

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kondisi *Insecure* merupakan suatu kejadian umum yang sering dialami oleh banyak individu, khususnya kalangan pelajar, dan seringkali dipicu oleh berbagai elemen sosial. Keadaan tidak aman mencakup pola pikir psikologis dimana seseorang mengalami perasaan rentan dan tidak nyaman akibat keadaan di sekitarnya. Indikasi ketidakamanan terwujud melalui emosi keterasingan, ketidakpuasan, kegelisahan, dan berkurangnya keyakinan terhadap kemampuan dan kekuatan diri sendiri.

Perasaan *Insecure* bermula dari persepsi pesimistis terhadap diri sendiri, dimana individu mengalami rasa kekurangan atau kekurangan. Membandingkan diri sendiri dengan orang lain sering kali dilakukan oleh mereka yang menyimpan rasa tidak aman. Meskipun kadang-kadang merasa tidak aman adalah hal yang lumrah, tingkat rasa tidak aman yang berlebihan terbukti berbahaya, menimbulkan kondisi kesehatan mental, meningkatnya kecemasan, dan bahkan berpotensi menyebabkan depresi, yang pada gilirannya dapat berujung pada kecenderungan untuk bunuh diri.

Ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap *Insecure*, termasuk namun tidak terbatas pada body shaming dalam pertemanan yang beracun, kurangnya dorongan dan dukungan dari anggota keluarga mengenai pencapaian pribadi, dan kegagalan untuk menghargai berkah dan harta yang sudah dimiliki. Untuk menggambarkan dampak buruk dari rendahnya rasa percaya diri, sebuah kejadian tragis di sebuah universitas di Indonesia menjadi pengingat akan

bagaimana depresi dapat mengarahkan seseorang untuk berpikir untuk bunuh diri sebagai cara untuk melarikan diri.

Banyak mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh yang kerap kali dihadapkan pada rasa Insecure, khususnya dalam hal rasa percaya diri dalam menjalin hubungan interpersonal. Studi ini secara khusus menggali pengalaman siswi, yang biasanya menunjukkan kepekaan tinggi terhadap interaksi sosial. Temuan awal menunjukkan bahwa rasa tidak aman yang ada di kalangan siswa ini dapat dikaitkan dengan kemampuan berbicara di depan umum yang tidak memadai, penampilan fisik yang dianggap biasa-biasa saja, dan warna kulit yang dianggap lebih gelap.

Untuk melawan perasaan Insecure, penting bagi Anda untuk memperoleh pemahaman komprehensif tentang kekuatan unik Anda dan secara aktif berupaya membangun kepercayaan diri. Penting juga untuk menerapkan pola pikir positif ketika mengakui dan mengatasi kelemahan pribadi, karena hal ini dapat mencegah timbulnya rasa rendah diri. Terlibat dalam kegiatan yang membangkitkan semangat, seperti menghadiri seminar pendidikan atau mendalami literatur pendidikan, dapat memberikan kontribusi besar dalam menumbuhkan pandangan positif terhadap kehidupan. Selain itu, memprioritaskan gaya hidup sehat dan mengelilingi diri dengan pertemanan yang positif dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kepercayaan diri dan meningkatkan kualitas hubungan interpersonal secara keseluruhan.

## **1.2 Fokus Penelitian**

Bentuk *Insecure* di kalangan mahasiswa program studi Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh.

1. *Insecure* termasuk apa yang tampak maupun dirasakan kurang pada diri.
2. Fenomena yang muncul membuat penarikan diri pada lingkungan sosial yang menjadikan seseorang mals berinteraksi dengan orang lain.
3. Rasa tidak percaya diri bisa memunculkan dampak buruk bagi diri sendiri.
4. Penggunaan media social yang berlebihan berdampak pada rasa percaya diri manusia

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan fokus pengkajian yang telah diuraikan, rumusan masalah pada pengkajian ini dapat dirinci sebagai berikut:

1. Bagaimana fenomena *Insecure* yang terjadi di antara mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh?
2. Apa metode atau cara yang umumnya dimanfaatkan oleh mahasiswa untuk mengatasi perasaan *Insecure* yang mereka alami?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan dari pengkajian ini yaitu:

1. Mengetahui fenomena *inscure* yang terjadi diantara mahasiswa Ilmu Komunikasi Universitas Malikussaleh
2. Mengetahui metode atau cara umum mengatasi perasaan *Insecure* yang dialami pada mahasiswa.

## **1.5 Manfaat penelitian**

Adapun manfaat dari pengkajian ini mencakup:

### **1. Manfaat Teoritis:**

a) Dapat berfungsi sebagai rujukan bagi pengkajian mendatang yang tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai fenomena *Insecure*.

b) Hasil penelitian diharapkan menyerahkan kontribusi pada pengembangan ilmu komunikasi, spesifiknya dalam konteks kepercayaan diri.

### **2. Manfaat Praktis:**

a) Hasil pengkajian harapannya bisa menjadi pedoman dan saran bagi seluruh mahasiswa Universitas Malikussaleh dalam membangun rasa percaya diri dalam interaksi sosial mereka.

b) Temuan penelitian juga diharapkan dapat memberikan masukan berharga bagi individu yang mengalami perasaan *Insecure*, sehingga mereka dapat memperbaiki diri dan mengembalikan kepercayaan diri mereka.