

**HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI
DAN PENYESUAIAN DIRI DI PERGURUAN TINGGI
DENGAN INDEKS PRESTASI KUMULATIF MAHASISWA
BIMBINGAN DAN KONSELING FKIP UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

TESIS



Oleh

**RISMA ANITA PURIANI
NIM 1103657**

**Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Magister Pendidikan**

**PROGRAM STUDI S2 BIMBINGAN DAN KONSELING
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

ABSTRACT

Risma Anita Puriani. 2015. The Correlation between Self Confidence and Self Adjustment in College Students with Grade Point Average at Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, University of Sriwijaya. Thesis. Graduate Program Faculty of Education, University of Padang.

This study was based on the phenomenon of the students who still got lower grade point average, and had lack of self confidence so that they had difficulty to develop their potential ability and difficulty in learning process and also they had the difficulty to adjust themselves to the college environment as a learning environment. Those were thought to give the effect to the students' grade point average. The objective of this study was to find out the correlation between self confidence and self adjustment in college with GPA (Grade Point Average).

This quantitative research used ex post facto approach. The subjects of the study were the students of Guidance and Counseling, Faculty of Teacher Training and Education, Sriwijaya University, with total population 145 students and samples 105 students. Sampling technique used Proportional Random Sampling. Instruments in this study was a questionnaire using Likert scale which has been in the validity and realibility. Statistical data analysis techniques used Pearson Product Moment Correlation and double regression used Statistical Product Service Solution (SPSS) version 17.00.

Based on the results of the study revealed that: (1) there was a significant correlation between self confidence and GPA, (2) there was a significant correlation between self adjustment in college and GPA, (3) there was a significant correlation between self confidence and self adjustment in college with GPA. The research's implications to guidance and counseling are used as a input to create a guidance and counseling service programs.

Keywords: Self Confidence, Self Adjustment, GPA (Grade Point Average).

ABSTRAK

Risma Anita Puriani. 2015. Hubungan Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya. Tesis. Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh fenomena masih adanya mahasiswa yang memperoleh indeks prestasi kumulatif yang rendah, masih adanya mahasiswa yang kurang memiliki rasa percaya diri sehingga sulit mengembangkan potensi diri dan mengalami kesulitan dalam mengikuti proses perkuliahan serta masih ada mahasiswa yang mengalami kendala untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi sebagai lingkungan belajar. Hal tersebut diduga memberikan pengaruh terhadap indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif.

Jenis penelitian ini penelitian kuantitatif dengan pendekatan *ex post facto*. Subjek penelitian adalah mahasiswa BK FKIP Universitas Sriwijaya dengan jumlah populasi 145 mahasiswa dan sampel 105 mahasiswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Proportional Random Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini adalah angket dengan menggunakan model skala *likert* yang telah di uji validitas dan reliabilitasnya. Teknik analisis data dengan statistik *Pearson Product Moment Correlation* dan regresi ganda dengan menggunakan *Statistical Product Service Solution* (SPSS) versi 17.00.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan: (1) terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan indeks prestasi kumulatif, (2) terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif, (3) terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif. Implikasi hasil penelitian ini digunakan sebagai masukan dalam pembuatan program layanan Bimbingan dan Konseling.

Kata Kunci: Kepercayaan Diri, Penyesuaian Diri, Indeks Prestasi Kumulatif.

PERSETUJUAN AKHIR TESIS

Nama Mahasiswa : Risma Anita Puriani
NIM : 1103657

N A M A

TANDA TANGAN

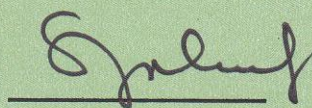
TANGGAL

Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
Pembimbing I



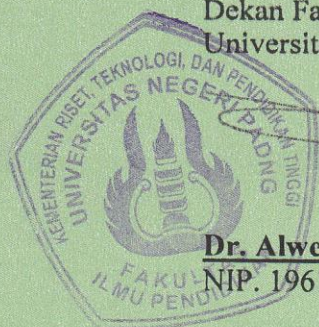
03-09-15

Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.
Pembimbing II



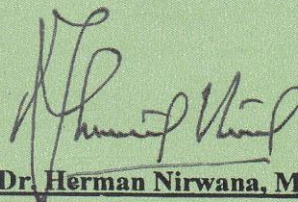
28-08-15

Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan
Universitas Negeri Padang,



Dr. Alwen Bentri, M.Pd.
NIP. 19610722 198602 1002

Ketua Program Studi S2 Bimbingan dan
Konseling,

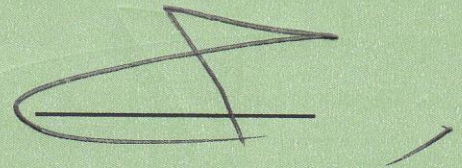


Prof. Dr. Herman Nirwana, M.Pd., Kons.
NIP. 19620405 198803 1 001

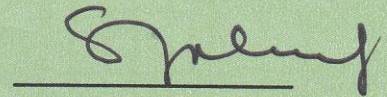
**PERSETUJUAN
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

No	N A M A	TANDA TANGAN
----	---------	--------------

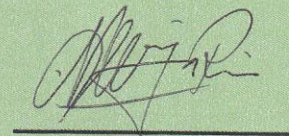
1. Prof. Dr. Firman, M.S., Kons.
(Ketua)



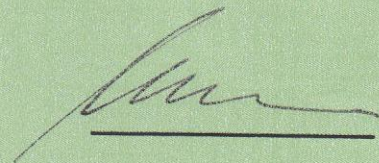
2. Dr. Syahniar, M.Pd., Kons.
(Sekretaris)



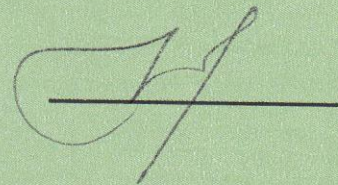
3. Prof. Dr. Neviyarni S., M.S.
(Anggota)



4. Dr. Marjohan, M.Pd., Kons.
(Anggota)



5. Prof. Dr. Nurhizrah Gistituati, M.Ed.
(Anggota)



Mahasiswa :

Nama : Risma Anita Puriani

NIM : 1103657

Tanggal Ujian : 10 Agustus 2015

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul **“Hubungan Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya”** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapat gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali kutipan secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2015
Saya yang menyatakan,



Risma Anita Puriani
NIM 1103657

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah Swt, dengan rahmat dan hidayah-Nya peneliti dapat menyelesaikan tesis yang berjudul, **“Hubungan Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya”**. Dalam melaksanakan penelitian dan penyelesaian tesis ini, peneliti banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Sebagai ungkapan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya, peneliti sampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Firman, M.S., Kons., selaku pembimbing I yang senantiasa meluangkan waktunya untuk memberikan motivasi, bimbingan, arahan, ilmu, dan saran yang begitu berarti kepada peneliti untuk kesempurnaan tesis ini.
2. Ibu Dr. Syahniar, M.Pd., Kons., selaku pembimbing II yang senantiasa meluangkan waktu, memberikan motivasi, bimbingan, arahan, ilmu dan saran yang begitu berarti kepada peneliti sehingga tesis ini dapat tersusun.
3. Ibu Prof. Dr. Neviyarni S., M.S., selaku kontributor sekaligus penimbang instrumen penelitian (*Judge*) yang memberikan masukan, saran dan arahan untuk perbaikan dan kesempurnaan penulisan tesis ini.
4. Bapak Dr. Marjohan, M.Pd., Kons., selaku kontributor sekaligus penimbang instrumen penelitian (*Judge*) yang senantiasa memberikan dukungan dan saran untuk perbaikan dan kesempurnaan penulisan tesis.
5. Ibu Prof. Dr. Nurhizrah Gistituati, M.Ed., selaku kontributor sekaligus Direktur Program Pascasarjana UNP yang telah memberikan masukan, saran dan arahan dalam penyelesaian tesis ini.
6. Ibu Dr. Yarmis Syukur, M.Pd., Kons., selaku penimbang instrumen penelitian (*Judge*) yang telah meluangkan waktu untuk merevisi dan memberikan masukan agar instrumen yang digunakan menjadi lebih baik.

