

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kepercayaan Diri

2.1.1 Definisi Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah karakter yang berarti pada aktivitas setiap orang. Individu yang memiliki rasa percaya diri percaya atas kapasitas mereka dan mempunyai harapan yang dapat menjadi kenyataan, terlebih di saat impian tidak terpenuhi sekalipun, orang tersebut senantiasa berpikiran positif dan dapat menerimanya (Kristanto *et al.*, 2014).

Rasa percaya diri adalah keyakinan atas kapasitas dirinya sehingga mahasiswa ketika melakukan kegiatannya tidak merasa stres secara berlebihan. Kepercayaan diri mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap ketahanan diri seseorang dalam menghadapi berbagai rintangan (Amri, 2018).

2.1.2 Faktor-faktor Kepercayaan Diri

Faktor-faktor yang menyebabkan kepercayaan diri:

1. Faktor internal, meliputi:
 - a. Konsep diri

Berkembangnya rasa percaya diri individu berawal dari berkembangnya konsep diri yang dihasilkan oleh interaksi tim. Interaksi tim mempunyai efek positif maupun negatif

(Vandini, 2016).

b. Harga diri

Harga diri merupakan evaluasi yang dilaksanakan kepada diri sendiri. Individu dengan harga diri tinggi mengevaluasi dirinya secara logis juga mudah membangun koneksi terhadap orang lain (Vandini, 2016).

c. Keadaan fisik

Peralihan keadaan fisik pula dapat mengakibatkan rasa percaya diri. Fisik yang bugar dapat menolong mahasiswa untuk meningkatkan tingkatan kepercayaan diri yang kokoh. Sebaliknya, fisik yang tidak bugar menimbulkan mahasiswa menurunkan tingkatan kepercayaan diri (Vandini, 2016).

d. Pengalaman hidup

Kepercayaan diri didapatkan dari pengalaman yang menyakitkan sebab dari perasaan yang menyakitkan timbul rasa rendah diri dan akan membentuk kepercayaan diri yang solid (Vandini, 2016).

2. Faktor eksternal

a. Pendidikan

Pendidikan mengakibatkan rasa percaya diri setiap individu. Orang yang berpendidikan rendah condong berada dalam kendali orang yang lebih pintar. Sebaliknya, orang yang berpendidikan lebih tinggi condong lebih independen dan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih besar (Vandini, 2016).

b. Pekerjaan

Bekerja bisa meningkatkan inspirasi dan rasa kepercayaan diri. Kesenangan serta rasa besar hati dicapai sebab sanggup meningkatkan diri (Vandini, 2016).

c. Lingkungan dan pengalaman hidup

Lingkungan di sini merupakan lingkungan keluarga dan masyarakat. Dorongan yang harmonis dari keluarga yang memiliki hubungan harmonis akan mendukung perasaan aman serta percaya diri besar. Pada lingkungan masyarakat semakin mampu menjalankan norma serta dapat diakui di lingkungan masyarakat (Vandini, 2016).

2.1.3 Aspek-aspek Kepercayaan Diri

Seseorang yang mempunyai rasa kepercayaan diri merasa percaya atas kapasitas dirinya, sehingga dapat mengatasi persoalan sebab mengetahui apa yang diperlukan dalam hidupnya, serta memiliki perilaku baik yang berpedoman kepercayaan pada kapasitasnya. Seseorang yang berkewajiban atas ketetapan yang sudah diambil dan dapat memandang kenyataan serta realita secara obyektif yang didasari keahlian (Aiman, 2016).

Menurut (Aiman, 2016) Rasa kepercayaan diri tidak tercipta dengan sendirinya, tetapi berhubungan pada karakter suatu individu. Kepercayaan diri diakibatkan oleh:

1. Aspek-aspek yang tercipta pada diri seseorang.
2. Aturan dan pengalaman keluarga.

3. Kultural, kebiasaan, dan lingkungan serta kelompok dimana keluarga itu berasal.

Berlandaskan hal tersebut, bisa diartikan apabila aspek kepercayaan diri adalah seseorang yang dapat mandiri, mampu memandang ataupun meningkatkan kemampuan yang dipunyai, sanggup merajut koneksi dengan individu lain secara baik, serta menghormati sesama tanpa ada yang menyakiti (Aiman, 2016).

