

# EFEKTIFITAS PENGGUNAAN AFIRMASI DIRI DALAM MENURUNKAN ANCAMAN STEREOTIPE MAHASISWA SULAWESI TENGGARA

**Elok Farida Husnawati<sup>1</sup>, Ardiyanti<sup>2</sup>, Rifka Retno Annisa<sup>3</sup>, Yuyun Parwati<sup>4</sup>**

Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email: [elokfaridaa@gmail.com](mailto:elokfaridaa@gmail.com)<sup>1</sup>, [dedeardianty@yahoo.com](mailto:dedeardianty@yahoo.com)<sup>2</sup>

[rifka.annisa@std.unissula.ac.id](mailto:rifka.annisa@std.unissula.ac.id)<sup>3</sup>, [yuyunparwati@gmail.com](mailto:yuyunparwati@gmail.com)<sup>4</sup>

## **Abstract**

Human resources of Indonesia actually has good potential, but the potential is not necessarily lead to a good performance, because the low competitive ability especially when competing with the stereotyped group has a higher capacity. Before began to competing already felt defeated, so it can degrade performance, people like this are experiencing stereotype threat. This phenomenon also occurred among students participating in the scholarship program Cerdas Sultraku in Unissula Semarang. Many students are difficult to get cumulative value 3.00 and allegedly experiencing stereotype threat . This allegation is supported by the results of a preliminary study on 124 students , it is evident that there is a significant influence stereotype threat to the GPA ,  $r_{xy} = 0.539$  and  $Rsquare = 29.1\%$  ,  $p = 0.000$  (  $p < 0.5$  ) . These conditions encourage the study II with experimental design with the aim to see the effectiveness of the use of self-affirmation to reduce stereotype threat . There are 40 students who have cumulative value of Southeast Sulawesi below 2.75 were divided into two groups, namely the affirmation group and the control group. Stereotype threat conditions appear to provide an explanation manipulation Sultra student achievement data and Java and Java student declared to have higher achievement. Affirmation group was asked to write positive things and tell stories of having experienced success, otherwise the control group were asked to write negative things and the bad stories they have ever experienced, after which both groups were asked to work on the landfill. The results showed that the group achieved a score of potency academic test affirmation higher than in the control group (  $t = 20.379$  ,  $p = 0.000$  ) . Results of this study could be a reference to the importance of self-affirmation in order to compete with other groups.

*Keywords : Streotype threat, self affirmation*

## PENDAHULUAN

Unissula mengadakan program beasiswa yang bekerja sama dengan pemerintah Sulawesi Tenggara untuk masyarakat Sulawesi Tenggara yang berprestasi, yang dikenal dengan “Cerdas Sultraku”. Terdapat 3324 orang yang mengikuti ujian dan sebanyak 1554 orang yang ikut menempuh pendidikan di Semarang. Ada ketentuan yang harus dicapai oleh Mahasiswa Sulawesi Tenggara dalam beasiswa “Cerdas Sultraku”, yaitu harus mencapai IPK 2,5 untuk tetap mengikuti program beasiswa tersebut. Dari data yang telah dikumpulkan, masih banyak mahasiswa yang berasal dari Sulawesi Tenggara mendapatkan IPK dibawah standar, bahkan rata-rata prestasinya lebih rendah jika dibandingkan dengan prestasi mahasiswa yang berasal dari Jawa. Faktor apa yang menyebabkan terjadinya fenomena itu, apakah benar memang berasal dari potensi mahasiswa yang berbeda ataukah ada hal lain. Apabila potensi mahasiswa yang masuk UNISSULA diasumsikan setara maka tentu ada sisi psikologis yang berbeda yang menyebabkan kesenjangan prestasi itu. Berdasarkan pemikiran ini muncul pertanyaan, apakah mahasiswa sultra mengalami ancaman stereotipe sehingga berpengaruh pada prestasinya.

