

**SKRIPSI**

**PENGARUH *SELF-AWARENESS* DAN *SELF-IMAGE* DALAM  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA  
KEPERAWATAN (D3) STIKES WIRA HUSADA  
YOGYAKARTA**

Disusun Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Keperawatan



**Oleh:**

**RUBEN LETLORA**

**KP.18.01.311**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN (S1) DAN NERS  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

**2022**

**HALAMAN PENGESAHAN**

**SKRIPSI**

**PENGARUH *SELF-AWARENESS* DAN *SELF-IMAGE* DALAM  
MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA KEPERAWATAN  
(D3) STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

**Disusun Oleh :**

Ruben Letlora  
KP.18.01.311

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji  
Pada tanggal 26 Juli 2022

**Susunan Dewan Penguji**

**Ketua Dewan Penguji**

Yuni Very Anto, S.Kep, Ns., M.Kep



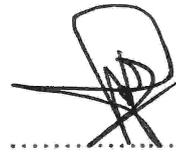
**Pembimbing Utama/Penguji I**

Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.KJ



**Pembimbing Pendamping/Penguji II**

Drh. Ignatius Djuniarto, S.Kep., MMR



**Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**

Yogyakarta, 14 08 2022 Agustus 2022

**Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Ners**



## PERNYATAAN KEASLIAN

**Yang bertanda tangan dibawah ini:**

**Nama** : Ruben Letlora  
**Nomor Induk Mahasiswa** : KP.18.01.311  
**Program Studi** : Ilmu Keperawatan dan Ners

**Menyatakan bahwa skripsi dengan judul:**

Pengaruh *Self-Awareness* Dan *Self-Image* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta

Adalah hasil karya sendiri dan sepengetahuan saya belum pernah dipublikasikan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Husada Yogyakarta maupun Institusi lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila dikemudian hari apa yang saya nyatakan tidak benar maka saya siap menerima sanksi akademik berupa pembatalan kelulusan dan pencabutan ijazah beserta gelar yang melekat.

19082022

Yogyakarta, Agustus 2022

**Mengetahui**

**Pembimbing Utama/Penguji 1**



Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.KJ

**Yang Menyatakan**



Ruben Letlora

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karuniaNya Penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Self-Awareness* Dan *Self-Image* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta”.

Adapun penelitian ini disusun untuk memenuhi ketentuan melakukan penyusunan skripsi sebagai persyaratan mahasiswa memperoleh gelar sarjana keperawatan di STIKES Wira Husada Yogyakarta.

Penulisan penelitian ini tidak lepas dari berbagai macam hambatan dan kesulitan, namun berkat bantuan, bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, akhirnya penelitian ini dapat terselesaikan. Maka dalam kesempatan ini Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dra. Ning Rintiswati, M.Kes., selaku ketua STIKES Wira Husada Yogyakarta.
2. Yuli Ernawati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan & Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta.
3. Ns. Nur Anisah, S.Kep., M.Kep. Sp.KJ., selaku pembimbing utama yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran dalam penulisan penelitian ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
4. Drh. Ignatius Djuniarto, S.Kep., MMR., selaku pembimbing pendamping yang telah dengan sabar memberikan bimbingan, pengarahan, dan saran dalam penulisan penelitian ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.
5. Yuni Very Anto, S.Kep.,Ns.,M.Kep., selaku dosen penguji yang memberikan petunjuk dan pengarahan untuk perbaikan usulan penelitian ini.
6. STIKES Wira Husada Yogyakarta yang telah memberikan izin dan sebagai lokasi penelitian.

7. Kedua orang tua tercinta Bapak Yopi Letlora dan Mama Lin Taliak, yang sudah memberikan dukungan, motivasi, kasih sayang serta mendoakan saya dalam menyusun tugas akhir saya.
8. Sahabat-sahabat serta teman-teman Program Studi Ilmu Keperawatan Angkatan 2018 STIKES Wira Husada Yogyakarta, serta seluruh pihak yang turut serta memberikan dukungan dan bantuannya hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Akhir kata penulis mengharapkan agar skripsi ini bermanfaat bagi penulis sendiri dan khususnya bagi pembaca pada umumnya serta dapat menjadi sumbangan terhadap ilmu pengetahuan.

