

Analisis Tingkat Kepercayaan Diri Mahasiswa Program Studi Bpi: Menggunakan Instrumen Bimbingan Dan Konseling

Syahrul ramadani ^{a,1,*}, Ernesh Furesozock ^{b,2}

^a Institut agama islam Negeri (IAIN) Sorong, Papua Barat Daya, Indonesia

^b Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Sorong, Papua Barat Daya, Indonesia

¹ syahrulramadani796gmail.com*; ² erneshfuresozock77@gmail.com

* Penulis korespondensi

INFO ARTIKEL

Sejarah Artikel

Diterima: [15-5-2026]

Direvisi: [20-5-2026]

Disetujui: [10-6-2026]

Keywords

Self-confidence;

Authoritarian Parenting;

Genogram;

Guidance and Counseling

ABSTRACT

This case study examines the self-confidence level of a first-year Islamic Guidance and Counseling (BPI) student using guidance and counseling instruments. Data were collected through structured interviews, a self-confidence questionnaire, and a three-generation genogram. Results show that the respondent's self-confidence is situational: it rises sharply in new, autonomy-granting environments but collapses under rigid rules and restrictions, reflecting the impact of an authoritarian father figure and a distant relationship with her maternal grandfather, counterbalanced by a warm, validating bond with her mother. The respondent shows strong academic potential, emotional awareness, and adaptability, yet limited opportunity to practice assertiveness at home. Recommended counseling services include individual counseling, assertive-communication training, group counseling with peers facing similar authoritarian parenting dynamics, and career guidance that channels her need for autonomy. These findings highlight the importance of family-based guidance and counseling interventions in supporting the psychosocial development of emerging-adult students.



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

1. Pendahuluan

Keluarga merupakan unit sosial terkecil sekaligus lingkungan utama tempat seseorang pertama kali belajar tentang dunia, membangun ikatan emosional, dan

membentuk konsep diri. Pola asuh yang diterapkan orang tua, cara keluarga menyelesaikan konflik, dan bagaimana otoritas dijalankan di rumah secara akumulatif membentuk cetak biru bagi cara individu memandang diri sendiri serta berinteraksi dengan masyarakat. Ketika sistem keluarga mampu menyeimbangkan kehangatan emosional dengan ruang bagi kemandirian, anak akan tumbuh menjadi pribadi yang tangguh; sebaliknya, pola komunikasi yang kaku dan timpang dalam pembagian kekuasaan berpotensi menghambat aktualisasi diri anak (Rahman et al., 2022).

Mahasiswa yang berada pada fase emerging adulthood dituntut untuk mulai membangun otonomi pribadi, memperjelas identitas diri, dan mengeksplorasi peran sosial yang lebih luas di luar lingkungan rumah. Namun, proses pelepasan diri yang sehat dari otoritas orang tua kerap memicu konflik internal apabila aturan di rumah masih memperlakukan individu sebagai anak kecil yang harus tunduk sepenuhnya tanpa ruang negosiasi. Penelitian-penelitian terdahulu telah banyak mengaitkan pola asuh otoriter dengan rendahnya kepercayaan diri dan kemandirian anak maupun remaja, namun kajian yang secara spesifik memetakan dinamika lintas generasi melalui instrumen genogram pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI) masih terbatas. Kesenjangan inilah yang mendasari pentingnya asesmen ini dilakukan (Tarigan et al., 2025).

Dalam bidang Bimbingan dan Konseling, pemahaman mendalam mengenai struktur internal dan dinamika keluarga menjadi kunci untuk memetakan akar perilaku atau kondisi psikologis klien. Instrumen genogram membantu konselor menelusuri pola hubungan antargenerasi, konflik tersembunyi, serta pola asuh yang diwariskan lintas generasi, sementara wawancara klinis memungkinkan konselor menangkap indikator verbal maupun nonverbal klien. Berdasarkan uraian tersebut, asesmen ini bertujuan untuk:

- Menggali data identitas dasar dan silsilah keluarga responden hingga tiga generasi.
- Menganalisis dinamika hubungan, pola komunikasi, dan figur dominan dalam keluarga responden.