Stereotipe adalah struktur kognitif yang berisi tentang pengetahuan, keyakinan dan harapan mengenai suatu kelompok, yang kemudian digunakan mengkategorikan suatu kelompok dan menjadi bahan untuk melakukan interaksi dengan kelompok tersebut (Hamilton dan Hewstone, 2007). Secara fakta perkembangan pendidikan di pulau Jawa lebih baik dibandingkan dengan di Sulawesi Tenggara khususnya. Fasilitas perkuliahan seperti gedung dan juga peralatan laboratorium (komputer, dan lain-lain) masih jauh dari kata memadai sehingga mahasiswa belum dapat belajar dan mengembangkan potensi secara maksimal. Kondisi ini membuat ada stereotipe bahwa mahasiswa dari luar pulau Jawa memiliki kemampuan akademik yang rendah. Stereotipe yang muncul ini bisa berkembang menjadi bentuk diskriminasi dari mahasiswa Jawa terhadap mahasiswa SULTRA, misalnya dengan enggan mengajaknya menjadi anggota kelompok.

Ancaman stereotipe adalah kecurigaan atau kekhawatiran individu akan dinilai dengan stereotipe negatif berdasarkan keanggotaannya dengan kelompok tertentu (Steele dan Aronson, 1995), dengan adanya ancaman stereotipe individu bisa semakin terpacu atau menjadi semakin menurun kemampuannya. Yang terjadi pada Mahasiswa Sulawesi Tenggara, muncul rasa khawatir

akan gagal dalam mencapai IPK yang distandarkan, bukan disebabkan karena perbedaan kemampuan masing-masing mahasiswa, namun bias jadi disebabkan oleh stereotipe bahwa mahasiswa Jawa memiliki prestasi yang lebih baik dari mahasiswa Sulawesi Tenggara.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ketika identitas sosial menjadi hal yang penting ketika melakukan tes, atau ketika tes yang diberikan sebagai diagnostik inteligensi maka murid yang diberikan perlakuan ancaman stereotipe memiliki hasil tes yang lebih rendah dan rasa percaya diri yang lebih rendah dari pada murid-murid yang tidak diberikan ancaman stereotipe. Bettina Spencer dan Emanuel Castaano (2007).

Hasil penelitian yang lain menunjukkan bahwa partisipan dengan *Internal Locus Of Control* akan lebih rentan mengalami dampak dari ancaman stereotype. Hal ini dilihat dari penurunan kinerja secara drastis bila dibandingkan dengan orang yang memiliki *Eksternal Locus Of Control*. Mara Cadinu, Anne Maas, Mery Lombardo dan Sara frigerio (2006).

Dalam penelitian sebelumnya peneliti menemukan bahwa kinerja seseorang yang menurun ditunjukkan oleh mayoritas anggota yang berada dibawah ancaman stereotip yang memang merupakan hasil dari tekanan situasional negatif yang tidak terkait dengan harapan kinerja. Mara Cadinu, dkk (2003). Dalam tekanan ancaman stereotip anggota yang mengalami ancaman stereotip kinerjanya lebih buruk dari pada yang tidak mengalami ancaman stereotip hal ini menunjukkan bahwa ancaman stereotip sangat berpengaruh terhadap kinerja seseorang.

Kelompok yang baru dikenal tidak mampu mengembangkan cara untuk mengatasi atau menempatkan identitas sosial negatif dalam kasus ini. Berarti hanya ketika berada disituasi stereotipe negatif yang dapat menyebabkan penurunan kinerja, karena tidak ada pengaruh penurunan kinerja yang tergantung pada karakteristik khusus dari kelompok atau anggota kelompok. Martini, dkk (2012).

Pengaruh ancaman stereotip pada sikap kerja dan niat itu sendiri dimediasi oleh konflik identitas dan kemungkinan mencapai tujuan karir. Temuan ini membahas implikasi dan keterbatasan. Courtney Von Hippel, dkk (2011). Dalam hal ini ancaman stereotip juga sangat berpengaruh terhadap cara kerja, kesungguhan dalam bekerja, niat kerja dan ditambah lagi dengan konflik identitas yang akan sangat berpengaruh terhadap pencapaian karir seseorang.