Yogyakarta, Januari 2022

Penulis

# **PENGARUH *SELF-AWARENESS* DAN *SELF-IMAGE* DALAM MENINGKATKAN KEPERCAYAAN DIRI MAHASISWA KEPERAWATAN (D3) STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

**Ruben Letlora<sup>1</sup>, Nur Anisah<sup>2</sup>, Ignatius Djuniarto<sup>3</sup>**

## **INTISARI**

**Latar belakang:** Kepercayaan diri merupakan aset dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kepentingan sendiri. Dengan rasa percaya diri mahasiswa lebih berani mengungkapkan pendapat di depan umum dan nantinya akan mampu menjalani peran dan fungsi sebagai perawat ketika bekerja. Kepercayaan diri dapat ditingkatkan dengan *self awareness* dan *self image* yang positif.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh *self awareness* dan *self image* dalam meningkatkan kepercayaan diri mahasiswa D3 Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *pre eksperimen* dengan pendekatan *one-group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa D3 Keperawatan di STIKES Wira Husada Yogyakarta angkatan 2019, 2020 dan 2021. Sampel penelitian ini berjumlah 30 mahasiswa Angkatan 2019 dan 2021. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner *self awareness*, MBSRQ-AS yang dikemukakan oleh (Seawell dan Burg, 2005) dan kuesioner kepercayaan diri yang telah dilakukan uji kesahihan dan keandalan.

**Hasil:** Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan sebelum dan sesudah *self awareness* dan *self image* diintervensi *cognitive behavior therapy* (CBT) yaitu sebelum diberikan terapi CBT, 53,3% mahasiswa memiliki kepercayaan diri negatif dan 46,7% mahasiswa memiliki kepercayaan diri positif. Setelah diberikan terapi CBT mengalami peningkatan kepercayaan diri, sebanyak 90,0% mahasiswa memiliki kepercayaan diri positif dan mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri negatif berkurang menjadi 10,0%.

**Kesimpulan:** Ada pengaruh *self awareness* dan *self image* dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa D3 Keperawatan STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Kata Kunci:** *Self awareness*, *Self image*, Kepercayaan diri, Mahasiswa, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

---

<sup>1</sup>Mahasiswa S1 Ilmu keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen S1 Ilmu keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Dosen S1 Ilmu keperawatan dan Ners STIKES Wira Husada Yogyakarta

**THE EFFECT OF *SELF-AWARENESS* AND *SELF-IMAGE* IN  
INCREASING SELF CONFIDENCE OF NURSING STUDENTS  
(D3) STIKES WIRA HUSADA YOGYAKARTA**

**Ruben Letlora<sup>1</sup>, Nur Anisah<sup>2</sup>, Ignatius Djuniarto<sup>3</sup>**

**ABSTRACT**

**Background :** Self-confidence is a person's basic asset in fulfilling various self-interests. With self-confidence, students are more daring to express their opinions in public and later will be able to carry out their roles and functions as nurses when working. Self-confidence can be increased by a positive self-awareness and self-image.

**Objective:** To determine the effect of self awareness and self image in increasing self-confidence of D3 Nursing students of STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Method:** This research is a quantitative research with the type of pre-experimental with a one-group pretest-posttest design approach. The population in this study were D3 Nursing students at STIKES Wira Husada Yogyakarta batch 2019, 2020 and 2021. The sample of this study consisted of 30 students from the 2019 and 2021 classes. The research instrument used was the self awareness, MBSRQ-AS proposed by (Seawell and Burg, 2005) and a self-confidence questionnaire that has been tested for validity and reliability.

**Results:** The results of the research conducted showed that there are differences before and after self-awareness and self-image intervention by cognitive behavior therapy (CBT). Before being given CBT therapy, 53.3% of students have negative self-confidence and 46.7% of students have positive self-confidence. After being given CBT therapy, their self-confidence increased, as many as 90.0% of students have positive self-confidence and students who had negative self-confidence decreased to 10.0%.

**Conclusion:** There is an effect of self-awareness and self-image in improving Self Confidence of D3 Nursing Students of STIKES Wira Husada Yogyakarta.