2.1.4 Ciri-ciri Individu yang Mempunyai Kepercayaan Diri

Rasa percaya diri itu tumbuh dari pemahaman apabila saat menetapkan dalam melakukan sesuatu hal yang akan dikerjakan. Pemahaman seperti itu yang melahirkan kemampuan serta tekad yang kuat. Menurut (Aristiani, 2016) Seseorang yang mempunyai ciri-ciri percaya diri tinggi antara lain:

- a. Mampu menetralisasi ketegangan, bersikap tenang, dan bersikap positif di dalam berbagai situasi.
- b. Memiliki kemampuan, keahlian, keterampilan, serta kecerdasan yang mencukupi.
- c. Mempunyai keadaan mental, fisik, serta pengalaman hidup yang cukup membantu performanya.
- d. Mempunyai latar belakang tingkat pendidikan formal maupun nonformal yang baik.

Dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri seseorang yang percaya diri adalah seseorang yang memiliki sikap tenang, memiliki kapasitas dan keahlian yang akseptabel, mampu menetralisasi kecemasan, bersikap tenang, memiliki

kemampuan, ketrampilan, dan kecerdasan yang dapat menunjang kehidupan (Aristiani, 2016).

2.1.5 Manfaat Sikap Percaya Diri

Rasa percaya diri akan memberikan manfaat kepada seseorang memiliki sikap percaya diri sehingga seseorang mendapatkan perasaan semangat, tidak mudah menyerah, dan memiliki energi positif pada setiap kegiatan yang dilakukannya. Menurut (Purwani, 2020) manfaat sikap percaya diri dapat dilihat dari berbagai perilaku dari seseorang, di antaranya:

1. Berpikir positif sebagai bentuk cara untuk berpikir yang dapat memotivasi atau mengembangkan pemikiran yang lebih progresif
2. Mandiri sebagai bentuk sifat seseorang yang tidak mudah untuk bergantung pada orang lain
3. Berprestasi sebagai bentuk hasil terhadap usaha yang dilakukan oleh seseorang
4. Optimis sebagai bentuk dari sikap atau keyakinan dan harapan yang baik
5. Kreatif sebagai bentuk dari perilaku yang membuat sesuatu karya yang bersifat seni dan estetika
6. Mudah bergaul sebagai bentuk seseorang yang memberanikan diri untuk mudah bersosialisasi kepada lingkungan yang baru

2.1.6 Membentuk Kepercayaan Diri

Kepercayaan diri adalah optimisme mental yang muncul dari kemampuan untuk mengatasi sesuatu dan keahlian dalam melaksanakan perubahan dalam keadaan yang diberikan (Aristiani, 2016).

Menurut (Aristiani, 2016) Pembentukan kepercayaan diri yang tinggi terjadi melalui tahapan, antara lain:

1. Pembentukan karakter yang unggul menurut tahapan perkembangan yang menimbulkan kelebihan tertentu.
2. Penafsiran individu akan kualitas dirinya serta menimbulkan kepercayaan yang kokoh apabila dirinya mampu melaksanakan apapun dengan menggunakan kelebihannya.
3. Pengertian dan pandangan positif individu terhadap kelemahannya, sehingga tidak menciptakan perasaan rendah diri maupun perasaan kesulitan penyesuaian diri.

Pengetahuan dapat melakukan berbagai faktor aktivitas yang memanfaatkan semua keunggulan yang ada di dalamnya.