7. Bapak dan Ibu Dosen Program Pascasarjana Bimbingan Konseling FIP UNP yang telah memberikan berbagai ilmu pengetahuan sehingga sangat membantu dalam penyelesaian tesis.
8. Pimpinan dan segenap karyawan Fakultas Ilmu Pendidikan UNP yang telah memberikan pelayanan terbaik pada peneliti dalam rangka penyelesaian tesis.
9. Rektor, Dosen, karyawan dan mahasiswa Universitas Sriwijaya, khususnya Dosen dan mahasiswa Program Studi Bimbingan Konseling yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk memperoleh sejumlah informasi penting dalam penyelesaian tesis.
10. Kedua orangtua, Ayahanda Romli Yazid dan Ibunda Ermawaty beserta seluruh anggota keluarga tercinta yang senantiasa memberikan doa, dukungan, perhatian dan bantuan secara moril dan materil untuk penyelesaian tesis ini.
11. Rekan-rekan mahasiswa Pascasarjana Jurusan Bimbingan dan Konseling, khususnya angkatan 2011 yang senantiasa memberikan motivasi dan masukan berharga demi penyelesaian tesis ini.

Semoga Allah Swt memberikan imbalan yang setimpal untuk segala bantuan yang telah diberikan kepada peneliti berupa pahala dan kemuliaan di sisi-Nya. Peneliti sangat menyadari bahwa penulisan tesis ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan saran dan masukan dari semua pihak demi perbaikan untuk penulisan di masa yang akan datang. Peneliti sangat berharap tesis ini dapat memberikan manfaat bagi kemajuan dan perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang Bimbingan dan Konseling. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, Agustus 2015
Peneliti

Risma Anita Puriani

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTACT	i
ABSTRAK	ii
PERSETUJUAN AKHIR	iii
PERSETUJUAN UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN	iv
SURAT PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	11
C. Pembatasan Masalah	12
D. Rumusan Masalah	13
E. Tujuan Penelitian	13
F. Manfaat Penelitian.....	14
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. LandasanTeori	16
1. Indeks Prestasi Kumulatif	16
a. Pengertian Prestasi	16
b. Pengertian Indeks Prestasi Kumulatif	17
c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Prestasi	19
2. Kepercayaan Diri	20
a. Pengertian Kepercayaan Diri	20
b. Aspek-Aspek Kepercayaan Diri	23

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terbentuknya Kepercayaan Diri	25
d. Jenis Kepercayaan Diri	29
e. Gejala Kurang Percaya Diri	30
f. Upaya Meningkatkan Kepercayaan Diri	30
3. Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi	32
a. Pengertian Penyesuaian Diri	32
b. Aspek-Aspek Penyesuaian Diri	35
c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penyesuaian Diri	40
d. Karakteristik Penyesuaian Diri	43
e. Upaya Mendukung Proses Penyesuaian Diri	44
f. Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi	46
4. Mahasiswa	50
a. Karakteristik Mahasiswa	50
b. Tugas-tugas Perkembangan Mahasiswa	52
5. Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Penyesuaian Diri Mahasiswa di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif	54
6. Peran Bimbingan dan Konseling dalam Membantu Mahasiswa di Perguruan Tinggi	56
B. Penelitian yang Relevan	58
C. Kerangka Konseptual	61
D. Hipotesis	67

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	68
B. Populasi dan Sampel	69
C. Definisi Operasional	71
1. Indeks Prestasi Kumulatif	71
2. Kepercayaan Diri	71
3. Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi	71

D. Pengembangan Instrumen	72
E. Teknik Pengumpulan Data.....	82
F. Teknik Analisis Data	82
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	86
B. Pengujian Persyaratan Analisis	92
C. Pengujian Hipotesis	94
D. Pembahasan Hasil Penelitian	101
E. Implikasi Terhadap Layanan BK	121
F. Keterbatasan Penelitian	123
 BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A. Kesimpulan	125
B. Implikasi	126
C. Saran	137
 DAFTAR RUJUKAN	 140
LAMPIRAN	146

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Rata-rata Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa BK FKIP UNSRI	3
3.1 Populasi Penelitian	69
3.2 Sampel Penelitian.....	70
3.3 Kisi-Kisi Instrumen Kepercayaan Diri	74
3.4 Kisi-Kisi Instrumen Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi	75
3.5 Penskoran	77
3.6 Hasil Analisis Keterandalan Instrumen.....	81
3.7 Rumus Tingkat Pencapaian Responden	83
3.8 Interpretasi Persentase Skor	84
4.1 Pengkategorian Kepercayaan Diri Mahasiswa.....	86
4.2 Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Kepercayaan Diri Berdasarkan Indikator.....	87
4.3 Pengkategorian Penyesuaian Diri Mahasiswa di Perguruan Tinggi.....	88
4.4 Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Penyesuaian Diri Berdasarkan Indikator	89
4.5 Pengkategorian Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa	90
4.6 Deskripsi Rata-rata (Mean) dan Persentase (%) Indeks Prestasi Kumulatif Berdasarkan Angkatan	91
4.7 Uji Normalitas Data Kepercayaan Diri, Penyesuaian Diri dan Indeks Prestasi Kumulatif	93
4.8 Uji Linearitas Variabel Kepercayaan Diri dengan Indeks Prestasi Kumulatif.....	94
4.9 Uji Linearitas Variabel Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif.....	94
4.10 Hasil Analisis Korelasi antara Kepercayaan Diri dengan Indeks Prestasi Kumulatif	95

4.11 Hasil Analisis Korelasi antara Penyesuaian Diri di Perguruan Tinggi dengan Indeks Prestasi Kumulatif Mahasiswa BK.....	96
4.12 Hasil Analisis Regresi Ganda Variabel Kepercayaan Diri (X_1), Variabel Penyesuaian Diri (X_2) dengan Variabel Indeks Prestasi Kumulatif	98

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Konseptual	66
4.1 Hubungan Variabel Kepercayaan Diri (X_1) dan Penyesuaian Diri (X_2) dengan Indeks Prestasi Kumulatif (Y)	100