**Keywords:** Self awareness, Self image, Self-confidence, Students, *Cognitive Behavior Therapy* (CBT)

---

<sup>1</sup>Student of Nursing Science Study Program STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

<sup>3</sup>Lecturer of STIKES Wira Husada Yogyakarta

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>INTISARI</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Ruang Lingkup .....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Keaslian Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>10</b>
A. Landasan Teori .....	10
B. Kerangka Teori .....	29
C. Kerangka Konsep.....	30
D. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>31</b>
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian.....	31
B. Waktu Dan Tempat Penelitian.....	31
C. Populasi Dan Sampel.....	32
D. Variabel Penelitian.....	33
E. Definisi Operasional .....	33
F. Alat Penelitian .....	34

G. Uji Kesahihan dan Keandalan .....	38
H. Analisis Data.....	40
I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian.....	42
J. Etika Penelitian.....	44
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>46</b>
A. Hasil Penelitian.....	46
B. Pembahasan .....	49
C. Keterbatasan Penelitian .....	53
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>54</b>
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>56</b>
<b>L A M P I R A N.....</b>	<b>60</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Data Jumlah Populasi Mahasiswa.....	32
Tabel 2. Definisi Operasional Variabel.....	33
Tabel 3. Kisi-Kisi Kuesioner <i>Self-Awareness</i> .....	35
Tabel 4. Kisi-Kisi Kuesioner Citra Diri ( <i>Self-Image</i> ) .....	36
Tabel 5. Kisi-Kisi Kuesionaer Kepercayaan Diri .....	37
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin .....	46
Tabel 7. Hasil Uji Normalitas Pengaruh <i>self awareness</i> dan <i>self image</i> Terhadap Kepercayaan Diri Mahasiswa.....	47
Tabel 8. Analisa Pengaruh <i>Self Awareness</i> dan <i>Self Image</i> dalam meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa.....	48

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	29
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Modul <i>Cognitive Behavior Therapy</i> (CBT).....	61
Lampiran 2. Protokol Penelitian .....	79
Lampiran 3. Lembar <i>Ethical Clearance</i> .....	80
Lampiran 4. Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	83
Lampiran 5. Surat Izin Studi Pendahuluan .....	84
Lampiran 6. Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas.....	85
Lampiran 7. Surat Persetujuan Uji Validitas dan Reliabilitas.....	86
Lampiran 8. Surat Permohonan Pengajuan <i>Ethical Clearance</i> .....	87
Lampiran 9. Surat Keterangan Kelaiakan Etik ( <i>Ethical Clearance</i> ).....	88
Lampiran 10. Surat Permohonan Menjadi Responden .....	89
Lampiran 11. Surat Persetujuan Menjadi Asisten.....	90
Lampiran 12. Jadwal Penelitian .....	91
Lampiran 13. Kuesioner <i>Self Awareness</i> .....	92
Lampiran 14. Skala Citra Diri ( <i>Self Image</i> ) .....	94
Lampiran 15. Kuesioner Kepercayaan Diri .....	95
Lampiran 16. Uji Normalitas .....	97
Lampiran 17. Uji Univariat .....	98
Lampiran 18. Uji Bivariat .....	99
Lampiran 19. Hasil Uji Kesahihan dan Keandalan.....	99
Lampiran 20. Dokumentasi Penelitian.....	104

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kepercayaan diri merupakan aset dasar seseorang dalam memenuhi berbagai kepentingan sendiri. Dengan memahami dan meyakini bahwa setiap manusia memiliki kelebihan dan kekurangan masing-masing merupakan salah satu Langkah pertama dan utama dalam membangun rasa percaya diri. Kepercayaan diri merupakan modal dasar yang sangat penting yang seharusnya dimiliki oleh semua orang. Dengan rasa percaya diri seseorang akan mampu menggapai semua keinginan dalam hidupnya (Rindiasari et al, 2021)

Kepercayaan diri merupakan suatu bagian dari kehidupan yang penting dan berharga karena dengan kepercayaan diri seseorang akan lebih mampu dan berani dalam menyampaikan pendapat didepan orang banyak dan lebih percaya dengan kemampuan yang dimilikinya. Setiap individu memiliki kepercayaan diri yang berbeda-beda. Sebagai individu, ada yang merasa penuh percaya diri, sedangkan individu yang lain merasa kurang percaya diri (Indriawati, 2018).

Menurut Bandura, psikolog dan peneliti dari Stanford University, kepercayaan diri adalah “rasa percaya terhadap kemampuan diri dalam menyelesaikan tugas-tugas dengan baik, tanpa adanya rasa takut dan cemas” (Asiyah et al, 2019). Kurangnya kepercayaan diri timbul karena individu dihantui perasaan tidak mampu sebelum mencoba, mengakibatkan kurangnya kekuatan mental dalam menghadapi peristiwa serta kurang percaya pada diri sendiri. Oleh karena itu kepercayaan diri sangat penting dan sangat dibutuhkan bagi setiap individu, terutama mahasiswa.

Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang dalam proses belajar dan terdaftar sedang menjalani Pendidikan pada perguruan tinggi yang terdiri dari sekolah tinggi, akademik, politeknik, institut, dan universitas

(Sholichah et al, 2018). Aktivitas dan tugas mahasiswa sebagai seorang peserta didik adalah belajar yaitu belajar ilmu pengetahuan, berorganisasi, bermasyarakat serta belajar menjadi pemimpin untuk mencapai kesuksesan dalam hidupnya. Mahasiswa sering disebut sebagai kelompok cendekiawan dan golongan intelektual yang memegang beban berat di pundak untuk menentukan nasib masa depan bangsa (Sagita et al, 2017).

Mahasiswa dalam melaksanakan aktifitas akademiknya yang padat bisa saja timbul berbagai permasalahan. Permasalahan yang muncul disebabkan karena banyaknya kegiatan yang dikerjakan, banyaknya tuntutan yang harus dipenuhi, tugas kuliah yang menumpuk, dan manajemen waktu yang tidak baik. Namun sebagai seorang mahasiswa dengan kapasitasnya yang lebih tinggi diharapkan mampu memahami, memetakan permasalahan dan memilih solusi yang terbaik untuk permasalahan tersebut (Sagita et al., 2017)

Berdasarkan hasil penelitian (Fitri et al, 2018). Tingkat kecemasan dan kurang percaya diri rendah banyak dialami oleh mahasiswa sebesar 62%. Kepercayaan diri mahasiswa dalam pembelajaran klinik dalam kondisi sedang, hal tersebut disebabkan oleh kecemasan, kurang percaya diri saat di depan pasien baik saat berkomunikasi dengan pasien maupun saat menjalankan asuhan keperawatan.

Mahasiswa keperawatan dituntut dapat berpikir kritis untuk memproses data yang kompleks dan membuat keputusan yang cerdas mengenai perencanaan dan pengelolaan. Mengingat berpikir kritis penting dalam pembuatan keputusan, *problem solving* dan *clinical judgment*. Kepercayaan diri mempengaruhi hampir setiap aspek kehidupan individu, dari kemampuan individu untuk berpikir optimis dan bertahan melalui kesulitan, serta pengembangan rasa percaya diri adalah komponen utama pengambilan keputusan yang benar dalam konteks klinis (Patmawati et al, 2018).

Rasa percaya diri juga dapat dipengaruhi oleh kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. Mahasiswa yang memiliki sifat percaya diri

yang tinggi akan mudah berinteraksi dengan mahasiswa lainnya, mampu mengeluarkan pendapat tanpa ada keraguan dan menghargai pendapat orang lain, mampu bertindak dan berpikir positif dalam pengambilan keputusan, sebaliknya mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri yang rendah akan sulit untuk berkomunikasi, berpendapat, dan akan merasa bahwa dirinya tidak dapat menyaingi mahasiswa yang lain. Sifat kepercayaan diri ini juga dapat mempengaruhi kemampuan dan keterampilan yang dimiliki mahasiswa (Syam, 2017).

Banyak faktor yang berpengaruh terhadap kepercayaan diri, diantaranya adalah, Konsep diri. Brooks (dalam Rakhmat, 1992) mengatakan bahwa konsep diri adalah pandangan dan perasaan individu tentang diri sendiri baik yang bersifat fisik, sosial maupun psikologis yang diperoleh individu berdasarkan pengalaman dan interaksi individu dengan individu yang lain. Konsep diri merupakan bentuk kepercayaan, perasaan, dan penilaian yang diyakini individu tentang dirinya sendiri dan mempengaruhi proses interaksi dengan lingkungan sekitar. Konsep diri tidaklah langsung dimiliki ketika seseorang lahir didunia melainkan suatu rangkaian proses yang terus berkembang dan membedakan individu yang satu dengan yang lainnya. Individu yang memiliki konsep diri yang positif yakin akan kemampuannya dalam menghadapi masalah-masalah dan memiliki kepercayaan diri. Sedangkan individu yang memiliki konsep diri yang negatif cenderung peka terhadap kritik dan pesimis terhadap kompetisi sehingga kurang memiliki kepercayaan pada diri sendiri (Pambudi & Wijayanti, 2012).