Salah satu cara untuk menurunkan bahkan menghilangkan ancaman stereotipe yang dipilih peneliti adalah dengan afirmasi diri. Karena afirmasi diri berupa optimisme dan ilusi positif yang

ditegaskan kepada kemampuan diri sendiri, sehingga mampu untuk melawan suatu ancaman. Armor dan Taylor (2002).

Buruknya dampak dari ancaman stereotipe membuat banyak peneliti mencari jalan keluar untuk mengatasi ancaman stereotipe. Dengan cara mengembangkan afirmasi diri (*self-affirmation*) yang didasarkan kepada kebutuhan mempertahankan integritas diri (Steele, 1988), ketika integritas diri terancam oleh struktur kognisi, kita menegaskan diri untuk percaya dengan kemampuan dan kekuatan diri sendiri. Hal tersebut kemudian diterapkan pada diri mahasiswa Sulawesi Tenggara untuk melawan ancaman stereotipe. Apabila diterapkan secara berkesinambungan akan mempengaruhi pikiran bawah sadar. Dengan memikirkan apa tujuan kita, apa yang kita inginkan, dan apa yang akan kita lakukan dapat meningkatkan prestasi belajar Mahasiswa Sulawesi Tenggara.

Pandangan kritis mengenai teori afirmasi diri mengemukakan bahwa ancaman yang berpotensi mengganggu integritas diri dapat di atasi dengan mendisiplinkan diri dalam beberapa domain penting dalam kehidupan. Sehingga, apabila individu diberi kesempatan untuk merefleksikan sumber positif dalam dirinya maka individu tersebut dapat dengan mudah mengembangkan integritas diri dengan lebih positif untuk dapat menjadi manusia yang lebih berintegritas, namun hal ini harus memungkinkan mereka untuk mempertahankan keseluruhan integritas dirinya dalam menghadapi informasi yang relevan sehingga mereka dapat terhindar dari risiko perilaku yang tidak sehat. (Tandler, S. et al, 2014).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa afirmasi diri dapat memberikan pengaruh positif pada pemberian stimulus kognitif dalam merekonstruksikan perubahan perilaku individu, dengan peserta yang memiliki resiko yang lebih tinggi untuk meningkatkan afirmasi diri, melaporkan bahwa faktor kognisi memberi pengaruh yang lebih positif pada berbagai indeks kehidupan setelah terhindar dari ancaman mengenai informasi perilaku yang berhubungan dengan buruknya kesehatan pada rekan-rekan yang tidak memiliki afirmasi diri. (D.C Jessop, et. al 2014).

## **RUMUSAN MASALAH**

1. Bagaimana efektifitas pemberian afirmasi diri dalam menurunkan ancaman stereotipe?
2. Bagaimana progres mahasiswa yang telah mengembangkan afirmasi diri?

## **TUJUAN PENELITIAN**

1. Untuk mengetahui efektivitas pemberian afirmasi diri dalam menurunkan ancaman stereotipe.
2. Untuk mengetahui progres mahasiswa yang telah mengembangkan afirmasi diri.

## **URGENSI PENELITIAN**

Dengan adanya penelitian ini, dapat membantu mengurangi ancaman stereotipe yang dialami oleh Mahasiswa Sulawesi Tenggara, agar dapat meningkatkan prestasi belajar Mahasiswa Sulawesi Tenggara. Dengan demikian Mahasiswa Sulawesi Tenggara dapat mencapai IPK sesuai standar program beasiswa Cerdas Sultraku.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental, yaitu suatu jenis penyelidikan dimana salah satu variabel dimanipulasi untuk mendapatkan hubungan sebab-akibat (Solso dan Maclin, 2002; dalam Seniati, dkk., 2005).

Tahap-tahap penelitian eksperimental yaitu (Robinson, 1981; Christensen, 2001; dalam Seniati, dkk., 2005):

#### **1. Memilih Ide Atau Topik Penelitian**

Tahap awal yang harus dilakukan sebelum memulai penelitian yaitu menentukan topik penelitian, karena topik penelitian berpengaruh pada keseluruhan penelitian yang akan dilakukan. Topik penelitian ini adalah “efektivitas penggunaan afirmasi diri dalam menurunkan ancaman stereotipe yang terjadi pada Mahasiswa Sulawesi Tenggara”.

