Penelitian

Jenis Data	Data Responden	Jumlah responden	presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	39	27.46 %
	Perempuan	103	72.54 %
Total		142	100 %
Angkatan	2017	28	19.72 %
	2018	49	34.51 %
	2019	65	45.77 %
	Total	142	100 %
Organisasi	BEM	21	14.79%
	DMF	7	4.93%
	NOB	14	9.86%
	VOP	12	8.45%
	GOAL	18	12.68%
	ARTPSIUM	25	17.61%
	PSYCHOWORLD	18	12.68%
	VOSSIL	13	9.15%
	IFOP	9	6.34%
	K-PO	5	3.52%
Total		142	100 %

Tabel 2 Kategorisasi Skor Kesejahteraan Psikologis

Norma	Klasifikasi	jumlah	Presentase (%)
$X \leq 45$	Sangat Rendah	-	-
$45 < X \leq 63$	Rendah	-	-
$63 < X \leq 81$	Cukup	54	38%
$81 < X \leq 99$	Tinggi	72	50.7%
$99 < X$	Sangat Tinggi	16	11.3%
	Total	142	100 %

Tabel 2 menunjukkan kategorisasi data penelitian skala kesejahteraan psikologis. Dari 142 responden mayoritas memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, yaitu sebanyak 72 orang, sedangkan 54 orang dalam kategori cukup serta 16 orang mdalam kategori sangat tinggi, hal ini dapat disimpulkan bahwa mahasiswa anggota ormawa FPPsi UM yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi.

Tabel 3 Kategorisasi Skor Aspek Kesejahteraan Psikologis

dimensi	Norma	Klasifikasi	jumlah	Presentase (%)
Otonomi	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	-	-
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	13	9.2 %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	46	32.4 %
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	49	34.5 %
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	34	23.9%
	Total		142	100 %
Penguasaan Lingkungan	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	2	1.4 %
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	9	6.3 %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	38	26.8%
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	66	46.5%
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	27	19%
	Total		142	100 %
Pertumbuhan Pribadi	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	2	1.4 %
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	9	6.3 %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	38	26.8 %
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	66	46.5%
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	27	19%
	Total		142	100 %
Hubungan Positif	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	5	3.5 %
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	42	29.6 % %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	50	35.2 %
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	42	29.6 %
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	3	2.1 %
	Total		142	100 %
Tujuan Hidup	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	4	2.8 %
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	14	9.9 %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	44	31 %
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	49	34.5 %
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	31	21.8%
	Total		142	100 %
Penerimaan Diri	$X \leq 7.5$	Sangat Rendah	3	2.1 %
	$7.5 < X \leq 10.5$	Rendah	11	7.7 %
	$10.5 < X \leq 13.5$	Cukup	25	17.6 %
	$13.5 < X \leq 16.5$	Tinggi	61	43 %
	$16.5 < X$	Sangat Tinggi	42	29.6 %
	Total		142	100 %

Berdasarkan paparan data pada tabel 3 ditemukan bahwa mayoritas anggota ormawa FPPsi UM dikategorikan dalam tingkat tinggi untuk aspek otonomi, penguasaan lingkungan,

pertumbuhan pribadi, tujuan hidup, serta penerimaan diri, sedangkan untuk aspek tujuan hidup mayoritas anggota ormawa FPPsi UM dalam kategori cukup.

Tabel 4 Kategorisasi Skor Percaya Diri

Norma	Klasifikasi	jumlah	Presentase (%)
$X \leq 50$	Sangat Rendah	1	0.7 %
$50 < X \leq 70$	Rendah	-	-
$70 < X \leq 90$	Cukup	9	6.3 %
$90 < X \leq 110$	Tinggi	68	47.9 %
$110 < X$	Sangat Tinggi	64	45.1 %
	Total	142	100 %

Tabel 4 menunjukkan frekuensi dari kategori skor percaya diri. Dari 142 responden 1 orang dalam kategori sangat rendah, 9 orang kategori cukup, 68 orang dalam kategori tinggi. Dan 64 orang dalam kategori sangat tinggi, hal ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa anggota ormawa FPPsi UM memiliki tingkat percaya diri yang tinggi. Berikutnya juga akan disajikan tabel yang memuat data empirik dalam penelitian yaitu skor terendah, skor tertinggi, rata-rata dan standar deviasi untuk masing-masing aspek dari percaya diri.