Pada beberapa penelitian yang dilakukan sebelumnya diperoleh hasil yang cukup mencengangkan. Dalam penelitian-penelitian tersebut diketahui bahwa konsep diri pada mahasiswa didominasi dengan konsep diri kurang. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Hariyanto dan Agustinus (2010) dengan sampel 126 mahasiswa FK Unika Atma Jaya (UAJ) angkatan 2007 berusia 18-24 tahun didapatkan hasil bahwa mahasiswa mengalami kecenderungan *low self-esteem* dengan persentase sebesar 62,7%. Pada

penelitian lain yang dilakukan oleh Jamaludin, Mazila, dan Aminuddin (2011) di Malaysia dengan sampel 106 mahasiswa Universitas Putra Malaysia (UPM) didapatkan hasil sebesar 85,5% (91 Mahasiswa) memiliki low identity reflection dan hanya 14,2% (15 mahasiswa) yang memiliki high identity reflection. Hasil yang didapat dari segi tingkat konsep diri mahasiswa juga menunjukkan hasil yang tidak jauh berbeda, sebanyak 84,9% (90 mahasiswa) memiliki konsep diri negatif dan hanya sebanyak 15,1% (16 mahasiswa) yang memiliki konsep diri positif (Pambudi & Wijayanti, 2012)

Citra diri (*self-image*) yang merupakan komponen konsep diri adalah gambaran mengenai tubuh dibentuk dalam pikiran, hal itu dimaksudkan untuk menyatakan suatu cara penampilan tubuh bagi diri sendiri yang meliputi perasaan tentang tubuh seperti kuat atau lemah, besar atau kecil, cantik atau jelek, dan tinggi atau pendek. Maka dari itu setiap individu diharuskan untuk mampu membangun citra diri yang positif, dan citra diri yang positif tidak hanya menyangkut perihal bentuk tubuh dan penampilan fisik namun juga menyangkut perihal perasaan, sikap, perilaku, dan aktivitas pada diri individu (Ramadhani & Putrianti, 2017)

Sehubungan dengan kepercayaan diri, mahasiswa penting untuk memiliki kesadaran diri dalam menghadapi masalah yang muncul akibat adanya kurang percaya diri. Kesadaran diri (*Self-awareness*) merupakan keadaan dimana individu dapat memahami dirinya sendiri baik perasaan, maupun pikiran. Individu yang berada dalam kesadaran diri memiliki kemampuan untuk mengontrol diri. Oleh karena itu, kesadaran diri bagi mahasiswa keperawatan sangat dibutuhkan dan harus ditumbuhkan sejak ia berada di bangku perkuliahan, mengingat bahwa mahasiswa keperawatan merupakan calon perawat yang nantinya akan selalu berinteraksi dengan klien yang memiliki latar belakang budaya dan sifat yang beragam (Yudiana, Kosasih, & Harun, 2019).

Studi pendahuluan dilakukan pada tanggal 22 November 2021 di STIKES Wira Husada Yogyakarta. Berdasarkan data dari Badan Akademik untuk mahasiswa aktif Program Studi Keperawatan (D3) sebanyak 52 mahasiswa berdasarkan kriteria, Angkatan 2021 sebanyak 23 mahasiswa, Angkatan 2020 sebanyak 13 mahasiswa dan Angkatan 2019 sebanyak 16 mahasiswa. Dari hasil wawancara dengan 6 mahasiswa didapati bahwa 5 dari 6 mahasiswa mengalami rasa tidak percaya diri terhadap beberapa hal, diantaranya terkait aktifitas akademik yaitu tugas akhirnya dan praktik lapangan, 4 dari 5 mahasiswa mengatakan ragu dengan dirinya sendiri karena belum juga turun ke lahan praktik lapangan sementara mahasiswa semester 3 untuk pogram studi (S1) sudah melakukan praktik lapangan, 1 dari 5 mahasiswa megatakan tidak percaya diri dengan tugas akhir apakah bisa diselesaikan dengan tepat waktu. Perasaan tidak percaya diri tersebut membuat mereka mengalami beberapa hal yang mengganggu aktifitas akademik seperti menjadi tidak semangat dalam mengerjakan tugas akhir, atau saat mengikuti perkuliahan. Beberapa hal coba dilakukan untuk mengatasi masalah tersebut diantaranya dengan mencoba tidak memikirkannya, melakukan aktifitas yang menyenangkan dan mencari kesibukan dengan teman, namun kegiatan-kegiatan tersebut masih belum bisa menghilangkan rasa tidak percaya diri yang dirasakan.