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tabulasi Data Uji Coba Instrumen Penelitian	147
2. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas Instrumen Penelitian	156
3. Kisi-kisi Instrumen Uji Coba dan Instrumen Uji Coba	163
4. Kisi-kisi Instrumen Penelitian dan Instrumen Penelitian.....	179
6. Tabulasi Data Penelitian	193
7. Tabulasi Data Penelitian Berdasarkan Indikator	210
8. Uji Persyaratan Analisis	232
9. Uji Hipotesis	237
10. Tabel Data Indeks Prestasi Kumulatif	240
11. Tabel Deskripsi Data Variabel X_1 , X_2 dan Y	243
12. Surat-surat	247

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perguruan tinggi merupakan lembaga pendidikan formal yang bertujuan untuk mengembangkan potensi dan kemampuan, tidak hanya yang menyangkut aspek intelektual tapi juga aspek emosional, aspek sosial maupun aspek moral-spiritual. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock (dalam Yusuf, 2008: 54) yang menjelaskan mengenai “Peranan lembaga pendidikan dalam mengembangkan kepribadian anak, lembaga pendidikan merupakan faktor penentu bagi perkembangan kepribadian individu, baik dalam cara berpikir, bersikap maupun cara berperilaku”. Hal ini menandakan bahwa kepribadian individu terbentuk oleh pengarahan lingkungan terhadap perilaku individu dari waktu ke waktu dan secara terus menerus, termasuk lingkungan pendidikan seperti perguruan tinggi sebagai tempat individu berinteraksi dan mengembangkan kemampuannya.

Mahasiswa secara umum merupakan subjek yang memiliki potensi untuk mengembangkan pola kehidupannya, dan sekaligus menjadi objek dalam keseluruhan bentuk aktivitas dan kreativitasnya, sehingga diharapkan mampu menunjukkan kualitas dan kemampuan yang dimilikinya (Baharuddin dan Makin, 2004: 6).

Kualitas mahasiswa salah satunya dapat dilihat dari prestasi akademik yang diraihinya. Prestasi akademik merupakan perubahan dalam hal kecakapan tingkah laku ataupun kemampuan yang dapat bertambah selama beberapa

waktu yang tidak disebabkan proses pertumbuhan, tetapi adanya situasi belajar, sehingga dipandang sebagai bukti usaha yang diperoleh mahasiswa. Sejalan dengan upaya peningkatan mutu pendidikan kiranya perlu diperhatikan masalah pencapaian akademik mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki potensi akan memiliki peluang yang lebih besar untuk mencapai prestasi akademik yang diharapkan pada jenjang pendidikan yang sedang ditempuhnya. Artinya bila para mahasiswa menggunakan potensi yang dimilikinya secara optimal, dan memenuhi tuntutan akademik yang telah ditentukan, diharapkan dapat mencapai prestasi akademik secara optimal (Sobur, 2006: 28).

Hasil dari evaluasi keberhasilan belajar mahasiswa tersebut dapat dilihat melalui Indeks Prestasi (IP) yang diperoleh mahasiswa pada tiap semester (Yoel, 2002). Keberhasilan mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap bidang akademik, ditandai dengan prestasi akademik yaitu nilai yang diperoleh melalui indeks prestasi (IP) maupun indeks prestasi kumulatif (IPK) serta ketepatan waktu dalam menyelesaikan studi.

Prestasi merupakan suatu penilaian dari hasil pendidikan, umumnya dirumuskan pada suatu evaluasi yang di perguruan tinggi disebut sebagai KHS (Kartu Hasil Studi). Hal ini dilakukan untuk melihat pencapaian hasil yang diperoleh mahasiswa yang menjalani kegiatan pembelajaran di perguruan tinggi melalui IPK (Indeks Prestasi Kumulatif) karena setelah mahasiswa menyelesaikan pendidikan dari perguruan tinggi mahasiswa tersebut akan masuk ke dalam dunia kerja. Akan ada persaingan dalam memasuki dunia kerja, untuk itu dalam menghadapinya diperlukan IPK di atas rata-rata sesuai

tuntutan dari berbagai instansi pemerintah maupun instansi swasta. IPK menjadi syarat yang mutlak untuk memasuki dunia kerja, karena IPK merupakan salah satu syarat administratif. Pada umumnya syarat untuk memperoleh pekerjaan yakni memiliki IPK minimal 2,75 sebagaimana standar yang telah ditetapkan beberapa instansi pemerintahan terutama untuk mengikuti seleksi penerimaan guru dan juga pegawai negeri sipil ataupun tenaga pengajar di lembaga pendidikan swasta. Apabila mahasiswa hanya mengandalkan batas minimum IPK, mahasiswa akan kesulitan dalam menghadapi persaingan di dunia kerja yang semakin ketat.

Fenomena di lapangan pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya masih ada sebagian mahasiswa yang memiliki indeks prestasi (IP) di bawah 2,75 dan memiliki Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) kurang dari 3,00. Rata-rata Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang diperoleh mahasiswa, terlihat dalam tabel berikut.

Tabel 1.1 Rata-rata Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) Mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI

Tahun Masuk/ Semester	Rata-Rata Indeks Prestasi (IPK)
2011 (Semester 7)	3,02
2012 (Semester 5)	2,91
2013 (Semester 3)	2,89
Total Rata-rata	2,94

Sumber : Tata Usaha BK FKIP UNSRI 2014

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa rata-rata IPK mahasiswa Bimbingan dan Konseling FKIP UNSRI angkatan 2011 sudah di atas 3,00 namun masih ada diantaranya yang memiliki IPK di bawah 3,00. Mahasiswa

angkatan 2011 telah mengikuti proses belajar di kampus sudah cukup lama, mahasiswa telah memiliki pengalaman belajar tetapi hanya sebagian mahasiswa yang memperoleh IPK yang tinggi. Pada mahasiswa angkatan 2012 dan 2013 rata-rata secara keseluruhan per angkatan IPK yang diperoleh di bawah 3,00, namun sudah di atas 2,75 yaitu angkatan 2012 dengan rata-rata 2,91 dan angkatan 2013 dengan rata-rata 2,89. Fenomena di lapangan berdasarkan data rekapitulasi hasil studi periode Juli-Desember, diperoleh data 29 dari 145 mahasiswa BK UNSRI dari tiga angkatan yaitu angkatan 2011, 2012 dan 2013 memiliki indeks prestasi kumulatif kurang dari 2,75 dan terdapat 12 orang diantaranya memiliki IPK di bawah 2,50.

Kondisi yang terlihat pada saat aktivitas kuliah berlangsung dan kegiatan akademik di kampus seperti masih ada mahasiswa yang melanggar peraturan di kampus, masih ada sebagian mahasiswa yang pasif dalam kegiatan perkuliahan dan minimnya rasa ingin tahu dari mahasiswa terhadap materi perkuliahan hanya menunggu materi dari dosen dan pola belajar mahasiswa masih seperti di SMA. Selain itu masih ada mahasiswa yang tidak fokus dalam kegiatan perkuliahan dan membuka jejaring sosial saat kegiatan perkuliahan berlangsung dan masih ada mahasiswa yang mengalami kesulitan mengatur waktu belajar dengan banyaknya aktivitas perkuliahan dan kegiatan kemahasiswaan.