2.2. Kecemasan

2.2.1 Definisi Kecemasan

Kecemasan atau ansietas merupakan perasaan takut, gelisah, cemas dan khawatir yang merupakan respon normal terhadap sesuatu yang mengancam. Kecemasan akan menjadi masalah jika mengganggu perilaku sehari-hari, menyebabkan gejala fisik dan menjadi berat sehingga menghambat pemenuhan kebutuhan dasar orang yang bersangkutan. Kecemasan adalah distress psikologis individu yang umum dirasakan ketika menghadapi stresor (Wuryaningsih *et al.*, 2018)

Pada saat menghadapi kecemasan, tubuh menunjukkan reaksi fisik seperti berdebar-debar, gelisah, sulit tidur, tegang, berkeringat, gemetar atau

bisa juga timbul gatal dan rasa ingin BAK (buang air kecil) terus menerus (Wuryaningsih *et al.*, 2018)

Kecemasan adalah bentuk perasaan yang membuat individu merasa tidak tenang. Hal ini termasuk pengalaman yang tersembunyi disertai dengan perasaan yang tidak berkitik dan cemas akibat hal-hal yang belum jelas (Annisa and Ifdil, 2016).

2.2.2 Faktor dan Penyebab Kecemasan

Kecemasan dipengaruhi oleh banyak hal. Kecemasan yang disebabkan oleh adanya konflik internal dan ketidaksesuaian antara harapan dalam mencapai tujuan yang ingin dicapai dengan realitas yang dituju. Aspek-aspek yang menyebabkan kecemasan yaitu:

1. Keyakinan diri

Seseorang yang mempunyai tingkat percaya diri tinggi akan menurunkan tingkat kecemasannya (Kristanto *et al.*, 2014).

2. Dukungan sosial

Dukungan sosial dibagikan dalam bentuk data, pertolongan, kepribadian, atau substansi yang diperoleh dari koneksi sosial yang erat dan membangun seseorang merasa dipedulikan, disayangi, juga dihargai sehingga menurunkan derajat kecemasan (Kristanto *et al.*, 2014).

3. *Modeling*

Tahapan *modeling* dapat menimbulkan kecemasan. Dengan mengawasi individu lain melakukan sesuatu dan mencontohkannya,

seseorang lainnya dapat mengubah kelakuannya. Ketika individu berlatih dari model yang menunjukkan rasa takut ketika menghadapi suatu masalah, kemungkinan besar individu tersebut akan mengalami rasa takut (Kristanto *et al.*, 2014).

2.2.3 Jenis-jenis Kecemasan

Kecemasan dibedakan menjadi beberapa tingkat, antara lain:

a. Kecemasan ringan

Tingkat kecemasan yang berlangsung pada aktivitas sehari-hari dan seseorang menjadi berhati-hati dan bagaimana menahan beragam probabilitas (Aiman, 2016).

b. Kecemasan sedang

Seseorang lebih memfokuskan hal berarti masa ini dan memisahkan yang lain sehingga mempersempit lahan tanggapan (Aiman, 2016).

c. Kecemasan berat

Seseorang condong memfokuskan perhatian kepada hal lain demi menurunkan kecemasan dan membutuhkan penuh bimbingan (Aiman, 2016).

d. Kecemasan berat sekali

Kondisi ini mengancam pengelolaan diri, seseorang tidak cakap untuk melaksanakan sesuatu meskipun dengan bimbingan (Aiman, 2016).

2.2.4 Gejala Kecemasan

Menurut (Mellani and Kristina, 2021) ada beberapa gejala kecemasan antara lain yaitu :

- a. Memiliki perasaan cemas, bimbang, kepikiran, ragu, dan gelisah dalam berbagai kondisi
- b. Kurang percaya diri, gelisah ketika muncul di atas panggung
- c. Sering memperlakukan individu lain karena merasa tidak bersalah dan tidak mudah menyerah

2.2.5 Patofisiologi Kecemasan

Kecemasan adalah respons terhadap bahaya yang dirasakan oleh sistem saraf pusat. Persepsi ini adalah hasil rangsangan internal dan eksternal. Rangsangan ini dirasakan oleh panca indera, sistem saraf pusat mentransmisikan dan bereaksi sesuai cara kerja masing-masing indera. Pada sistem saraf pusat, tahapan ini melibatkan *Cortex cerebri – Limbic System – Reticular Activation System – Hypothalamus pathway*, yang mengantarkan impuls ke kelenjar hipofisis untuk mengeluarkan mediator hormonal ke organ target, kelenjar adrenal, yang selanjutnya membangkitkan sistem saraf otonom. Melalui mediator hormonal sistem saraf pusat lainnya, mediator terpenting dari gejala kecemasan adalah norepinefrin dan serotonin. Neurotransmitter dan peptida lain, faktor pelepas kortikotropin, juga terlibat. Sistem saraf otonom perifer, khususnya sistem saraf simpatik, juga memediasi banyak gejala kecemasan (Triwahyuni *et al.*, 2021).