- Mengidentifikasi indikator kepercayaan diri responden serta faktor-faktor yang memengaruhinya.
- Mengembangkan rekomendasi program layanan Bimbingan dan Konseling yang adaptif dan solutif sesuai kebutuhan responden.

2. Metode

Asesmen ini menggunakan pendekatan studi kasus kualitatif terhadap satu responden, yaitu FNHK, mahasiswi berusia 20 tahun, anak sulung dari enam bersaudara. Ruang lingkup asesmen mencakup identitas dasar, silsilah keluarga tiga generasi, dinamika relasi keluarga, dan indikator kepercayaan diri responden.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi tiga cara. Pertama, wawancara terstruktur menggunakan panduan kuesioner untuk menggali silsilah, hubungan keluarga, dan dinamika psikologis responden. Kedua, kuesioner/angket mandiri yang berfokus pada pengukuran indikator kepercayaan diri responden. Ketiga, teknik genogram, yaitu pemetaan visual struktur keluarga tiga generasi untuk melihat pola hubungan antargenerasi.

Instrumen yang digunakan dalam asesmen ini adalah lembar kuesioner Asesmen UTS (Bagian 1 hingga Bagian 4) dan skala instrumen psikologis Kuesioner Kepercayaan Diri. Analisis data dilakukan secara deskriptif-kualitatif dengan mentriangulasi hasil wawancara, hasil observasi selama proses asesmen, hasil angket kepercayaan diri, dan peta genogram, kemudian disintesis menjadi identifikasi masalah/potensi dan rekomendasi layanan Bimbingan dan Konseling

3. Hasil

Hasil Wawancara

Responden saat ini tinggal dalam satu atap yang padat bersama kedua orang tua serta lima orang saudara kandungnya. Dinamika domestik ini diselimuti oleh stabilitas pernikahan orang tua yang tergolong sangat kokoh, di mana ikatan tersebut telah berhasil terjaga dengan baik selama lebih dari dua dekade semenjak tahun 2005. Secara structural familial, stabilitas jangka panjang ini memberikan

fondasi yang kuat bagi responden dalam bentuk rasa aman secara fisik dan material. Kendati demikian, di sisi lain kestabilan yang kaku ini juga melahirkan konsekuensi tersendiri, yaitu terbentuknya pembagian peran domestik serta hierarki kekuasaan di dalam rumah yang bersifat baku, mutlak, dan sama sekali tidak terbuka untuk dinegosiasikan ulang. Di tengah tatanan yang rigid ini, posisi responden sebagai anak sulung menuntutnya untuk memikul beban tanggung jawab yang besar, yakni menjaga *status quo* struktur keluarga tersebut agar tetap ajek, sekaligus dituntut secara moral untuk senantiasa menjadi sosok panutan yang ideal bagi adik-adiknya.

Ketika menelisik lebih dalam pada aspek psikologis, relasi emosional yang dijalin oleh responden menunjukkan adanya polarisasi atau pembagian kutub perasaan yang sangat kontras dan bertolak belakang. Hubungan emosional antara responden dengan sang ibu berfungsi sebagai penopang psikologis utama (*primary psychological support*). Hubungan ini dipenuhi oleh kehadiran figur ibu yang konstan dan suportif, adanya validasi emosional yang meneduhkan, serta pemberian dukungan moral yang tak tergoyahkan dalam setiap situasi. Sebaliknya, dinamika interpersonal responden dengan kakek dari pihak ibu justru diwarnai oleh ketegangan psikologis yang laten serta jarak emosional yang kerap terjadi berulang kali, menciptakan ruang pemisah di antara keduanya.

Sementara itu, jika ditinjau dari aspek otoritas, struktur pengambilan keputusan di dalam lingkaran keluarga ini secara tegas menerapkan sistem *top-down* (dari atas ke bawah) dengan kendali dan kekuasaan absolut berada sepenuhnya pada sosok ayah. Walaupun dalam beberapa kesempatan sempat dilakukan proses konsultasi kecil atau diskusi ringan antargenerasi, hal tersebut tampaknya hanya bersifat formalitas semata. Pada akhirnya, keputusan akhir yang mengikat tetap ditentukan secara sepihak dan satu arah oleh figur ayah, tanpa memberikan ruang sedikit pun bagi adanya perbedaan pendapat atau ruang kompromi dari anggota keluarga yang lain.