Berdasarkan data yang terdokumentasi di program studi Bimbingan dan Konseling pada daftar hadir perkuliahan terlihat masih ada mahasiswa yang belum menaati peraturan kampus dan masih ada mahasiswa sering terlambat

ataupun tidak hadir dalam perkuliahan. Selain itu pada data rekapitulasi Daftar Perolehan Nilai Akhir (DPNA) terlihat masih ada sebagian besar mahasiswa yang tidak mengumpulkan tugas pada beberapa mata kuliah dan masih ada sebagian mahasiswa yang memiliki nilai yang rendah dalam ujian tengah semester dan ujian akhir semester pada setiap semester. Selain itu peneliti mendapati ada mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri, aktif dalam proses perkuliahan di kelas dan mampu berinteraksi dengan lingkungan kampus namun memiliki indeks prestasi kumulatif yang rendah.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan menggunakan Alat Ungkap Masalah Umum Format Mahasiswa untuk mengetahui masalah-masalah yang dialami mahasiswa. Dari pengolahan hasil AUM Umum Format Mahasiswa yang diberikan kepada mahasiswa tanggal 27 November 2013 diperoleh data persentase permasalahan yang dialami mahasiswa, masalah yang terungkap diantaranya Jasmani dan Kesehatan (JDK) 10,37%, Diri Pribadi (DPI) 15,06%, Hubungan Sosial (HSO) 6,11%, Ekonomi dan Keuangan (EDK) 4,65%, Karir dan Pekerjaan (KDP) 10,10%, Pendidikan dan Pelajaran (PDP) 27,38%, Agama Nilai dan Moral (ANM) 9,72%, Hubungan Muda-Mudi (HMM) 4,41%, Keadaan Hubungan Keluarga (KHK) 9,13%, dan Pemanfaatan Waktu Senggang (WSG) 3,09%. Dari hasil tersebut, terlihat bahwa masalah dalam bidang Pendidikan dan Pelajaran (PDP) memiliki persentase tertinggi dari bidang lainnya.

Data yang peneliti peroleh dari pengadministrasian AUM Umum Format Mahasiswa permasalahan yang dialami mahasiswa dalam bidang

pendidikan dan pelajaran , bidang diri pribadi, bidang karir dan pekerjaan yang lebih banyak dialami mahasiswa. Masalah yang dialami mahasiswa yang terungkap melalui pemberian AUM Umum, terdapat sebagian mahasiswa yang kesulitan mengemukakan pendapat dan menampakkan potensi diri, ada mahasiswa yang mampu memahami dirinya memiliki potensi namun merasa takut gagal dan tidak percaya diri, masih adanya mahasiswa yang merasa rendah diri, gugup dan tidak mampu mengemukakan pendapat di depan banyak orang. Selain itu terungkap masih ada mahasiswa mengalami kesulitan untuk bersosialisasi dalam lingkungan kampus dan mahasiswa mengalami kesulitan memahami cara belajar dalam proses perkuliahan serta interaksi sosial dengan teman di kelas dan lingkungan kampus.

Masalah-masalah yang dialami mahasiswa tersebut berkemungkinan dapat mengganggu kondisi akademik mahasiswa, dapat mengurangi semangat belajar dan salah satu dampaknya adalah rendahnya prestasi kumulatif yang diperoleh. Kondisi yang terjadi berkemungkinan dikarenakan berbagai masalah yang dialami oleh mahasiswa. Kurangnya rasa percaya diri mahasiswa menyebabkan mahasiswa kesulitan mengembangkan potensi diri dan mengikuti proses perkuliahan. Selain itu mahasiswa mengalami kesulitan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus sebagai lingkungan belajar. Hal tersebut diduga memberikan pengaruh terhadap prestasi akademik mahasiswa. Selain itu terdapat mahasiswa-mahasiswa yang terlihat memiliki kepercayaan diri yang tinggi, aktif dalam proses pembelajaran di kelas dan mampu

berinteraksi dengan lingkungan kampus, baik dengan sesama mahasiswa dan juga dengan dosen, namun memiliki indeks prestasi kumulatif yang rendah.

Bahri (2002: 15) mendefinisikan prestasi akademik adalah hasil yang diperoleh berupa kesan-kesan yang mengakibatkan perubahan dalam diri individu sebagai hasil akhir dari aktivitas belajar. Sedangkan Azwar (2002: 21) menjelaskan prestasi akademik adalah bukti peningkatan atau pencapaian yang diperoleh seorang siswa sebagai pernyataan ada tidaknya kemajuan atau keberhasilan dalam program pendidikan.

Walgito (2004: 151) menjelaskan faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa terdiri dari kesehatan fisik, kelelahan, motivasi, minat, konsentrasi, *natural curiosity*, *self confidence*, *self dicipline*, intelegensi, ingatan, tempat, peralatan belajar, suasana, waktu belajar dan pergaulan. Dari beberapa faktor-faktor di atas, percaya diri merupakan faktor yang paling berpengaruh terhadap hasil belajar. Salah satu aspek kepribadian yang menunjukkan sumber daya manusia yang berkualitas adalah tingkat kepercayaan diri seseorang. Selanjutnya Iswidharmajaya dan Agung (2005) individu yang mempunyai percaya diri yang tinggi mempunyai kepercayaan akan kemampuan diri yang memadai dan menyadari akan kemampuan yang dimiliki, serta dapat memanfaatkannya secara tepat. Pendapat tersebut sejalan dengan pendapat Lie (2003: 4) menjelaskan seseorang yang percaya diri dapat menyelesaikan tugas atau pekerjaan yang sesuai dengan tahapan perkembangan dengan baik, merasa berharga, mempunyai keberanian, dan kemampuan untuk meningkatkan prestasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta

membuat keputusan sendiri merupakan perilaku yang mencerminkan percaya diri.

Afiatin dan Mulyani (1998: 66) menjelaskan kepercayaan diri merupakan aspek kepribadian manusia yang berfungsi penting untuk mengaktualisasikan potensi yang dimilikinya. Menggambarkan bahwa orang yang mempunyai kepercayaan diri ciri-cirinya antara lain, individu merasa yakin terhadap tindakan yang dilakukannya, individu merasa diterima oleh kelompoknya, dan individu percaya sekali terhadap dirinya serta memiliki ketenangan sikap. Rasa percaya diri dapat berkembang baik sesuai porsinya jika individu dapat melaksanakan tugas-tugas perkembangannya dengan baik, dimana diantara tugas perkembangan mahasiswa adalah yang berhubungan dengan penyesuaian diri dengan lingkungannya dan mampu berprestasi.

Prestasi akademik yang dicapai mahasiswa merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang mempengaruhinya, baik dari dalam diri (internal) maupun faktor dari luar diri (eksternal) individu. Faktor internal yang mempengaruhi prestasi belajar dibagi menjadi dua, yaitu faktor jasmaniah (fisiologi) dan faktor psikologis. Penyesuaian diri merupakan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi belajar. Masalah-masalah akademik salah satunya rendahnya prestasi akademik mahasiswa dapat disebabkan oleh ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan tuntutan studi, misalnya akibat salah memilih jurusan, motivasi, kepercayaan diri, konsep diri, metode pembelajaran yang berbeda dengan SMA, kesulitan memahami cara dosen

mengajar, tugas perkuliahan, dan kekhawatiran terhadap karier dan masa depan (Ahmadi dan Widodo, 2004: 138-139).