Tabel 5 Kategorisasi Skor Aspek Percaya Diri

Aspek	Norma	Klasifikasi	jumlah	Presentase (%)
Keyakinan kemampuan diri	$X \leq 10$	Sangat Rendah	5	3.5 %
	$10 < X \leq 14$	Rendah	15	10.6 %
	$14 < X \leq 18$	Cukup	51	35.9 %
	$18 < X \leq 24$	Tinggi	65	45.8 %
	$24 < X$	Sangat Tinggi	6	4.2 %
	Total			142
Optimis	$X \leq 10$	Sangat Rendah	1	0.7 %
	$10 < X \leq 14$	Rendah	-	-
	$14 < X \leq 18$	Cukup	5	3.5 %
	$18 < X \leq 24$	Tinggi	76	53.5 %
	$24 < X$	Sangat Tinggi	60	42.3 %
	Total			142
Objektif	$X \leq 10$	Sangat Rendah	1	0.7 %
	$10 < X \leq 14$	Rendah	2	1.4 %
	$14 < X \leq 18$	Cukup	29	20.4 %
	$18 < X \leq 24$	Tinggi	92	64.8 %
	$24 < X$	Sangat Tinggi	18	12.7 %
	Total			142
Bertanggung jawab	$X \leq 10$	Sangat Rendah	1	0.7 %
	$10 < X \leq 14$	Rendah	3	2.1 %
	$14 < X \leq 18$	Cukup	9	6.3 %
	$18 < X \leq 24$	Tinggi	90	63.4 %
	$24 < X$	Sangat Tinggi	39	27.5 %
	Total			142
Rasional dan Realistis	$X \leq 10$	Sangat Rendah	-	-
	$10 < X \leq 14$	Rendah	4	2.8 %
	$14 < X \leq 18$	Cukup	12	8.5 %
	$18 < X \leq 24$	Tinggi	75	52.8 %
	$24 < X$	Sangat Tinggi	51	35.9 %
	Total			142

Uji asumsi

Uji asumsi dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh bersifat normal dan linier. Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui dua variabel berdistribusi normal atau tidak, hal ini digunakan untuk menentukan apakah dapat menggunakan statistik parametris. Dalam penelitian ini uji normalitas yang digunakan adalah uji *Kolmogorov-Smirnov* dengan bantuan *IBM SPSS Statistics 20.0 for Windows*. Berikut merupakan hasil dari uji normalitas.

Tabel 6 Hasil Uji Normalitas

Variabel	KS-Z	sig	Keterangan	Kesimpulan
Kesejahteraan Psikologis	0,698	0,714	$P > 0,05$	Sebaran data normal
Percaya Diri	0,769	0,595	$P > 0,05$	Sebaran data normal

Selanjutnya adalah Uji linearitas untuk melihat apakah hubungan kedua variabel linier atau tidak, uji linearitas dilakukan dengan bantuan IBM *SPSS Statistics 20.0 for Windows* yaitu menggunakan uji *test for linierity*. Hasil uji linearitas dikategorikan linier apabila nilai signifikansi melebihi 0.05 ($\text{sig} > 0.05$). Berdasarkan hasil uji linieritas ditemukan bahwa linieritas sebesar 0.367, artinya signifikansi > 0.05 yang berarti ada hubungan linier antara variabel percaya diri dengan kesejahteraan psikologis.

Uji Korelasi

Uji Korelasi dilakukan untuk mengetahui keeratan hubungan dari percaya diri dan kesejahteraan psikologis. Uji korelasi dalam penelitian ini dibantu dengan IBM *SPSS Statistics 20.0 for Windows* menggunakan koefisien korelasi *pearson product moment* dengan taraf signifikansi $p < 0,05$.