Hasil Observasi

Selama berlangsungnya seluruh proses asesmen, responden secara konsisten menunjukkan tingkat kematangan kognitif yang matang serta kemampuan

pengendalian emosi yang sangat baik. Hal ini tercermin secara jelas ketika responden memaparkan dan menguraikan berbagai informasi mengenai dinamika keluarganya secara kooperatif, terstruktur secara sistematis, serta dipenuhi dengan kejujuran yang objektif.

Namun, respons psikologis dan sikap pembawaan tersebut mengalami perubahan drastis yang cukup signifikan menjadi cenderung tunduk, defensif, dan dipenuhi oleh kewaspadaan yang tinggi. Perubahan perilaku yang kontras ini secara spesifik ditandai oleh adanya penurunan volume suara secara mendadak serta pemilihan diksi atau kata-kata yang dipertimbangkan secara sangat hati-hati, di mana fenomena ini selalu muncul setiap kali topik pembicaraan dialihkan untuk membahas atau mengupas lebih dalam mengenai sosok ayah. Di sisi yang lain, hasil observasi klinis yang dilakukan juga berhasil menyingkap keberadaan sumber motivasi internal (*intrinsic motivation*) yang sangat kuat di dalam diri responden. Sumber penggerak ini berwujud sebuah kepatuhan yang mendalam terhadap nilai-nilai moral yang diyakininya serta wejangan atau nasihat terstruktur dari keluarga. Seluruh bekal nilai dan prinsip tersebut pada akhirnya berfungsi sebagai kompas internal yang solid, yang senantiasa mengarahkan, menuntun, dan membimbing setiap tindakan serta keputusan hidup responden.

Hasil Angket Kepercayaan Diri

Berdasarkan hasil analisis data angket yang telah dihimpun, ditemukan indikasi kuat yang menunjukkan bahwa konstruk kepercayaan diri responden tidak bersifat menetap atau konstan, melainkan bersifat sangat situasional dan bergantung pada konteks lingkungan. Faktor pemicu (*trigger*) yang paling kuat dalam membangkitkan rasa percaya diri responden muncul secara signifikan saat ia berada di dalam suatu lingkungan atau situasi baru—sebuah atmosfer yang membebaskannya dari tekanan eksternal dan memberikan ruang kendali penuh (*internal locus of control*) atas keputusan dirinya sendiri. Ketika berada dalam kondisi yang mendukung tersebut, kepribadian responden bertransformasi secara positif sehingga ia mampu tampil secara proaktif dalam mengambil inisiatif, sangat

adaptif terhadap perubahan di sekitarnya, serta memancarkan rasa percaya diri yang optimal.

Sebaliknya, stimulus yang memicu munculnya rasa rendah diri atau *inferiority complex* dapat tereskalasi secara drastis dan mendadak ketika responden dihadapkan pada situasi yang penuh dengan larangan, pemberlakuan aturan yang sangat ketat, ataupun berbagai bentuk pembatasan ruang gerak yang mengekang. Kondisi yang menekan ini secara otomatis mengaktifkan mekanisme pertahanan diri (*coping mechanism*) yang bersifat pasif. Pola bertahan hidup yang cenderung mengalah dan submisif ini merupakan bentuk perilaku defensif yang sudah terinternalisasi dalam diri responden, yang biasa ia manifestasikan secara berulang demi menjaga stabilitas dan keharmonisan hubungan di dalam lingkungan rumahnya.

Hasil Genogram (Struktur Tiga Generasi)

Peta genogram tiga generasi responden dirangkum pada Tabel 1 berikut. Tidak ditemukan riwayat penyakit menular/keturunan maupun sifat kepribadian ekstrem dalam tiga generasi ini.