Selanjutnya Sunarto dan Hartono (2002: 224-225) menjelaskan penyesuaian diri merupakan suatu proses bagaimana individu mencapai keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan, dengan kata lain individu tersebut memiliki kemampuan dalam menghadapi tuntutan lingkungannya, sehingga tercipta keselarasan antara individu tersebut dengan lingkungan tempat ia berada. Mahasiswa berada dalam usia perkembangan pada tahap remaja akhir menuju tahap dewasa awal (13-21 tahun), mahasiswa dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan pendidikannya, mampu berinteraksi dengan lingkungan perguruan tinggi. Individu yang tidak berhasil menguasai tugas perkembangannya, tidak dapat memenuhi harapan-harapan tersebut, maka dapat menimbulkan akibat yang kurang baik dalam perkembangan kepribadian individu tersebut. Apabila tahap perkembangan berlangsung dengan baik, mahasiswa akan cenderung menjadi individu yang mudah bergaul, memiliki rasa percaya diri dan sikap terbuka dalam kehidupan sosialnya.

Sejalan dengan pendapat tersebut Hurlock (1994: 213-214) menjelaskan individu yang memiliki kepercayaan diri dapat diungkapkan melalui sikap yang tenang dan seimbang dalam situasi sosial. Tetapi apabila dalam lingkungan sosialnya individu mengalami perasaan rendah diri dan terasing maka akan berpeluang untuk mengalami gangguan kepribadian dibandingkan individu yang diterima secara sosial. Dengan adanya konsep diri yang tidak

menyenangkan ini akan menimbulkan penyesuaian diri yang buruk dan hubungan sosial yang tidak memuaskan, di samping itu akan merusak rasa percaya diri dan harga diri individu. Individu akan diterima baik di tengah-tengah pergaulannya, apabila individu mampu menyelaraskan dirinya dengan norma-norma dan aturan yang berlaku di lingkungannya (Hurlock, 1994: 297).

Secara umum permasalahan penyesuaian diri yang dialami oleh mahasiswa di Perguruan Tinggi seringkali dikaitkan dengan adanya perbedaan pola pendidikan antara Sekolah Menengah Atas dengan Perguruan Tinggi, hubungan sosial, masalah ekonomi, dan pemilihan bidang jurusan. Oleh karena itu mahasiswa dituntut untuk mampu menyesuaikan diri dengan perubahan tersebut. Hal tersebut sejalan dengan pendapat Sunarto dan Hartono (2002) menjelaskan jika mahasiswa tidak mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan belajarnya maka mahasiswa akan mengalami berbagai masalah penyesuaian, baik terhadap pengajar, teman kuliah, dan mata kuliah sehingga prestasi belajar mahasiswa akan menurun bila dibandingkan dengan prestasi belajar ditingkat pendidikan sebelumnya, penyesuaian diri dengan lingkungan dapat terwujud dengan cara mematuhi aturan yang berlaku dalam lingkungan tersebut, karena setiap lingkungan memiliki aturan masing-masing. Untuk mencapai tujuan tersebut perlu adanya kepercayaan diri untuk dapat melakukan penyesuaian diri seperti penyesuaian diri dengan lingkungan keluarga, teman sebaya, lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat, sehingga dapat menunjang untuk menjalankan aktivitas dengan baik. Salah satu bentuk

penyesuaian diri dengan mampu mengenal lingkungan tempat kita belajar atau menuntut ilmu, hal itu akan mempengaruhi semangat seseorang untuk belajar.

Lingkungan belajar di kampus bisa dikategorikan pada suasana kelas, teman satu kelas, dosen yang mengajar serta keadaan lingkungan yang membuat mahasiswa merasa nyaman sehingga mendukung proses belajar. Dengan demikian diharapkan mahasiswa dapat meraih prestasi dalam bidang akademik. Selain itu mahasiswa diharapkan mampu melakukan penyesuaian terhadap kehidupan di perguruan tinggi yang merupakan lingkungan belajar bagi mahasiswa, sehingga mahasiswa dapat memperoleh berbagai pengetahuan dan keterampilan, serta memperoleh indeks prestasi kumulatif (IPK) yang tinggi sebagai salah satu modal yang dimiliki untuk memenuhi prasyarat memasuki dunia kerja dimasa yang akan datang setelah menyelesaikan pendidikan.

Berdasarkan uraian di atas mengingat pentingnya indeks prestasi kumulatif mahasiswa, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah yang muncul sebagai berikut.

1. Masih ada sebagian mahasiswa yang memiliki IPK kurang dari 2,75.

Berdasarkan data rekapitulasi hasil studi periode Juli - Desember, diperoleh

data 29 dari 145 mahasiswa BK UNSRI angkatan 2011, 2012 dan 2013 memiliki indeks prestasi kumulatif kurang dari 2,75 dan 12 orang diantaranya memiliki IPK di bawah 2,50.

2. Masih terdapat sebagian mahasiswa yang memperoleh nilai yang rendah dalam ujian tengah semester dan ujian akhir semester.
3. Masih ada sebagian mahasiswa yang pasif dalam kegiatan perkuliahan dan minimnya rasa ingin tahu dari mahasiswa terhadap materi perkuliahan, dalam proses belajar hanya menunggu materi dari dosen dan pola belajar mahasiswa masih seperti di SMA.
4. Masih ada mahasiswa yang kurang mampu menyesuaikan dirinya dengan lingkungan kampus, kesulitan untuk bersosialisasi di kelas dan belum mampu manajemen waktu antara kegiatan akademik dengan kegiatan di luar perkuliahan.
5. Masih ada mahasiswa yang merasa tidak yakin dengan kemampuan diri sendiri, kesulitan menampakkan potensi diri, tidak berani mengutarakan pendapat di depan banyak orang dan merasa rendah diri.
6. Ada mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri, aktif dalam proses perkuliahan di kelas dan mampu berinteraksi dengan lingkungan kampus namun memiliki indeks prestasi kumulatif yang rendah.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah diuraikan di atas tergambar berbagai fokus yang menjadi arah tentang penelitian tentang hubungan kepercayaan diri dan penyesuaian diri di

perguruan tinggi terhadap indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Dengan demikian maka penelitian ini dibatasi pada “Apakah terdapat hubungan kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi terhadap indeks prestasi kumulatif mahasiswa?”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut.

1. Apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya?
2. Apakah terdapat hubungan antara penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya?
3. Apakah terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dan menjelaskan.

1. Hubungan antara kepercayaan diri dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya.

2. Hubungan antara penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya.
3. Hubungan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling FKIP Universitas Sriwijaya.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk:

1. Secara Teoritis

- a. Memperkaya keilmuan tentang konsep dan teori mengenai kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi berkaitan dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa.
- b. Sumber informasi yang bermanfaat bagi dunia pendidikan, hasil penelitian dapat menjadi dasar penelitian lanjutan mengenai karakteristik kepercayaan diri, karakteristik penyesuaian diri di perguruan tinggi, hubungan keduanya terhadap indeks prestasi kumulatif mahasiswa.

2. Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi lembaga berikut.

- a. Mahasiswa, sebagai informasi mengenai pentingnya kepercayaan diri bagi proses penyesuaian diri dalam pencapaian prestasi mahasiswa.
- b. Perguruan Tinggi, sebagai bahan informasi bagi FKIP khususnya UPBK mengenai pentingnya manfaat layanan bimbingan dan konseling dalam membantu meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian

diri mahasiswa di perguruan tinggi dalam upaya membantu mahasiswa mengembangkan potensi diri dan meraih prestasi.