Tabel 7 Hasil Uji Korelasi

Variabel	Koefisien Korelasi	sig	Kesimpulan
Percaya Diri dengan Kesejahteraan Psikologis	0,641	0,000	Hubungan Positif H0 ditolak H1 diterima

Dari data tabel 7 ditemukan bahwa hasil uji korelasi diperoleh nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.05$, artinya menunjukkan bahwa percaya diri dan kesejahteraan psikologis berhubungan secara signifikan. Selanjutnya ditemukan nilai koefisien korelasi sebesar 0,641 yang berarti korelasi dalam penelitian ini termasuk dalam kategori kuat, dengan arah korelasi positif, artinya apabila variabel percaya diri naik akan diikuti juga oleh kenaikan kesejahteraan psikologis, begitu pula sebaliknya (Sugiyono, 2018)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan ditemukan bahwa mayoritas anggota ormawa FPPsi UM memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi, yaitu dengan persentase sebesar 50.7 %. Hal tersebut berarti mereka mampu *fully functioning*, responden telah memenuhi kriteria fungsi psikologi positif (*positive psychological functioning*), seseorang yang sejahtera jiwanya menunjukkan seberapa positif individu tersebut dalam menghayati dan menjalani fungsi-fungsi psikologisnya (Ryff, 1995).

Individu yang jiwanya sejahtera tidak hanya sekedar bebas dari tekanan atau masalah-masalah psikis tetapi memiliki penilaian positif terhadap dirinya mampu bertindak secara mandiri serta tidak mudah terpengaruh oleh lingkungan, sehingga dapat diartikan mengenai kesejahteraan psikologis yaitu suatu kondisi individu tersebut mampu menjalankan hal-hal positif dalam hidupnya, salah satunya dengan membangun hubungan positif dengan orang lain dan bagaimana individu dapat berfungsi secara efektif (Sari, 2017). Sehingga dalam menghadapi permasalahan mereka mampu menyelesaikan dengan baik terlebih sebagai seorang mahasiswa yang memiliki peran ganda, yaitu sebagai pelajar dan juga harus aktif dalam kegiatan berorganisasi.

Berdasarkan aspek- aspek yang ada dalam kesejahteraan psikologis ditemukan bahwa mayoritas masih dalam tingkatan tinggi untuk memenuhi aspek otonomi (*autonomy*), yaitu mereka telah mampu mengendalikan dirinya berdasarkan lokus evaluasi internal, yaitu seseorang tidak menunggu dan mencari persetujuan orang lain, tetapi mengevaluasi dirinya dari standar pribadi, karenanya orang tersebut tidak selalu bergantung pada kelompok dan mampu melawan tekanan sosial sehingga dia memiliki kebebasan untuk menentukan keputusan atau nasib dirinya sendiri. Selanjutnya dalam aspek penguasaan lingkungan (*environmental mastery*) mayoritas juga cenderung memiliki nilai tinggi hal ini berarti mereka telah mampu untuk memilih atau menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisi psikisnya. Selain itu mereka juga mampu mengontrol atau memanipulasi serta memanfaatkan secara kreatif peluang yang ada di lingkungannya.

Selanjutnya untuk aspek pertumbuhan pribadi (*personal growth*) mereka mayoritas juga memiliki nilai yang tinggi, hal ini berarti mereka telah mampu mengembangkan potensinya serta mengaktualisasikan diri. Mereka berani menghadapi tantangan baru, serta mampu untuk mengembangkan dirinya secara penuh. Selanjutnya pada aspek hubungan

positif mereka dalam kategori cukup, artinya hubungan antarpribadi yang tercipta sudah cukup saling percaya. Keeratan yang terjalin mulai tercipta. Begitu pula untuk aspek tujuan hidup dan penerimaan diri mayoritas menunjukkan nilai yang tinggi, ini berarti mahasiswa memiliki tujuan, niat, dan arah, yang semuanya berkontribusi pada pandangan serta mampu menerima dirinya yaitu kehidupan masa lalu maupun masa sekarang sehingga mampu memandang secara positif terhadap diri sendiri.

Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang telah dikumpulkan pada mahasiswa aktivis ormawa FPPsi UM diketahui bahwa tingkat percaya diri mahasiswa aktivis ormawa FPPsi UM tergolong tinggi. Terdapat 47.9 % dari total responden memiliki tingkat percaya diri tinggi. Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa FPPsi UM sudah memiliki sikap positif terhadap dirinya sehingga dirinya mampu menilai diri, lingkungan dan situasi-situasi yang akan dihadapinya, namun sebagian diantaranya masih belum bisa sepenuhnya dalam mengetahui dan mengembangkan kelebihanannya, hal ini ditunjukkan dari pernyataan mahasiswa yang mengatakan bahwa masih belum bisa memiliki pencapaian yang lebih, mereka masih merasa biasa saja.

Konsep kepercayaan diri telah dijelaskan bahwa seseorang yang percaya diri mampu mengenali dirinya sendiri, sadar atas emosinya dan emosi tersebut diperdalam secara positif, sehingga mereka memiliki harapan untuk mencapai tujuan dalam segala situasi atau bahkan mencapai tujuan dalam kehidupannya (Jaaffar et al., 2019). Seseorang yang percaya diri juga akan bersosialisasi dengan baik. Seperti pendapat Lauster (2001) bahwa seseorang yang percaya diri memiliki suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga dalam tindakan-tindakannya tidak terlalu cemas, merasa bebas untuk melakukan hal-hal yang sesuai dengan keinginan dan tanggung jawab atas perbuatannya, sopan dalam berinteraksi dengan orang lain, memiliki dorongan prestasi serta dapat mengenal kelebihan dan kekurangan diri sendiri.

Kepercayaan diri ini juga berkaitan dengan keaktifan berorganisasi, seperti yang telah dijelaskan sebelumnya mahasiswa yang aktif berorganisasi secara tidak langsung memiliki wadah untuk mengembangkan *softskill* nya, baik cara berkomunikasi, menghadapi pihak-pihak terkait, dan lain sebagainya yang mampu mendukung rasa percaya dirinya. Hal ini telah dibuktikan sebelumnya dalam penelitian yang dilakukan oleh Syamsudin (2017) yang menemukan bahwa ada hubungan positif antara keaktifan organisasi dengan percaya diri,

selain itu juga keaktifan organisasi berpengaruh sebesar 58% terhadap kepercayaan diri. Artinya mahasiswa yang berorganisasi mampu meningkatkan dan memiliki rasa percaya diri yang tinggi.

Apabila dilihat dari tiap-tiap aspek terlihat dalam data pada bab sebelumnya diketahui untuk aspek keyakinan kemampuan diri mahasiswa memiliki nilai tinggi artinya mahasiswa sudah mampu bersikap positif tentang dirinya dan mampu secara sungguh-sungguh atas apa yang akan dilakukannya. Untuk aspek optimis, mayoritas mahasiswa memiliki nilai tinggi hal ini berarti mahasiswa sudah mampu bersikap positif dan selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuan dirinya. Hal yang sama juga terjadi pada mahasiswa Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Malang yaitu mayoritas telah mampu memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau dirinya sendiri. Mereka juga mampu mengabaikan perasaan pribadi atau subjektifitasnya, karena mayoritas juga sudah memiliki nilai yang tinggi pada aspek objektif. Selanjutnya mahasiswa mayoritas sudah memiliki kesediaan untuk menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya atau bertanggung jawab, hal ini akan mampu membantu mereka menyelesaikan permasalahan-permasalahan yang akan dihadapi, sehingga akan mampu membantu meningkatkan kesejahteraan psikologisnya. Selanjutnya untuk aspek rasional dan realistis mahasiswa juga memiliki nilai yang hal ini berarti mereka telah mampu menganalisa terhadap suatu masalah, suatu hal, sesuatu kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan. Aspek-aspek inilah yang dapat menunjukkan seberapa percaya diri mahasiswa aktivis FPPsi UM yang nantinya mampu membantu dalam menghadapi persoalan dan permasalahan di kehidupannya.