#### **2. Merumuskan Masalah Dan Hipotesis Penelitian**

Masalah penelitian merupakan kalimat pertanyaan yang menyatakan hubungan antara 2 (dua) variabel atau lebih. Masalah penelitian ini adalah Mahasiswa Sulawesi Tenggara yang terancam stereotipe memiliki prestasi yang lebih rendah.

Hipotesis penelitian merupakan pernyataan mengenai dugaan hubungan antara 2 (dua) atau lebih variabel (Kerlinger dan Lee, 2000; dalam Seniati, dkk., 2005). Hipotesis penelitian ini adalah ada pengaruh afirmasi diri terhadap penurunan ancaman stereotipe Mahasiswa Sulawesi Tenggara.

### 3. Menentukan Variabel Penelitian

Variabel merupakan karakteristik atau fenomena yang dapat berbeda diantara organisme, situasi, atau lingkungan. Pada penelitian eksperimental bertujuan untuk mengetahui pengaruh variabel bebas terhadap variabel terganggunya. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah afirmasi diri, sedangkan variabel terganggunya pada penelitian ini adalah ancaman stereotipe. Afirmasi diri merupakan penegasan ilusi-ilusi positif, yang digunakan untuk mempertahankan integritas diri (Steele, 1988). Ancaman stereotipe adalah kecurigaan atau kekhawatiran individu akan dinilai dengan stereotipe negatif berdasarkan keanggotaannya dengan kelompok tertentu (Steele dan Aronson, 1995).

### 4. Menentukan Desain Penelitian

Desain penelitian eksperimental berkaitan dengan jalannya penelitian. Penelitian ini menggunakan desain *posttest only control group design*, dimana desain dua-kelompok yaitu terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa afirmasi diri, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan afirmasi diri.

### 5. Melaksanakan Penelitian

Sebelum melakukan eksperimen, peneliti melakukan *Preliminary study* untuk menguatkan asumsi peneliti, dengan cara menyebarkan skala *try out* kepada 40 orang secara *random*. Setelah melakukan *try out*, didapatkan hasil reliabilitas = 0,649 dan korelasi bergerak antara 0,377 - 0,459. Berdasarkan hasil *try out* tersebut didapatkan 4 aitem yang gugur.

Langkah selanjutnya peneliti melakukan penyebaran skala dengan teknik *random sampling* kepada 126 mahasiswa, dengan hasil analisis regresi ancaman stereotipe terhadap IPK sebesar  $R_{xy} = 0,539$  dan  $R_{square} = 29,1 \%$ . Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh antara ancaman stereotipe terhadap IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara.

Pemilihan partisipan eksperimen dilakukan dengan cara *purposive random sampling* berdasarkan data IPK yang telah didapatkan melalui BSI (Badan Sistem Informasi) Unissula, kemudian peneliti mengundang peserta untuk menghadiri eksperimen. Pembagian partisipan eksperimen pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan secara *random* atau diacak berdasarkan teknik *random assignment*.

Saat melakukan eksperimen partisipan diminta untuk mengisi *informed consent*. Kemudian Kelompok eksperimen diberikan manipulasi ancaman bahwa “Berdasarkan data yang diperoleh dari rektorat dan bagian akademik, menyatakan bahwa Mahasiswa Sulawesi Tenggara memiliki kemampuan akademik yang lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa, bahkan rata-rata IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara jauh lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa”.