- c. Dirjen Pendidikan Tinggi (DIKTI), sebagai bahan masukan dalam membuat kebijakan pelaksanaan bimbingan dan konseling di perguruan tinggi.
- d. Lembaga Penjamin Mutu Pendidikan (LPMP), hasil penelitian ini selanjutnya dapat dikembangkan melalui penelitian lanjutan untuk mengembangkan keilmuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling
- e. Sumbangan pemikiran dalam khazanah intelektual bagi mahasiswa Program Studi S2 Bimbingan dan Konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Padang.
- f. Bahan kajian dasar bagi peneliti lainnya untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut.

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan kesimpulan-kesimpulan sebagai berikut.

1. Kepercayaan diri mahasiswa BK UNSRI secara keseluruhan berada pada kategori cukup. Berdasarkan masing-masing untuk indikator keyakinan terhadap kemampuan diri pada kategori tinggi, indikator optimis pada kategori cukup, indikator bertanggung jawab pada kategori cukup, indikator objektif pada kategori tinggi dan indikator rasional pada kategori tinggi.
2. Penyesuaian diri di perguruan tinggi mahasiswa BK UNSRI secara keseluruhan berada pada kategori cukup. Berdasarkan masing-masing indikator untuk indikator mampu mengontrol emosi yang berlebihan berada pada kategori cukup, indikator mampu mengatasi mekanisme pertahanan diri pada kategori cukup, indikator mampu mengatasi frustrasi pribadi pada kategori cukup, indikator memiliki pertimbangan rasional dan pengarahan diri pada kategori cukup, indikator memiliki kemampuan belajar pada kategori baik, indikator kemampuan memanfaatkan pengalaman pada kategori cukup dan indikator realistis dan bersikap objektif pada kategori cukup.
3. Indeks prestasi kumulatif mahasiswa BK UNSRI cenderung berada pada kategori sangat memuaskan. Berdasarkan data nilai IPK rata-rata pada masing-masing angkatan masih berada pada rentang 2,98-3,07.

4. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Hasil ini memberikan makna bahwa kepercayaan diri mahasiswa tinggi maka indeks prestasi kumulatif mahasiswa cenderung tinggi.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Hasil ini memberikan makna bahwa jika penyesuaian diri mahasiswa baik maka indeks prestasi kumulatif mahasiswa cenderung tinggi.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa. Hasil ini memberikan makna bahwa jika kepercayaan diri mahasiswa tinggi dan penyesuaian diri mahasiswa baik maka indeks prestasi kumulatif mahasiswa cenderung tinggi. Berdasarkan hasil analisis data dapat dimaknai bahwa indeks prestasi kumulatif mahasiswa dipengaruhi oleh 53,9% kepercayaan diri mahasiswa dan penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil temuan di lapangan, mengenai kepercayaan diri dan penyesuaian diri di perguruan tinggi dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa FKIP Bimbingan dan Konseling Universitas Sriwijaya.

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini dapat dijadikan salah satu masukan dalam program Bimbingan dan Konseling di perguruan tinggi, secara lebih spesifik terkait dengan materi yang berkenaan dengan bidang

pengembangan pribadi, belajar dan sosial. Dalam upaya untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi dengan bantuan pemberian layanan BK sesuai kebutuhan mahasiswa baik oleh dosen penasihat, dosen-dosen Bimbingan dan Konseling dan dapat memanfaatkan Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) yang ada di FKIP UNSRI.

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi dosen BK atau konselor dalam upaya membantu mahasiswa meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan menyesuaikan diri dan meningkatkan indeks prestasi.

1. Implikasi terhadap Layanan Bimbingan dan Konseling

Berbagai upaya yang dapat dilakukan dosen-dosen BK dengan melaksanakan berbagai jenis kegiatan layanan diantaranya sebagai berikut.

a. Layanan Informasi

Layanan informasi diselenggarakan oleh konselor yang diikuti oleh seseorang atau peserta layanan yang mana informasi tersebut sangat penting sebagai acuan untuk bersikap, bertindak laku, sebagai pertimbangan bagi arah pengembangan diri, dan sebagai dasar pengambilan keputusan. Informasi yang diperlukan dapat diperoleh dari berbagai sumber seperti media cetak ataupun media elektronik, cara penyampaiannya bisa dilakukan dengan ceramah, tanya jawab, dan diskusi. Berdasarkan hasil penelitian, tenaga ahli BK baik dosen ataupun konselor dapat memberikan layanan informasi mengenai berbagai cara dan upaya yang dapat mahasiswa lakukan untuk

meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan menyesuaikan diri seperti: mengikuti organisasi yang ada di kampus, meningkatkan keterampilan berkomunikasi, kiat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri, cara meningkatkan motivasi belajar, memahami manfaat dan pentingnya motivasi belajar, kiat menumbuhkan semangat belajar, kiat memahami potensi diri, keterampilan dan kiat bersosialisasi di lingkungan kampus.

b. Layanan Penguasaan Konten

Layanan penguasaan konten merupakan layanan bantuan kepada individu (sendiri-sendiri atau kelompok) untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Dengan melaksanakan layanan penguasaan konten, dosen BK dan konselor dapat menanamkan konsep dan cara-cara meraih dan meningkatkan prestasi serta sukses bidang akademik. Cara-cara kiat meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus, seperti meningkatkan keterampilan berkomunikasi, kiat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri, cara meningkatkan motivasi belajar, kiat menguasai keterampilan belajar dan kiat memahami potensi diri. Salah satu contohnya melatih kemampuan mahasiswa meningkatkan keterampilan berkomunikasi

c. Layanan Konseling Perorangan

Pelaksanaan layanan konseling perorangan sangat efektif dalam membantu mahasiswa terkait dengan rendahnya kepercayaan diri dan

rendahnya kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus. Seperti mahasiswa kesulitan melakukan penyesuaian dengan suasana belajar yang ada di kampus, kurang berkonsentrasi saat mengikuti perkuliahan, malas dan sering menunda mengerjakan tugas kuliah dan pasif dalam kegiatan perkuliahan dan diskusi di kelas.

Layanan konseling perorangan ini dapat dilakukan dosen BK dan konselor dengan cara memanggil mahasiswa yang bersangkutan atau yang mengalami permasalahan, hal ini dapat diketahui dari informasi dosen pembimbing akademik, dosen-dosen pengasuh mata kuliah serta dari data indeks prestasi mahasiswa yang teradministrasi di jurusan BK. Namun tidak tertutup kemungkinan adanya kesadaran diri mahasiswa untuk mengikuti layanan konseling perorangan dan memanfaatkan keberadaan UPBK sebagai hasil dari layanan sebelumnya yang telah diberikan seperti layanan informasi secara klasikal yang pernah diberikan dosen. Dengan mengetahui permasalahan yang dialami mahasiswa terutama terkait rendahnya indeks prestasi akademik, rendahnya kepercayaan diri dan rendahnya kemampuan menyesuaikan diri dapat memudahkan mahasiswa untuk mengentaskan permasalahan rendahnya kepercayaan diri mahasiswa dan kurangnya kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan perguruan tinggi. Mahasiswa dapat memahami permasalahan yang dialami dan mampu mengentaskan masalahnya seta memiliki kemampuan

memenuhi tuntutan dan tugas seorang mahasiswa. Dengan demikian diharapkan mahasiswa akan mampu mengembangkan potensi diri dan meraih prestasi.

d. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dapat membantu dosen dan konselor dalam upaya membantu mahasiswa terkait dengan hasil penelitian mengenai kepercayaan diri dan penyesuaian diri dalam hubungannya dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa dengan memberikan topik tugas seperti kiat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri, cara menumbuhkan dan meningkatkan motivasi belajar, cara mengatasi kesulitan dalam belajar, kiat menguasai keterampilan berkomunikasi, kiat memahami dan mengembangkan potensi diri. Mahasiswa yang menjadi anggota kelompok dapat ditentukan atau dipilih dengan cara menggabungkan mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah dengan mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi atau atau mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan mahasiswa yang memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri.