Dari hasil analisis korelasi yang telah dilakukan sebelumnya menunjukkan terdapat hubungan positif antara percaya diri dengan kesejahteraan psikologis. Artinya dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara tingkat percaya diri anggota ormawa FPPsi UM dengan kesejahteraan psikologis anggota ormawa FPPsi UM. Hal ini berarti apabila tingkat percaya diri seseorang naik akan diikuti juga dengan naiknya tingkat kesejahteraan psikologis, begitupula sebaliknya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dengan arah positif antara percaya diri dan kesejahteraan psikologis pada anggota organisasi mahasiswa. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu proses pengambilan data dilakukan secara online, yang mana dapat mempengaruhi proses pengisian data, selain itu karena tidak bisa bertemu secara langsung dengan subjek, dikhawatirkan terdapat beberapa kesalahpahaman yang mempengaruhi pengisian data. Oleh karena itu ada beberapa saran yang disampaikan peneliti untuk penelitian selanjutnya maupun beberapa pihak, yaitu sebagai berikut : (a) bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian yang sama agar mampu mendapatkan hasil yang lebih detail, yaitu dengan memperhatikan pengisian, dikarenakan pengisian dalam penelitian ini secara online akan lebih baik apabila diawasi dan dilakukan secara offline, sehingga hasil yang didapatkan tidak dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dapat membuat jawaban subjek tidak *representative*. (b) bagi Mahasiswa diharapkan dapat menjadi pedoman bagi mahasiswa agar mampu mengembangkan dirinya. Terutama dalam organisasi, sehingga bisa menyiapkan diri untuk bekal berkembang dikemudian hari atau didunia kerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, S. V., DH, D. P., & Khasanah, I. (2018). Analisis komunikasi orangtua dan anak dalam membangun sikap percaya diri anak usia 3-4 tahun. *Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 7 (2).
<https://doi.org/https://doi.org/10.26877/paudia.v7i2.3266>
- Azwar, S. (2013). *Sikap manusia* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017a). *Penyusunan skala psikologi* (edisi II). Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2017b). *Reliabilitas dan validitas* (Edisi IV). Pustaka Pelajar.
- Emrah Oney, & Oksuzoglu-Guven, G. (2015). Confidence: a critical review of the literature and an alternative perspective for general and specific self-confidence 1. *Psychological Reports: Mental & Physical Health*, 149–163.
<https://doi.org/10.2466/07.PR0.116k14w0>.
- Eva, N., Nidn, M. P., Jas, P., Suzana, L., Jaafar, B., Hidayah, P. N., Nidn, M. P., Shanti, P., Psi, S., Psi, M., Nadiarenita, A. A., Nim, S. P., Wulandari, R., Nim, S. P., Sholihah, R.