Setelah diberikan manipulasi ancaman, kelompok eksperimen diminta untuk menuliskan tiga hal-hal positif yang dimiliki dan berpengaruh dalam pencapaian sukses subjek, kemudian menuliskan dua kisah-kisah sukses yang pernah subjek alami. Setelah itu subjek diminta untuk mengisi Tes Potensi Akademik (TPA) yang berjumlah 20 nomor. Tes TPA yang dipilih adalah tes TPA yang dipakai untuk seleksi beasiswa cerdas SULTRaku. Soal tersebut dipilih yang tidak terlalu mudah dan tidak terlalu sukar dengan taraf kesukaran 0,5 yang diperoleh dari data hasil TPA dari 3324 orang yang mengikuti ujian. 20 soal tersebut telah mencakup soal verbal, numerik, dan logika.

Sedangkan kelompok kontrol diberikan manipulasi ancaman bahwa “Berdasarkan data yang diperoleh dari rektorat dan bagian akademik, menyatakan bahwa Mahasiswa Sulawesi Tenggara memiliki kemampuan akademik yang lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa, bahkan rata-rata IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara jauh lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa”.

Setelah diberikan manipulasi ancaman, kelompok kontrol diminta untuk menuliskan tiga hal-hal buruk yang ada dalam diri subjek dan kenapa hal tersebut berpengaruh pada kehidupan subjek, kemudian subjek diminta untuk menuliskan dua permasalahan dalam hidup yang dialami subjek. Setelah itu subjek diminta untuk mengisi Tes Potensi Akademik (TPA) yang berjumlah 20 nomor.

Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah mengerjakan TPA diminta untuk mengisi hipotesis *awareness* tentang menurut subjek tujuan dari kegiatan yang telah dilakukan. Hipotesis *awareness* ini jika partisipan tahu tujuan dari penelitian ini maka subjek akan menunjukkan perilaku yang diinginkan sehingga hasil yang dicapai tidak valid. Dalam penelitian ini tidak ada yang mengetahui tujuan penelitian.

Pada awal perundingan bersama dosen pembimbing, merencanakan bahwa seharusnya partisipan eksperimen dikumpulkan menjadi satu dalam satu waktu, namun karena partisipan berasal dari berbagai fakultas yang jadwal perkuliahannya berbeda-beda, sehingga desain penelitian yang kami anggap paling cocok adalah desain *posttest only control group design*.

6. Mengolah dan Menganalisis Data

Analisis data digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan menguji hipotesis. Analisis data penelitian eksperimental ini menggunakan uji-t.

7. Membuat Kesimpulan

Kesimpulan merupakan interpretasi terhadap hasil perhitungan statistik. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh afirmasi diri terhadap penurunan ancaman stereotipe Mahasiswa Sulawesi Tenggara pada kelompok eksperimen, sedangkan pada kelompok kontrol tidak ada penurunan ancaman stereotipe.

8. Melakukan *Debriefing*

*Debriefing* dilakukan pada minggu keempat Bulan Juni, dengan tujuan untuk memberitahukan tentang hasil eksperimen yang telah dilakukan, menyampaikan seminar singkat tentang afirmasi diri, dan memberikan contoh tentang manfaat afirmasi diri.

## HASIL

Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Sulawesi Tenggara angkatan 2012 dan 2013, sejumlah 507 mahasiswa. Kemudian Sampel dalam penelitian ini merupakan Mahasiswa Sulawesi Tenggara angkatan 2012 dan 2013 yang memiliki IPK kurang dari 2,75. Waktu pelaksanaan penelitian yaitu pada minggu ketiga Bulan Mei yang bertempat di Ruang Audio Visual, Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Pada penelitian ini diperoleh data berupa data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang peneliti lakukan dengan cara terjun langsung ke lapangan, sedangkan data sekunder dilakukan dengan cara memperoleh data dari instansi-instansi yang berwenang. Data primer dilakukan dengan membagi skala secara *random* kepada 126 Mahasiswa Sulawesi Tenggara dengan mencantumkan identitas diri seperti: nama lengkap, fakultas, angkatan, IPK, asal, nomor *handphone*, pin BlackBerry Messenger (BBM), dan e-mail. Data sekunder dilakukan dengan mengirimkan surat kepada instansi terkait seperti rektorat bagian pengurusan data akademik Mahasiswa Sulawesi Tenggara,