2. Implikasi terhadap Program Bimbingan dan Konseling

Sebagai upaya membantu mahasiswa untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian diri hendaknya pelaksanaan layanan informasi, layanan penguasaan konten, layanan konseling

perorangan dan layanan bimbingan kelompok dapat lebih diintensifkan dan diutamakan baik dalam bentuk orientasi dan sosialisasi maupun implementasi ke dalam bentuk kegiatan yang terprogram di perguruan tinggi khususnya di program studi Bimbingan dan Konseling. Dalam hal ini diperlukan peran aktif dari ketua jurusan, ketua prodi, dosen Bimbingan dan Konseling, konselor, pihak UPBK serta mahasiswa. Temuan ini dapat menjadi masukan bagi semua pihak yang terlibat dengan proses pendidikan baik di perguruan tinggi maupun di luar perguruan tinggi seperti orangtua dan lembaga pendidikan karena dengan perhatian kedua belah pihak akan menjadikan mahasiswa sebagai individu yang percaya diri dan matang, dapat bersosialisasi dengan baik, mandiri mempersiapkan masa depan dan mampu meraih prestasi.

a. Perencanaan Kegiatan

Dalam perencanaan kegiatan yang perlu dipersiapkan oleh dosen BK/konselor yaitu sebagai berikut.

1. Mengatur jadwal dan tempat pelaksanaan layanan informasi, penguasaan konten, konseling perorangan dan bimbingan kelompok .
2. Melakukan layanan-layanan Bimbingan dan Konseling secara klasikal ataupun individu.
3. Dosen BK/konselor harus mampu menentukan materi layanan informasi yang tepat sesuai dengan permasalahan indeks prestasi kumulatif yang diperoleh mahasiswa, kepercayaan diri dan penyesuaian diri mahasiswa. Oleh karena itu kemampuan dosen

BK/konselor dalam menentukan materi layanan dalam layanan informasi, topik bahasan dalam layanan bimbingan kelompok ataupun penguasaan keterampilan yang tepat sesuai dengan permasalahan mahasiswa dalam layanan penguasaan konten serta ketepatan mengidentifikasi masalah yang dialami mahasiswa secara tepat dalam pelaksanaan konseling perorangan merupakan faktor yang sangat penting dalam menunjang efektivitas pelaksanaan berbagai layanan tersebut.

Dosen BK/konselor hendaknya melakukan identifikasi masalah mahasiswa secara tepat, sehingga akan mempermudah dalam menentukan jenis layanan yang tepat dengan masalah yang dialami mahasiswa.

4. Mempersiapkan segala sesuatu untuk layanan informasi, penguasaan konten, konseling perorangan dan bimbingan kelompok.
5. Menginformasikan rencana pelayanan kepada mahasiswa.

b. Pelaksanaan Kegiatan

Adapun pelaksanaan kegiatan yaitu sebagai berikut.

1. Pemberian layanan informasi dilakukan secara kelompok dan klasikal, layanan penguasaan konten secara individu ataupun kelompok, layanan konseling perorangan secara individu dan layanan bimbingan kelompok secara kelompok.

2. Melaksanakan tujuan dari pemberian layanan informasi, penguasaan konten, konseling perorangan dan bimbingan kelompok yang dilakukan.
3. Menyampaikan layanan:
 - a. Dalam layanan informasi, materi yang sesuai dengan permasalahan yang dialami mahasiswa disampaikan dengan menggunakan media yang menarik. Sebaiknya menyelenggarakan layanan informasi dengan menggunakan media yang dilaksanakan secara berkelanjutan dan dilaksanakan dengan perencanaan yang matang. Melalui layanan informasi mahasiswa memahami cara untuk meningkatkan kepercayaan diri, meningkatkan kemampuan penyesuaian diri dan membantu mahasiswa untuk meningkatkan indeks prestasi kumulatif serta dapat membantu mencegah dan mengentaskan masalah mahasiswa terkait dengan kepercayaan diri dan penyesuaian diri mahasiswa di perguruan tinggi.
 - b. Dalam layanan penguasaan konten individu (sendiri-sendiri atau kelompok) dibantu untuk menguasai kemampuan atau kompetensi tertentu melalui kegiatan belajar. Dengan melaksanakan layanan penguasaan konten, dosen BK dan konselor dapat menanamkan konsep dan cara-cara meraih dan meningkatkan prestasi serta sukses bidang akademik. Mahasiswa dapat belajar menguasai suatu kompetensi untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus,

seperti meningkatkan keterampilan berkomunikasi, kiat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri, cara meningkatkan motivasi belajar, kiat menguasai keterampilan belajar dan kiat memahami potensi diri. Salah satu contohnya melatih kemampuan mahasiswa meningkatkan keterampilan berkomunikasi.

- c. Dalam layanan konseling perorangan sangat efektif dalam membantu mahasiswa terkait dengan rendahnya kepercayaan diri dan rendahnya kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus. Layanan konseling perorangan dapat diberikan untuk mahasiswa yang teridentifikasi mengalami masalah seperti kesulitan melakukan penyesuaian dengan suasana belajar yang ada di perguruan tinggi, kesulitan berkonsentrasi saat mengikuti perkuliahan, malas dan sering menunda mengerjakan tugas kuliah, pasif dalam kegiatan perkuliahan dan diskusi di kelas.