2.2.6 Metode Pengendalian Kecemasan

Pengendalian kecemasan merupakan usaha pada saat membasmi kecemasan yang mengacaukan (*neurotic anxiety*) atau kecemasan tinggi. Mengontrol rasa cemas adalah tahapan dari pengendalian diri (*self control*). Pengendalian diri juga sering dijadikan istilah; manajemen diri (*self management*) ialah tahapan individu secara direk mengganti aktivitasnya dalam suatu atau beberapa aturan, regulasi diri (*self regulation*) yaitu membuktikan perilaku memusatkan diri dalam mengalihkan perilaku, dan membantu diri sendiri (*self help*) merupakan individu boleh membantu dirinya sendiri dalam mengatasi persoalan tanpa pertolongan individu lain atau terapis. Dalam arti lain, pengendalian kecemasan merupakan tahapan individu berupaya mengerti kecemasan yang ada dalam dirinya sendiri, dan sanggup mengarahkannya tanpa pertolongan individu lain atau penasihat. Pengendalian ini bukan memaksa atau melenyapkan kecemasan sama sekali, akan tetapi hanya mengerti dan mengarahkannya, sehingga kecemasan yang ada tidak mengacaukan tetapi menjadi basis dorongan untuk mengerjakan yang lebih baik. Cara yang sangat diketahui pada bidang psikologi klinis dan konseling untuk memberantas beragam gangguan emosional termuat juga kecemasan adalah relaksasi (Hayat, 2017).

2.3 Objective Structured Clinical Examination (OSCE)

2.3.1 Pengertian OSCE

OSCE adalah suatu cara penilaian kompetensi klinik mahasiswa secara komprehensif dan konsisten. Pada pendidikan kedokteran, OSCE dapat dilakukan secara rutin sesuai dengan tema proses pembelajaran melalui

kegiatan OSCE Blok. Ujian ini adalah indikator stresor yang menyebabkan tumbuhnya kecemasan pada mahasiswa. Kecemasan mengakibatkan organ viseral dan motorik, pikiran, pandangan, dan pengkajian (Novitasari and Lahdji, 2019).

2.3.2 Komponen OSCE

Perencanaan OSCE meliputi identifikasi kompetensi yang akan dinilai pada akhir suatu pembelajaran. Kriteria performa dan penentuan skor minimal setiap *station* serta melibatkan ahli klinis dalam mengevaluasi pencapaian kompetensi mahasiswa dapat meningkatkan validitas dan reliabilitas dari suatu prosedur penilaian. Terdapat lima komponen penting yang harus dipersiapkan dalam merencanakan OSCE, yaitu:

1. Kerangka OSCE

Kerangka OSCE meliputi pembuatan *blue print*, pembuatan soal kasus/*station* dan pembuatan *checklist* penilaian/*rating scale* (Kurniasih, 2014).

- a. Pembuatan *blue print*

Blue print adalah kerangka yang merangkaikan satu uraian narasi ringkas dari semua *station* yang dievaluasikan dengan kemampuan yang dinilai. Di samping itu, menegaskan bahwa kemampuan seseorang akan dievaluasi beberapa kali dan setiap *station* berpartisipasi terhadap keutuhan evaluasi dengan mengukur beberapa kemampuan (Kurniasih, 2014).

b. Kasus dan *station*

Kasus pada *station* OSCE adalah suatu kejadian klinis, yang dirangkai dengan mengaitkan sekelompok tugas yang akan evaluasi. *Station* OSCE yang dilandaskan pada kasus pasien yang realistis akan meningkatkan kesahihan OSCE (Kurniasih, 2014).

c. Pembuatan *checklist/rating form*

Mutu formulir evaluasi ditentukan oleh sejauh mana penguji dapat memakai formulir tersebut secara koheren. Reliabilitasnya terlihat dari sejauh mana formulir evaluasi tersebut akan mewujudkan hasil yang sama apabila dipakai oleh penguji yang berbeda atau pada waktu yang berbeda, sedangkan kesahihan formulir evaluasi ditetapkan dari sejauh mana unsur-unsur evaluasi dengan teliti menggambarkan kemampuan yang akan dievaluasi.