Tabel 1. Ringkasan Genogram Tiga Generasi Responden

Generasi	Anggota	Keterangan
I	N (Kakek, 79 th) & S (Nenek, 77 th)	Lahir pasca-kemerdekaan RI (1947 & 1949)
II	SA (Ibu, 46 th)	Anak ke-2 dari 8 bersaudara; figur suportif utama
II	FRK (Ayah, 40 th)	Otoritas dominan, pola komunikasi satu arah
III	FNHK (Responden, 20 th)	Anak sulung dari 6 bersaudara
III	5 adik kandung (BQ, KN, MF, AD, VN)	Menjadi tanggung jawab moral responden

4. Pembahasan

Temuan asesmen ini sejalan dengan konsep emerging adulthood yang menekankan pentingnya pembentukan otonomi dan identitas diri pada rentang usia akhir belasan hingga dua puluhan tahun. Lingkungan universitas secara alami menuntut kemandirian, kemampuan mengambil keputusan, dan keberanian menyuarakan pendapat, sehingga ketika lingkungan rumah tidak memberikan

ruang yang sama, individu mengalami benturan antara tuntutan perkembangan dan pola relasi keluarga yang masih otoriter (Putri & Satwika, 2023).

Pola asuh otoriter ayah responden yang bercirikan komunikasi satu arah dan minimnya ruang bagi pendapat anak konsisten dengan temuan berbagai penelitian bahwa gaya pengasuhan otoriter berasosiasi dengan rendahnya kepercayaan diri, keraguan dalam mengambil keputusan, dan ketergantungan berlebihan pada figur otoritas. Kondisi ini juga menjelaskan mengapa kepercayaan diri responden bersifat kondisional: ia berkembang optimal pada lingkungan yang egaliter dan suportif, namun runtuh ketika berhadapan dengan pembatasan yang mengingatkannya pada pola otoritas di rumah, sejalan dengan temuan bahwa pola asuh turut memengaruhi tingkat kepercayaan diri remaja maupun mahasiswa (Lubis et al., 2023).

Di sisi lain, kehadiran figur ibu yang suportif berperan sebagai faktor protektif yang signifikan. Relasi yang hangat dan validatif dengan ibu memungkinkan responden mengembangkan kecerdasan emosional dan kompas nilai internal, sehingga ia tidak sepenuhnya kehilangan rasa aman meskipun berada dalam sistem keluarga yang hierarkis. Hal ini memperkuat pandangan bahwa komunikasi yang baik dan dukungan orang tua menjadi salah satu faktor penting dalam membangun kepercayaan diri dan kemandirian anak, sekalipun salah satu figur otoritas bersikap dominan (Aritonang & Soetjningsih, 2024).

Penggunaan teknik genogram dalam asesmen ini terbukti membantu memetakan pola relasi lintas generasi yang tidak selalu tampak dalam wawancara biasa, termasuk mengidentifikasi sumber ketegangan antara responden dan kakeknya yang kemungkinan berakar pada ekspektasi gender tradisional. Hal ini sejalan dengan pemanfaatan genogram sebagai media intervensi dan pemetaan dinamika keluarga dalam berbagai layanan bimbingan dan konseling (Irmayanti et al., 2024).

Secara keseluruhan, hambatan utama perkembangan psikologis responden bukan terletak pada kurangnya kapasitas kognitif atau sosial, melainkan pada minimnya ruang untuk berlatih sikap asertif di lingkungan rumah. Kondisi ini sejalan dengan studi kasus rasa percaya diri yang menunjukkan bahwa intervensi

konseling individual dan penguatan keterampilan asertif efektif membantu individu mengatasi hambatan kepercayaan diri yang bersumber dari pola relasi keluarga.

5. Penutup

Karakteristik kepercayaan diri yang dimiliki oleh FNHK secara nyata menunjukkan sifat yang sangat situasional dan kontekstual. Tingkat efikasi diri dan estimasi positif terhadap kemampuannya akan meningkat secara tajam ketika ia berada di dalam lingkungan baru—suatu ekosistem yang menyediakan ruang otonomi luas, kebebasan berekspresi, serta independensi dalam bertindak. Sebaliknya, rasa percaya diri tersebut dapat mengalami penurunan yang sangat drastis dan signifikan secara instan setiap kali ia dipaksa berhadapan dengan sistem aturan yang sangat ketat, restriksi, ataupun berbagai larangan yang mengekang. Fenomena fluktuasi emosional ini dianalisis sebagai sebuah gema psikologis (*psychological echo*) atau manifestasi trauma bawah sadar yang berakar langsung dari pola asuh otoriter yang diterapkan oleh sosok ayah, serta diperparah oleh dinamika relasi interpersonal yang sarat akan ketegangan dengan kakeknya.