- A., & Representative, S. P. A. (2019). *Desain operasional penelitian dasar (collaboration research) a comparative study on psychological well being model among indonesia & malaysia students*. April.
- Ghufron, M. N., & Risnawati S, R. (2018). *Teori-teori psikologi* (R. Kusumaningratri (ed.). Ar-Ruzz Media.
- Hendra, F. (2018). Peran organisasi mahasiswa dalam meningkatkan mutu pembelajaran keterampilan berbahasa Arab. *Arabiyat: Jurnal Pendidikan Bahasa Arab Dan Kebahasaaraban*, 5(1), 103–120. <https://doi.org/10.15408/a.v5i1.7480>.
- Jaaffar, A. H., Ibrahim, H. I., Rajadurai, J., & Sohail, M. S. (2019). Psychological impact of work- integrated learning programmes in Malaysia : The moderating role of self-esteem on relation between self-efficacy and self-confidence. *IJEP-International Journal of Educational Psychology*, 8, 188–213. <https://doi.org/10.17583/ijep.2019.3389>.
- Kartikasari, N. Y. (2013). Body dissatisfaction terhadap psychological well. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 01(02), 304–323.
- Lauster, P. (2001). *Tes kepribadian (terjemahan D.H Gulo) (Bahasa Ind)*. PT Bumi Aksara.
- Lilishanty, E. D., & Maryatmi, A. S. (2019). Hubungan citra tubuh dan kepercayaan diri dengan psychological well being pada remaja kelas 11 di SMAN 21 Jakarta. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 3(1), 1–8.
- Maryatmi, A. S. (2018). The role of self-confidence as a mediator influence of family social support to well-being patients of stroke patients. *International Journal of Engineering & Technology*, 7, 593–595.
- Pettersson, C. (2018). Psychological well-being, improved self-confidence, and social capacity: bibliotherapy from a user perspective. *Journal of Poetry Therapy*, 31(2), 124–134. <https://doi.org/10.1080/08893675.2018.1448955>.
- Ratnawati, V. (2014). Studi komparasi rasa kepercayaan diri siswa berkepribadian ekstrovert dengan siswa berkepribadian introvert pada siswa SMP. *Nusantara of Reseach*, Vol. 1 No., 19–28. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/efektor/article/view/16>.
- Riadi, E. (2016). *Statistika penelitian analisis manual dan IBM SPSS*. CV. Andi Offset.
- Rosciupchin, MA, P. (2019). Relationship between self-confidence and psychological wellbeing : case of The University Students. *EcoSoEn, Scientific Journal Economics, Social and Engineering Sciences Year 2, 1*, 139–150.

- Rustanto, A. E. (2016). Kepercayaan diri dan efikasi diri terhadap kematangan karir mahasiswa di POLITEKNIK LP3I Jakarta Kampus Jakarta Utara. *Jurnal Lentera Bisnis*, 5(2), 1–11. <https://doi.org/ISSN 2252-9993>.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything , or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10772395>
- Ryff, C. D. (1996). Psychological well-being : meaning , measurement , and implications for psychotherapy. *Psychotherapy and Psyehosomatics*, 65(1), 14–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.1159/000289026>
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). *Know thyself and become what you are: a eudaimonic approach to psychological well-being*. 9, 13–39. <https://doi.org/10.1007/s10902-006-9019-0>.
- Santoso, S. L. (2015). Hubungan regulasi diri dengan coping stres berfokus masalah pada ormawa FIP UNY [Thesis, Universitas Negeri Yogyakarta]. <https://eprints.uny.ac.id/24640/>
- Sari, N. K. (2017). Hubungan psychological well being dengan konflik peran ganda pada karyawan yang bekerja di Bank Kaltim Kota Samarinda. *Motivasi*, 4(1), 177–192.
- Satheesh, B., & Suthakar, S. (2016). Comparative study of the psychological well-being and self-confidence between the bicycle beneficiaries and non-beneficiaries of the secondary school children. *International Journal of Physical Education, Sports and Health Students*, 3(5), 495–497.
- Shintaloka Pradita Sicca. (2018, May 7). BPS: pengangguran lulusan universitas naik 1,13 persen - Tirto.ID. In *tirto.id*. <https://tirto.id/bps-pengangguran-lulusan-universitas-naik-113-persen-cJ3h>.
- Sugiyono, P. D. (2016a). *Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2016b). *Statistika untuk penelitian*. Alfabeta.
- Sugiyono, P. D. (2018). *Metode penelitian kuantitatif* (M. P. Setiyawami, S.H. (ed.)). Alfabeta.

Yusida, L. P., Ibrahim, I., & Said, A. (2014). Hubungan self-confidence dengan kecemasan siswa ketika bertanya di dalam kelas. *Konselor*, 3(4), 132–138. <https://doi.org/10.24036/02014344014-0-00>.