kemudian mendapatkan surat disposisi untuk Badan Sistem Informasi (BSI) Unissula. Peneliti juga mengirimkan surat kepada wakil dekan I seluruh fakultas yang ada di Unissula untuk meminta data akademik Mahasiswa Sulawesi Tenggara. Data sekunder dilakukan dengan mengirimkan surat kepada instansi terkait seperti rektorat bagian kepengurusan data akademik Mahasiswa Sulawesi Tenggara, kemudian mendapatkan surat disposisi untuk Badan Sistem Informasi (BSI) Unissula. Peneliti juga mengirimkan surat kepada wakil dekan I seluruh fakultas yang ada di Unissula untuk meminta data akademik Mahasiswa Sulawesi Tenggara.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental, dengan tahap awal yaitu melakukan pemilihan ide dan topik penelitian. Tahap kedua yaitu membuat rumusan masalah dan hipotesis penelitian. Tahap ketiga yaitu menentukan variabel penelitian yang merupakan karakteristik yang berbeda diantara organisme, situasi, atau lingkungan. Tahap keempat yaitu menentukan desain penelitian. Penelitian ini menggunakan desain *posttest only control group design*, dimana desain dua-kelompok yaitu terdapat kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen diberikan perlakuan berupa afirmasi diri, sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan afirmasi diri. Tahap kelima, peneliti melakukan *Preliminary study* untuk menguatkan asumsi peneliti, dengan cara menyebarkan skala *try out* kepada 40 orang secara *random*. Setelah melakukan *try out*, diperoleh bahwa reliabilitas aitem adalah 0,649. Menurut Azwar (2010) data dikatakan reliabel apabila hasilnya 0,3 keatas. Hasil analisis aitem yang berdaya beda tinggi ada 6 aitem, yang koefisien korelasinya bergerak antara 0,377–0,459. 4 aitem di katakan gugur atau tidak dipakai karena berdaya beda rendah yaitu dibawah 0,3. Langkah selanjutnya peneliti melakukan penyebaran skala dengan teknik *random sampling* kepada 126 mahasiswa, dengan hasil analisis regresi ancaman stereotype terhadap IPK, yaitu  $R_{xy} = 0,539$  dan  $R_{square} = 29,1\%$ . Sehingga dapat di simpulkan bahwa ada pengaruh antara ancaman stereotype terhadap IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara. Pemilihan partisipan eksperimen dilakukan dengan cara *purposive random sampling* berdasarkan data IPK yang telah didapatkan melalui BSI (Badan Sistem Informasi) Unissula, kemudian peneliti mengundang peserta untuk menghadiri eksperimen. Pembagian partisipan eksperimen pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dilakukan secara *random* atau diacak berdasarkan teknik *random assignment*. Saat melakukan eksperimen partisipan diminta untuk mengisi *informed concent*. Kemudian Kelompok eksperimen diberikan manipulasi ancaman bahwa “Mahasiswa Sulawesi Tenggara memiliki kemampuan

akademik yang lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa, bahkan rata-rata IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara jauh lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa”. Setelah diberikan manipulasi ancaman, kelompok eksperimen diminta untuk menuliskan tiga hal-hal positif yang dimiliki dan berpengaruh dalam pencapaian sukses subjek, kemudian menuliskan dua kisah-kisah sukses yang pernah dialami oleh subjek. Setelah itu partisipan diminta untuk mengisi Tes Potensi Akademik (TPA) yang berjumlah 20 nomor dengan taraf kesukaran 0,5 yang diperoleh dari data hasil TPA dari 3324 orang yang mengikuti ujian seleksi Cerdas Sultraku. 20 soal tersebut telah mencakup soal verbal, numerik, dan logika. Sedangkan kelompok kontrol diberikan manipulasi ancaman bahwa “Berdasarkan data yang diperoleh dari rektorat dan bagian akademik, menyatakan bahwa Mahasiswa Sulawesi Tenggara memiliki kemampuan akademik yang lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa, bahkan rata-rata IPK Mahasiswa Sulawesi Tenggara jauh lebih rendah dibandingkan Mahasiswa Jawa”. Setelah diberikan manipulasi ancaman, kelompok kontrol diminta untuk menuliskan tiga hal-hal buruk yang ada dalam diri subjek dan kenapa hal tersebut berpengaruh pada kehidupan subjek, kemudian subjek diminta untuk menuliskan dua permasalahan dalam hidup yang dialami subjek. Setelah itu subjek diminta untuk mengisi Tes Potensi Akademik (TPA) yang berjumlah 20 nomor. Kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah mengerjakan TPA diminta untuk mengisi hipotesis *awareness* yaitu pendapat subjek mengenai tujuan dari kegiatan yang telah mereka ikuti. Hipotesis *awareness* adalah cara untuk mengetahui jika partisipan tahu tujuan dari penelitian ini maka subjek akan menunjukkan perilaku yang diinginkan sehingga hasil yang dicapai tidak valid. Dalam penelitian ini tidak ada yang mengetahui tujuan penelitian ini.