Di tengah bayang-bayang tekanan domestik yang cukup berat tersebut, ditemukan adanya faktor pelindung utama (*primary protective factor*) yang berperan sebagai jangkar emosional responden. Faktor tersebut berbentuk hubungan yang berjalan sangat hangat, penuh kasih, dan senantiasa suportif dengan figur ibu. Eksistensi relasi positif dengan sang ibu inilah yang secara konsisten berfungsi menjaga stabilitas regulasi emosi, memelihara kesehatan mental, sekaligus memperkuat pembentukan identitas diri Farisa agar tidak terfragmentasi oleh stresor lingkungan rumah.

Secara keseluruhan, responden sebenarnya memiliki bekal modalitas personal yang sangat menjanjikan, yang mencakup potensi akademik yang unggul, tingkat adaptabilitas (daya penyesuaian diri) yang tinggi, serta tingkat kesadaran diri (*self-awareness*) yang sangat kuat. Kendati demikian, untuk mengoptimalisasi seluruh potensi terpendam tersebut, Farisa membutuhkan ruang interpersonal dan sosial yang aman demi melatih serta mengasah sikap asertifnya (*assertiveness training*).

Langkah pengembangan diri ini sangat krusial agar di masa depan, stabilitas kepercayaan diri yang ia miliki tidak lagi bersifat dependen atau bergantung sepenuhnya pada validasi, penerimaan, maupun persetujuan (*approval*) dari figur-figur otoritas di sekitarnya.

Berdasarkan temuan tersebut, layanan Bimbingan dan Konseling yang disarankan meliputi: (1) layanan orientasi lingkungan kampus dan kegiatan kemahasiswaan baru untuk mengaktualisasikan potensi diri responden; (2) layanan informasi mengenai komunikasi asertif dan manajemen stres; (3) konseling individual untuk katarsis emosional dan cognitive restructuring terkait rasa tidak aman ketika menghadapi larangan; (4) konseling kelompok bersama mahasiswa dengan dinamika keluarga serupa; (5) bimbingan karier yang mengarahkan pada bidang yang memberi ruang kreativitas dan mobilitas; serta (6) latihan regulasi emosi mandiri melalui jurnaling atau meditasi dan pelatihan kepemimpinan/public speaking. Penelitian atau asesmen lanjutan disarankan untuk mengukur efektivitas intervensi tersebut secara longitudinal serta memperluas subjek pada mahasiswa BPI lain dengan dinamika keluarga otoriter yang serupa.

Daftar Pustaka

- Aritonang, S. A. D., & Soetjningsih, C. H. (2024). *Pola Asuh Otoritatif dan Regulasi Emosi pada Remaja Akhir Santa*. 8(2), 653–661.
- Irmayanti, R., Suherman, U., Nurihsan, J., & Budiman, N. (2024). *The Genogram as a Counseling Tool : Philosophical Foundations and Practical*. 13(4).
- Lubis, M. A., Ariyati, I., Harahap, N. H., Adha, K., Nopitri, H. Z., & Finanjani, S. (2023). *Hubungan pola asuh otoriter terhadap struktur kepribadian manusia dalam perspektif Sigmund Freud*. 7(2), 89–94.
<https://doi.org/10.26539/teraputik.722081>
- Putri, N. Q. T. H., & Satwika, Y. W. (2023). *Dinamika Psikososial pada Dewasa Awal yang Menerima Pola Asuh Otoriter*. 10.
- Rahman, A., Yanuarsari, R., & Latifah, E. D. (2022). *Pola Asuh Orang Tua Yang Berpengaruh Terhadap Kepercayaan Diri Anak*. 8(2), 83–93.
- Tarigan, R. A. B., Nuryanti, & Winarni, L. M. (2025). *Hubungan pola asuh orang tua dengan kepercayaan diri mahasiswa prodi bisnis digital universitas yatsi madani*. 2(2), 40–46.