Kiat untuk dapat menumbuhkan unsur-unsur formulir evaluasi yang dapat dipercaya dan sah adalah: (a) Rekognisi bagian secara definit; (b) mencantumkan unsur-unsur yang dapat dipahami; dan (c) mempersiapkan pedoman ataupun arahan yang memandu penguji dalam melangsungkan evaluasi (Kurniasih, 2014).

2. Pasien standar

Pasien standar adalah individu terlatih yang tergambar dalam kejadian klinis dengan fenomena umum serupa dengan yang mungkin dihadapi oleh pasien yang sebetulnya. Pemanfaatan simulasi probandus pada

pembelajaran OSCE mewujudkan bagian berharga dalam evaluasi. Evaluasi oleh pasien standar dapat menumbuhkan prosedur *standard setting*.

Pada *standard setting* teknik *borderline regresi*, pengimbuhan evaluasi oleh pasien standar pada *checklist* evaluasi kelihatannya mendekati pada pertumbuhan reliabilitas evaluasi. Untuk mewujudkan suatu kasus pasien yang realistis, pasien standar butuh melengkapi bagian berikut: (1) Pasien standar mesti mengetahui seluruh bagian fisik, psikologis, dan sosial yang terpaut dengan kasus yang akan diperagakan; (2) Pasien standar perlu berupaya secara persisten menggambarkan gelombang emosional dalam besaran yang sinkron dengan kasus; (3) perbuatan dan respons pasien standar mesti disusun dengan akurat (Kurniasih, 2014).

3. Penguji

Ketetapan berharga ketika merancang suatu OSCE salah satunya adalah pada perancangan orang yang akan menjadi penguji peserta. Peran sebagai penguji adalah peran yang berat sebab terdapat banyak aspek yang mungkin menghalangi evaluasi kemampuan yang cermat. Penguji seharusnya dari grup penguji yang telah berpengalaman. Lamanya durasi pelatihan beragam bergantung pada individu yang menjadi penguji, beragamnya tingkatan yang dievaluasi dan pengetahuan OSCE yang sudah pernah mereka miliki, selektif tidaknya evaluasi dan besaran durasi yang ada secara substansial. Pelatihan penguji adalah investasi yang sangat berharga (Kurniasih, 2014).

4. Fasilitas

Dalam suatu kegiatan OSCE yang diperlukan manajemen aktivitas yang baik. Tidak hanya fasilitas pada *station* khusus yang disediakan, melainkan juga struktur-struktur dan sumber daya lain yang mendukung manajemen OSCE secara keutuhan. Sesuatu yang dapat menjadi akar persoalan antara lain terkait dengan kehadiran, penyeragaman, administrasi waktu dan tata kelola emosi (Kurniasih, 2014).

5. *Standard setting* pada OSCE

Standard setting merupakan prosedur yang diterapkan pada penilaian untuk menetapkan batas antara siswa yang lulus atau dianggap kompeten, dan mereka yang harus gagal atau dianggap tidak kompeten. Ada dua tipe standar, yaitu relatif dan absolut. Standar relatif dinyatakan sebagai suatu nilai atau persentase peserta ujian. Standar absolut dinyatakan sebagai suatu nilai atau persentase dari item tes. *Borderline Regression Methode* (BRM) merupakan salah satu metode *standard setting* dalam OSCE. Teknik ini banyak dipilih oleh lembaga sebab teknik regresi menunjukkan beberapa indikasi hubungan antara nilai global dan nilai *checklist*, juga dapat memberikan derajat permbedaan antara mahasiswa yang lebih lemah dan lebih kuat. (Kurniasih, 2014).