Sesuai dengan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Self-Awareness* dan *Self-Image* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar Belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada “Pengaruh *Self-Awareness* dan *Self-Image* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta”?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh *Self-Awareness* Dan *Self-Image* Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) STIKES Wira Husada Yogyakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Pengaruh *Self-Awareness* dan *Self-Image* dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan (D3) di STIKES Wira Husada Yogyakarta sebelum diintervensi dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT).
- b. Mengetahui Karakteristik Responden Mahasiswa Keperawatan (D3) di STIKES Wira Husada Yogyakarta setelah diintervensi dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT).

### **D. Ruang Lingkup**

#### 1. Bidang Ilmu

Penelitian ini terkait dengan ilmu keperawatan kesehatan jiwa yaitu *self-awareness*, *self-image* dan kepercayaan diri pada mahasiswa.

#### 2. Responden

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa Keperawatan (D3) angkatan 2019, 2020, 2021 STIKES Wira Husada Yogyakarta.

#### 3. Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di gedung kampus STIKES Wira Husada Yogyakarta.

#### 4. Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Februari – Juni 2022.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai pengembangan untuk wacana dan ilmu pengetahuan terutama bagi keperawatan jiwa. Dari hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk salah satu sumber bacaan penelitian dan pengembangan ilmu tentang *Self Awareness*, *Self Image* dan Kepercayaan Diri.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta

Dapat bermanfaat sebagai sumber referensi di perpustakaan dalam rangka menambah informasi tentang pengaruh kesadaran diri (*self-awareness*) dan gambaran diri (*self-image*) terhadap kepercayaan diri.

#### b. Bagi Responden

Dari hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan untuk menambah wawasan kepada mahasiswa untuk mengenal atau memiliki kesadaran diri atas apa yang sebenarnya dimiliki dan juga untuk mengidentifikasi potensi diri dalam meningkatkan kepercayaan diri.

#### c. Bagi Peneliti/Peneliti Lain

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang *self awareness*, *self image* dan kepercayaan diri.

## **F. Keaslian Penelitian**

1. Penelitian Qowimah dkk., (2021) tentang “Hubungan *Self Confidence* dan *Self Awareness* dengan Komunikasi Efektif pada Mahasiswa”. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan kuesioner. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *simple random* sampling. Analisis data penelitian ini menggunakan teknik

analisis regresi linier berganda. Hasil uji hipotesis didapatkan kesimpulan bahwa *self confidence* dan *self awareness* berhubungan positif terhadap variabel komunikasi efektif. Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel penelitian. Sedangkan perbedaannya yaitu, teknik sampling dan lokasi penelitian.

2. Penelitian Amma, Widiani, & Trishinta, (2017) tentang “Hubungan Citra Diri Dengan Tingkat Kepercayaan Diri Remaja Di SMKN 11 Malang Kelas XI” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan citra diri terhadap tingkat kepercayaan diri remaja siswa–siswi SMKN 11 Malang kelas XI. Desain penelitian menggunakan desain korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 36 remaja, sampel penelitian ditentukan dengan teknik sampel jenuh sehingga semua populasi dijadikan sampel. Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner. Metode analisa data yang di gunakan yaitu uji spearmen rank dengan menggunakan SPSS. Hasil uji spearmen rank didapatkan  $p\text{-value} = (0,000) < (0,050)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara citra diri terhadap tingkat kepercayaan diri remaja siswa–siswi SMKN 11 Malang kelas XI. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel yang diteliti. Sedangkan perbedaannya yaitu sasaran dan besar sampel penelitian.
3. Penelitian Ramadhani, T N & Putrianti, F G. (2014). Tentang “Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir”. penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan Kepercayaan Diri dengan Citra diri pada Remaja Akhir. Subjek penelitian adalah mahasiswa dan mahasiswi aktif Fakultas Psikologi Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa Yogyakarta yang berusia berkisar 18 sampai 22 tahun yang berjumlah 90 orang. Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian korelasi *product-moment pearson*. Peneliti menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data menggunakan skala kepercayaan diri dan citra diri. Kepercayaan diri

terdiri dari 60 item dan skala citra diri terdiri dari 56 item dari Suryani (2009). Hasil penelitian ini menunjukkan adanya koefisien korelasi sebesar 0,236 dan tingkat signifikansi 0,025 ( $p < 0,05$ ). Artinya hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif kepercayaan diri dengan citra diri dapat diterima. Persamaan dalam penelitian ini terletak pada variabel yang diteliti (*self-image*). Sedangkan perbedaannya yaitu, jumlah sampel dan lokasi penelitian.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan data dan pembahasan yang telah dikemukakan pada BAB IV dapat diambil simpulan bahwa :