Layanan konseling perorangan ini dapat dilakukan dosen BK dan konselor dengan cara memanggil mahasiswa yang bersangkutan atau yang mengalami permasalahan, hal ini dapat diketahui dari informasi dosen pembimbing akademik, dosen-dosen pengasuh mata kuliah serta dari data indeks prestasi mahasiswa yang teradministrasi di jurusan BK. Namun tidak tertutup kemungkinan adanya kesadaran diri mahasiswa untuk mengikuti layanan

konseling perorangan dan memanfaatkan keberadaan UPBK sebagai hasil dari layanan sebelumnya yang telah diberikan seperti layanan informasi secara klasikal yang pernah diberikan dosen.

d. Layanan Bimbingan Kelompok

Layanan bimbingan kelompok dapat membantu dosen dan konselor dalam upaya membantu mahasiswa terkait dengan hasil penelitian mengenai kepercayaan diri dan penyesuaian diri dalam hubungannya dengan indeks prestasi kumulatif mahasiswa dengan memberikan topik tugas seperti kiat menumbuhkan dan meningkatkan kepercayaan diri, cara menumbuhkan dan meningkatkan motivasi belajar, cara mengatasi kesulitan dalam belajar, kiat menguasai keterampilan berkomunikasi, kiat memahami dan mengembangkan potensi diri. Mahasiswa yang menjadi anggota kelompok dapat ditentukan atau dipilih dengan cara menggabungkan mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri rendah dengan mahasiswa yang memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi atau mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan mahasiswa yang memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menyesuaikan diri di perguruan tinggi.

c. Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan dilakukan untuk mengetahui bagaimana pemahaman sasaran layanan terhadap layanan yang telah diterimanya. Evaluasi ini dilakukan melalui tahapan penilaian segera (*laissez*) yaitu penilaian dilakukan untuk mengetahui sejauh mana sasaran layanan telah mengerti dan memahami informasi yang baru ataupun keterampilan baru yang diperolehnya atau BMB3 (*berpikir, merasa, bersikap, bertindak, dan bertanggungjawab*). Penilaian jangka pendek (*laijapan*) yaitu penilaian yang dilakukan dalam jangka waktu satu sampai dua bulan. Penilaian jangka panjang (*laijapan*) yaitu penilaian yang dilakukan dalam jangka waktu satu bulan sampai satu semester. Ketika terdapat permasalahan terkait dengan kepercayaan diri dan penyesuaian diri serta indeks prestasi mahasiswa, dosen-dosen BK/konselor dapat memberikan keempat layanan tersebut. Layanan bimbingan dan konseling diberikan dengan harapan dapat membantu mahasiswa mengatasi dan meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan penyesuaian diri sehingga mahasiswa dapat meraih prestasi yang lebih tinggi. Dalam pemberian layanan dosen BK/konselor hendaknya dapat memperhatikan karakteristik mahasiswa dan masalah-masalah yang dialami mahasiswa, sehingga layanan yang diberikan akan lebih efektif.

d. Tindak Lanjut

Hasil evaluasi terhadap proses kegiatan layanan informasi terlebih dahulu dituangkan dalam laporan pelaksanaan program (LAPELPROG) secara sistematis. Selanjutnya dianalisis kekurangan layanan yang harus diperbaiki serta mencari strategi yang tepat dan lebih menarik dalam membantu permasalahan mahasiswa.

C. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan hasil penelitian, kesimpulan hasil penelitian dan implikasi penelitian yang telah diuraikan maka dikemukakan beberapa saran yang dapat direkomendasikan sebagai tindak lanjut dari penelitian yaitu sebagai berikut.

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa diharapkan dapat menyadari berbagai masalah yang dialami, berusaha dapat meningkatkan rasa percaya terhadap kemampuan diri sendiri, membangun sikap optimis dan menumbuhkan rasa tanggung jawab di dalam dirinya. Selain itu mahasiswa berusaha untuk mampu berpikir lebih realistis dan mampu bersikap objektif serta berusaha meningkatkan kemampuan meminimalkan mekanisme pertahanan diri sehingga dapat mengatasi berbagai masalah dalam menyesuaikan diri. Mahasiswa diharapkan dapat berusaha meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan penyesuaian diri dan indeks prestasi kumulatif. Mahasiswa yang mengalami masalah berkaitan dengan kepercayaan diri, penyesuaian diri dan indeks prestasi dapat mengikuti berbagai layanan BK. Mahasiswa

diharapkan dapat memanfaatkan keberadaan Unit Pelayanan Bimbingan dan Konseling (UPBK) untuk mendapatkan pelayanan BK sebagai salah satu usaha yang dapat dilakukan mahasiswa untuk membantu mengentaskan masalah yang dialami secara efektif.

2. Bagi Dosen BK atau konselor

Bagi dosen BK atau konselor agar dapat memberikan berbagai layanan Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan meraih prestasi. Selain itu diharapkan dosen atau konselor dapat membantu merekomendasikan kepada mahasiswa untuk dapat memanfaatkan pelayanan UPBK dalam membantu mahasiswa yang mengalami masalah.

3. Bagi Perguruan Tinggi

Sebagai bahan informasi bagi pihak UPBK dan FKIP hendaknya pemberian layanan Bimbingan dan Konseling dalam meningkatkan kepercayaan diri, kemampuan penyesuaian diri dan indeks prestasi mahasiswa. Unit Pelayan Bimbingan dan Konseling dapat membuat program-program untuk membantu mahasiswa melalui pemberian pelayanan kepada setiap mahasiswa yang membutuhkan, baik perorangan maupun kelompok.

4. Bagi DIKTI

Sebagai masukan dan bahan pertimbangan dalam membuat kebijakan pelaksanaan Bimbingan dan Konseling pada lembaga pendidikan pada umumnya dan khususnya di perguruan tinggi.

5. Bagi LPMP

Sebagai masukan, hasil penelitian ini dapat dikembangkan melalui penelitian lanjutan untuk mengembangkan keilmuan khususnya dalam bidang Bimbingan dan Konseling.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dalam peningkatan mutu pendidikan, maka diperlukan pengkajian intensif. Perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan pendekatan kualitatif, sehingga dapat memperdalam, memperjelas dan memberikan temuan yang baru terkait dengan kepercayaan diri, penyesuaian diri dan indeks prestasi mahasiswa. Selain itu dapat juga dilakukan dengan pendekatan eksperimen untuk meningkatkan kepercayaan diri dan meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam penyesuaian diri.

DAFTAR RUJUKAN

- Afiatin, T dan Mulyani, S. 1998. "Peningkatan Kepercayaan Diri Remaja Melalui Konseling Kelompok". *Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*. Vol. III, No 6. (<http://repository.library.ugm.ac.id/.pdf>, 18 September 2013).
- Agustiani, H. 2006. *Psikologi Perkembangan: Pendekatan ekologi kaitannya dengan konsep diri dan penyesuaian diri pada remaja*. Bandung: Refika Aditama.
- Ahmadi, A dan Widodo, S. 2004. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ali, M dan Asrori, M. 2004. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Anthony, R. 1992. *Rahasia Membangun Kepercayaan Diri*. Terjemahan oleh: Rita Wiryadi. Jakarta: Binarupa Aksara.
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. 2002. *Tes Prestasi: Fungsi pengembangan pengukuran prestasi belajar*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 2008. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Baharuddin dan Makin, M. 2004. *Pendidikan Humanistik*. Jakarta: AR-RUZZ Media.
- Bahri, D. S. 2002. *Psikologi Belajar*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Balke, E. 2002. *Know Your Self*. Terjemahan oleh: Hari Wahyudi. Jakarta: Gramedia.
- Bloom, B. S. 2007. "Taxonomy of Educational Objectives". *Beyond The Journal*. (http://en.wikipedia.org/wiki/Bloom's_Taxonomy#Cognitive, diakses 28 Desember 2013).
- Bunker, B. 1983. "Self confidence dan influence strategis: An organizational stimulation". *Journal of Personality An Social Psychology*. Vol. 44, No 2, hal: 322-333 USA APA Inc. (<http://en.wikipedia.socialpsychology>, diakses 20 Desember 2012).
- Chaplin, J. P. 2005. *Kamus Lengkap Psikologi*. Terjemahan oleh: Kartini Kartono. Jakarta: Raja Grafindo.