## KESIMPULAN

Pada studi ini, penggunaan afirmasi diri terbukti efektif untuk menurunkan ancaman stereotipe yang dialami oleh mahasiswa-mahasiswa perantauan seperti Mahasiswa Sulawesi Tenggara, agar mahasiswa-mahasiswa tersebut dapat meningkatkan prestasi dan potensi yang dimiliki. Karena dari hasil yang didapatkan, bukan karena potensi buruk yang dimiliki, namun karena mereka terkena ancaman stereotipe yang bisa menurunkan potensi yang baik. Sebelum partisipan diberikan perlakuan afirmasi diri, semua partisipan diberikan manipulasi ancaman

stereotype, setelah itu partisipan diberikan perlakuan afirmasi diri terbukti bahwa partisipan mengalami penurunan ancaman stereotype.

Penurunan ancaman stereotype terjadi karena partisipan diminta untuk menuliskan hal-hal positif yang ada dalam diri subjek dan menceritakan pengalaman sukses yang pernah dialami oleh subjek, sehingga subjek memotivasi diri sendiri, memunculkan hal-hal positif, menanamkan kepercayaan pada diri subjek akan kemampuan yang dimiliki bahwa subjek mampu untuk mengembangkan potensi dan mampu untuk berprestasi.

## **SARAN**

Berdasarkan hasil dan proses tritmen yang dilaksanakan maka kami mengajukan kekurangan dari penelitian ini adalah :

- Para peserta tidak dapat bertemu dalam satu waktu, karena perbedaan jadwal antara masing-masing mahasiswa yang berbeda fakultas.
- Awal penelitian ini, akan membuat pelatihan intens selama beberapa bulan, namun sulit untuk dilakukan karena perbedaan jadwal antar peserta.
- Sulit untuk menghubungi mahasiswa Sultra, dikarenakan adanya isu yang beredar tentang *Drop Out*, dan berkembang isu bahwa panggilan ini berhubungan dengan DO anak Sultra yang IPK-nya berada dibawah 2,75.

Dari kekurangan yang dipaparkan diatas, maka kami mengajukan saran dari penelitian ini yaitu, diharapkan pada peneliti selanjutnya untuk lebih memperhatikan jadwal-jadwal responden agar tidak terjadi ketimpangan seperti yang kami hadapi. Semoga afirmasi diri dapat digunakan membantu menurunkan permasalahan-permasalahan yang melibatkan kondisi psikis sehingga dapat menurunkan *performance* seperti ancaman stereotype.

## **DISKUSI**

Berdasarkan pelaksanaan penggunaan afirmasi diri dalam penelitian ini terbukti sangat signifikan bahwa afirmasi diri dapat menurunkan ancaman stereotype Mahasiswa Sulawesi Tenggara, penurunan ancaman stereotype terjadi setelah partisipan diberikan afirmasi diri sebelum diberikan *post-test*. Hasil ini mendukung penelitian David K. Sherman dan Geoffrey L. Cohen

(2006) yang menyimpulkan bahwa banyak peneliti yang telah membuktikan afirmasi diri dapat melemahkan atau menghilangkan respon normal terhadap keadaan yang mengancam, hal tersebut dilakukan dengan motivasi untuk melindungi integritas diri. Afirmasi yang dilakukan meliputi aspek-aspek yang berlawanan dengan ancaman, atau terlibat dalam nilai-nilai penting yang tidak memiliki hubungan dengan ancaman tersebut.