1. Karakteristik umur pada responden paling banyak yaitu kategori 19-21 tahun (63,3%), sedangkan untuk karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, paling banyak yaitu 90,0% berjenis kelamin perempuan.
2. Kepercayaan diri responden sebelum *self awareness* dan *self image* diintervensi dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT), 53,3% responden memiliki kepercayaan diri positif.
3. Kepercayaan diri responden setelah *self awareness* dan *self image* diintervensi dengan *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) kepercayaan diri positif meningkat menjadi 90,0%.
4. Ada pengaruh *self awareness* dan *self image* terhadap kepercayaan diri Mahasiswa D3 Keperawatan di STIKES Wira Husada Yogyakarta dengan nilai *significancy* pada hasil uji *Wilcoxon test* menunjukkan ( $P = 0,000 < 0,05$ ).

#### **B. Saran**

1. Bagi STIKES Wira Husada Yogyakarta  
Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai sumber referensi dalam rangka menambah informasi dalam kajian ilmiah tentang pengaruh kesadaran diri (*self-awareness*) dan gambaran diri (*self-image*) terhadap kepercayaan diri.
2. Bagi Responden  
Penelitian ini bisa menjadi saran masukan untuk menambah wawasan kepada mahasiswa untuk mengenal atau memiliki kesadaran diri atas

apa yang sebenarnya dimiliki dan juga untuk mengidentifikasi potensi diri dalam meningkatkan kepercayaan diri.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang self awareness, self image dan kepercayaan diri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amma, D. S. R., Widiani, E., & Trishinta, S. M. (2017). Hubungan citra diri dengan tingkat kepercayaan diri remaja di SMKN 11 Malang kelas XI. *Nursing News*, 2(3), 21–33. Retrieved from <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/689>
- Asiyah, A., Walid, A., & Kusumah, R. G. T. (2019). Pengaruh Rasa Percaya Diri Terhadap Motivasi Berprestasi Siswa pada Mata Pelajaran IPA. *Scholaria. Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 9(3), 217–226.
- Asiyah, N. (2013). Pola Asuh Demokratis, Kepercayaan Diri dan Kemandirian Mahasiswa Baru. *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 2(2), 108–121. <https://doi.org/10.30996/persona.v2i2.98>
- Baron, R. A., & Byrne, D. (2015). *Social Psychology*. Jakarta: Erlangga.
- Bastiana, D. (2012). Citra Tubuh dan Konsep Tubuh Ideal Mahasiswi FISIP Universitas Airlangga Surabaya. *Ejournal Unair 1(1)*, 1–12.
- Bukhari, S. R., & Afzal, F. (2020). Treating Post Traumatic Stress Disorder with Cognitive Behavior Therapy: A Case Study. *Pakistan Journal of Medical Research*, 59(3), 120–123.
- Cash, T. F. T. (2005). *Self Image: A Handbook Of Theory, Research, and Clinical Practice*. *Journal Of Psychology*.
- Dharma Kelana Kusuma. (2011). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Trans Info Medika.
- Fitri, E., Zola, N., & Ifdil, I. (2018). Profil Kepercayaan Diri Remaja serta Faktor-Faktor yang Mempengaruhi. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 4(1)(1). Retrieved from <https://doi.org/10.29210/02017182>