Unsur validitas dan reliabilitas OSCE sangat dipengaruhi oleh kelima komponen penting yang telah diuraikan sebelumnya. Disain OSCE yang baik akan mempengaruhi tercapainya nilai validitas yang tinggi. Persiapan dan perencanaan yang baik pada komponen penguji, pasien

standar dan sarana prasarana dapat mempengaruhi tercapainya reliabilitas OSCE yang baik. Komponen *standar setting* OSCE dilakukan untuk memastikan bahwa penetapan hasil ujian terpercaya (Kurniasih, 2014).

2.3.3 Kriteria OSCE

Sejumlah penelitian mendeskripsikan OSCE sebagai suatu metode penilaian kompetensi klinis yang objektif, reliabel, dan valid serta menghasilkan informasi yang dapat diandalkan mengenai kemampuan mahasiswa. OSCE sebagai suatu evaluasi harus memenuhi kriteria evaluasi sesuai standar. Kriteria tersebut antara lain :

1. *Validity* atau *coherence*

Hasil penilaian sesuai dengan tujuan yang ditunjukkan oleh bukti yang koheren (Yuherlinda, 2017).

2. *Reproducibility* atau *consistency*

Hasil penilaian akan sama jika diulang dalam kondisi sama (Yuherlinda, 2017).

3. *Equivalence*

Penilaian yang sama menghasilkan nilai atau keputusan yang setara ketika diadministrasikan di berbagai lembaga atau siklus pengujian (Yuherlinda, 2017).

4. *Feasibility* (kelayakan)

Penilaian ini praktis, realistis, masuk akal, mengingat konteks dan situasinya (Yuherlinda, 2017).

5. *Education effectt*

Penilaian bermanfaat dan memotivasi secara pendidikan (Yuherlinda, 2017).

6. *Catalytic effect*

Penilaian memberikan hasil dan umpan balik yang memotivasi semua pemangku kepeningan untuk menciptakan, meningkatkan, dan mendukung pendidikan (Yuherlinda, 2017).

7. *Acceptability*

Pemangku kepentingan menemukan proses penilaian dan hasilnya terpercaya (Yuherlinda, 2017).

2.4. Hubungan antara Kepercayaan Diri dan Kecemasan dengan Performa Hasil OSCE

Kepercayaan diri adalah salah satu faktor perilaku yang berbentuk keyakinan akan kapasitas individu sehingga tidak terhasut oleh individu lain dan mampu berbuat sesuai kemauan, senang, optimis, murah hati, dan bertanggung jawab. Kepercayaan diri yang negatif memiliki ciri mudah putus asa dan pesimis akan sesuatu yang membuat seseorang merasa cemas dan berkelanjutan menjadi kecemasan apabila tidak ditindak secara serius (Aiman, 2016).

Dalam beberapa penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri yang tinggi akan mengakibatkan kecemasan yang rendah. Sebaliknya jika kepercayaan yang rendah maka akan menyebabkan kecemasan yang tinggi.

Peningkatan kepercayaan diri diakibatkan oleh aspek persepsi diri, motivasi, dan lingkungan. Setiap orang mempunyai tingkat kepercayaan diri yang berbeda-beda setiap menjelang ujian. Jika seseorang berhasil mengontrol dan mengarahkan persepsi tentang ujian maka tingkat kepercayaan diri seseorang tinggi. Dalam kasus kecemasan juga, apabila seseorang dapat mampu mengontrol emosi pada saat menjelang ujian. Ketenangan juga dapat dicapai dan seseorang hanya mengalami cemas ringan.

Apabila individu mempunyai tingkat kepercayaan diri yang tinggi, maka seseorang tersebut akan mempunyai tingkat kecemasan yang rendah. Hal ini dapat membuat performa ujian OSCE dengan baik. Sebaliknya apabila individu memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah, maka seseorang tersebut akan mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi dan membuat performa ujian OSCE menjadi kurang optimal.