Implikasi dari penelitian ini yaitu sebagai pengetahuan baru tentang efek afirmasi yang dapat dilanjutkan secara longitudinal oleh peneliti-peneliti selanjutnya. Selain itu, dapat dilakukan penyusunan modul pelatihan afirmasi untuk Mahasiswa Sultra yang memiliki IPK <2,75 agar tidak terkena *Drop Out*. Pelatihan afirmasi dapat diterapkan pada semua Mahasiswa di fakultas di Unissula dan juga dapat diterapkan oleh kelompok-kelompok lain untuk mengurangi ancaman stereotipe, bukan hanya di Unissula. Pelatihan afirmasi bukan hanya dilakukan sebagai penelitian atau kegiatan, tetapi juga dapat sebagai untuk pelatihan pada diri sendiri agar dapat mengembangkan seluruh potensi yang dimiliki.

## DAFTAR PUSTAKA

- Cadinu, M, Maas, A, Lombardo, M. and Frigerio, S. (2003). Stereotype Threat: The Effect Of Expectancy On Performance. *European Journal of Social Psychology. Eur. J. Soc. Psychol.* 33, 267–285.
- Cadinu, M, Maas, A, Lombardo, M. and Frigerio, S. (2006). Stereotype threat: The moderating role of Locus of Control beliefs. *European Journal of Social Psychology Eur. J. Soc. Psychol.* 36, 183–197.
- Jessop, Ph.D, D.C, Sparks, P, Ph.D, Buckland, BSc.N, Harris, P.R Ph.D and Churchill, S, Ph.D (2014). Combining Self-Affirmation and Implementation Intentions: Evidence of Detrimental Effects on Behavioral Outcomes. *The Society of Behavioral Medicine* 2013, 47:137–147.
- Hamilton, D. L., & Hewstone, M. (2007). Conceptualising Group Perception, A 35-year evolution. In Miles Hewstone, Henk A. W. Schut, John B. F. de Wit, Kees van den Bos, and Margaret

- S. Stroebe. *The Scope of Social Psychology Theory and applications Essays in honour of Wolfgang Stroebe* (pp. 87-106). Hove: Psychology Press.
- Hippel, C.V, Issa, M., Ma, R., And Stokes, A. (2011). Stereotype Threat: Antecedents And Consequences For Working Women. *European Journal of Social Psychology*, Eur. J. Soc. Psychol. 41, 151–161.
- Martiny, S.E, Roth, E, Jelenec, P, Steffens, M.C And Croizet, J.C. (2012). When a new group identity does harm on the spot: Stereotype threat in newly created group. *European Journal of Social Psychology*, Eur. J. Soc. Psychol. 42, 65–71.
- Sherman, D.K and Cohen, G.L. *The Psychology Of Self-Defense: Self-Affirmation Theory. Advances In Experimental Social Psychology*, Vol. 38.
- Spencer, B. And Castaano, E. (2007). Social Class is Dead. Long Live Social Class! *Stereotype Threat among Low Socioeconomic Status Individuals. Soc Just Res* (2007) 20:418–432.
- Steele, C. M. (1988). The psychology of self affirmation: Sustaining the integrity of the self. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 21, pp. 261–302). New York: Academic Press.
- Steele, C. M., & Aronson, J. (1995). Stereotype threat and the intellectual test performance of African–Americans. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 797–811.
- Tandler. S, Schwinger. M, Kaminski. K, Stiensmeier-Pelster. J (2014). Self-Affirmation Buffers Claimed Self-Handicapping? *A Test of Contextual and Individual Moderators. Psychology*, 2014, Vol. 5, 321-327.