- Froggatt, W. (2005). A brief introduction to rational emotive behaviour therapy. *Journal of Rational Emotive Behaviour Therapy, version Fe.*
- Hakim, A. (2005). *Kepercayaan Diri Pada Remaja*. Jakarta: Eleks Media Komputindo.
- Hidayat, E. (2011). Pengaruh Cognitive behaviour therapy(CBT) Dan Rational Emotive Behaviour Therapy (REBT) Terhadap Klien Perilaku Kekerasan dan Harga Diri Rendah di Rumah Sakir Dr.H.Marzoeki Mahdi Bogor. *Fik Ui*, 156. Retrieved from [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20280886-T Eyet Hidayat.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20280886-T%20Eyet%20Hidayat.pdf)
- Hidayat, R., Malfasari, E., & Herniyanti, R. (2019). Hubungan Perlakuan Body Shaming Dengan Citra Diri Mahasiswa. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 7(1), 79. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.79-86>
- Indriawati, P. (2018). Pengaruh Kepercayaan Diri Dan Kecerdasan Emosional Terhadap Hasil Belajar mahasiswa fkip Universitas Balikpapan. *Jurnal Dimensi*.
- Leary, M. R., & Tangney, J. price. (2012). *Hanbook of Self and Identuty*. Landon: The Guilford Press.
- Maharani, L., & Mustika, M. (2016). Hubungan Self Awareness dengan Kedisiplinan Peserta Didik Kelas VIII di SMP Wiyatama Bandar Lampung (Penelitian Korelasional Bidang Bk Pribadi). *KONSELI: Jurnal Bimbingan Dan Konseling (E-Journal)*, 3(1), 57–62.
- Mocanu, R. (2013). Brand Image as a functions of self image and self brand connection. *Management Dynamics in the Knowledge Economy*, 1(3), 387–408.
- Mumainah. (2016). Penerapan *Cognitive Behavior Therapy* terhadap kepercayaan diri Penyandang Disabilitas Netra Di Panti Sosial Bina Netra Wyata Guna

Bandung. *Jurnal Ilmiah Pekerja Sosial*, 15:2.

- Nafli, A. (2019). Hubungan Antara Citra Diri Dengan Perilaku Konsumtif Membeli Produk Make Up Pada Wanita Karir. Retrieved from [http://repository.radenintan.ac.id/8234/1/Skripsi Full.pdf](http://repository.radenintan.ac.id/8234/1/Skripsi%20Full.pdf)
- Ningsih, & Bawono. (2016). Hubungan antara Perilaku Konsumtif pada Produk X dengan Citra Diri Remaja Putri. *Jurnal Mediapsi*, Vol.2, No.1, 2(1).
- Pambudi, P. S., & Wijayanti, J. Y. (2012). Hubungan Konsep Diri dengan Prestasi Akademik pada Mahasiswa Keperawatan. *JURNAL NURSING STUDIES*, 1.
- Patmawati, T. A., Saleh, A., & Syahrul, S. (2018). Efektifitas Metode Pembelajaran Klinik Terhadap Kemampuan Berpikir Kritis Dan Kepercayaan Diri Mahasiswa Keperawatan: A Literature Review. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 3(2), 88–94. <https://doi.org/10.30651/jkm.v3i2.1823>
- Putri, A. (2018). Perbedaan Kepercayaan Diri Ditinjau Dari Jenis Kelamin Pada Remaja Yang Mengalami Jerawat Nodule. *Skripsi*.
- Qowimah, S. N., Almahira, K. J., Rahma, D. A., Satrio, A. B., Nuzul, H. M., Puteri, S. N. Y., ... Andyarini, E. N. (2021). Hubungan Self Confidence dan Self Awareness dengan Komunikasi Efektif pada Mahasiswa. *Indonesian Psychological Research*, 3(2), 109–120. <https://doi.org/10.29080/ipr.v3i2.565>
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2017). Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Citra Diri Pada Remaja Akhir. *Jurnal Spirits*, 4(2), 22. <https://doi.org/10.30738/spirits.v4i2.1117>
- Sagita, D. D., Daharnis, D., & Syahniar, S. (2017). Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa. *Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling Teori Dan Praktik)*, 1(2), 43. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v1n2.p43-52>

- Saphira, N. (2020). Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Di Bahagian Kaunseling Universiti Putra Malaysia (BKUPM), 4(1), 1–9.
- Sholichah, I. F., Paulana, A. N., & Putri, F. (2018). Self-esteem dan resiliensi akademik mahasiswa. *Proceeding National Conference Psikologi UMG*, 191–197. Retrieved from <http://journal.umg.ac.id/index.php/proceeding/article/view/920>
- Stuart, G. W. (2009). *Principles and Practice of Psychiatric Nursing, 9th ed.* Missouri: Mosby, Inc.
- Sugiyono. (2017). *Metodologi Penelitian*. Jakarta.
- Sulistiyowati, A. (2019). *Laporan Penelitian Mandiri Hubungan Antara Citra Tubuh Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja*.
- Zahara, F. (2019). *Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Interaksi Sosial Pada Mahasiswa Universitas Potensi Utama Medan*.