

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Permasalahan**

Pendidikan merupakan kebutuhan primer dalam kehidupan manusia, aspek paling penting dalam pembangunan nasional, yaitu sebagai upaya meningkatkan kualitas hidup dan membentuk manusia yang lebih baik di masa yang akan datang. Seperti yang tertera dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 ayat 1 tentang pendidikan yaitu:

“Pendidikan dapat diartikan sebagai usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara”.

Salah satu jenjang pendidikan formal di Indonesia ialah perguruan tinggi. Memasuki perguruan tinggi mendatangkan perubahan hidup bagi individu. Biasanya perubahan dialami paling sering di tahun pertama kuliah ketika memasuki perguruan tinggi (Setyowati,dkk dalam Amelia,dkk, 2014). Gunarsa (2008) menyatakan bahwa ketika individu memasuki perguruan tinggi, individu menghadapi berbagai perubahan, mulai dari perubahan karena perbedaan sifat pendidikan sekolah menengah atas dan perguruan tinggi, perbedaan dalam hubungan sosial, pemilihan bidang studi atau jurusan, dan masalah ekonomi. Selain menghadapi perubahan-perubahan di atas, mahasiswa baru juga akan menghadapi tekanan akibat proses akulturasi dengan budaya baru di tempat ia menuntut ilmu. Mahasiswa harus menghadapi perubahan budaya, perubahan gaya hidup, perubahan lingkungan,

dan mahasiswa dituntut untuk mampu mengatasinya dengan baik agar kelangsungan pendidikan juga berjalan dengan baik.

Peneliti memfokuskan pada mahasiswa tahun pertama yang mengambil program kelas karyawan dikarenakan dewasa ini program kelas karyawan makin diminati terutama bagi individu yang sudah bekerja atau sebagai karyawan. Salah satu Universitas Swasta di Yogyakarta yang membuka program kelas karyawan ialah Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Program kuliah karyawan dimaknai sebagai kuliah yang diselenggarakan oleh universitas (kampus) untuk calon mahasiswa yang umumnya sudah menajadi karyawan. Biasanya calon mahasiswa yang sudah menjadi karyawan hanya mempunyai waktu luang terbatas, yaitu pada setiap sore atau malam hari atau pada hari sabtu serta minggu saja. Kuliah kelas karyawan tidak menyalahi aturan Dikti selama ada tatap jumlah serta kualitas muka (pertemuan) dalam pembelajaran yang sesuai ([www.blog.mercubuana-yogya.ac.id](http://www.blog.mercubuana-yogya.ac.id)).

Berdasarkan wawancara peneliti pada 12 mahasiswa tahun pertama program karyawan pada bulan April dan Oktober 2016 di kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta, ditemukan kesulitan-kesulitan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tahun pertama kelas karyawan khususnya fakultas psikologi antara lain : manajemen waktu untuk kuliah dan bekerja, penyesuaian sosial, interaksi dan komunikasi, masalah adaptasi terhadap sistem di kampus, serta berkurangnya kuantitas dan kualitas bersama keluarga ataupun orang-orang terdekat.

Dalam menyikapi permasalahan-permasalahan tersebut diatas, mahasiswa memerlukan kemampuan untuk beradaptasi positif dalam menghadapi kesulitan dan membutuhkan kemampuan luar biasa untuk bertahan dan bangkit dari kesulitan yang dihadapi seseorang secara sehat, dalam keilmuan psikologi disebut resiliensi (Ekasari & Andriyani, 2013). Astuty (dalam Amelia, dkk, 2014) menambahkan bahwa reaksi setiap individu berbeda dalam menghadapi berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup. Perbedaan reaksi disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang ada. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan itu adalah resiliensi. Individu yang mempunyai resiliensi disebut individu yang resilien.

Reivich & Shatte (2003) mendefinisikan resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi, mengendalikan, melalui, dan bangkit kembali ketika kesulitan menerpa. Adapun mengenai aspek-aspek resiliensi menurut Reivich & Shatte (2003) ada (7) tujuh aspek, yaitu: (1) regulasi emosi, yaitu kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan; (2) pengendalian impuls, adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang; (3) optimis, ialah individu percaya semua hal dapat berubah lebih baik serta memiliki harapan terhadap masa depan dan dapat mengontrol arah hidupnya; (4) analisis penyebab, ialah kemampuan individu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan individu secara akurat; (5) empati, ialah kemampuan individu untuk dapat memahami perasaan dan dapat membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain; (6) efikasi diri, ialah individu percaya bahwa individu tersebut dapat

mengatasi permasalahan-permasalahan yang mungkin akan dialami dan mempercayai kemampuannya untuk sukses; (7) pencapaian aspek positif, ialah kemampuan individu meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Tingkat resiliensi pada siswa di Indonesia dewasa ini cenderung masih rendah dan mudah rapuh, salah satu bukti rendahnya tingkat resiliensi siswa yaitu meningkatnya kasus bunuh diri pada siswa. Kasus bunuh diri di Indonesia pada anak dan remaja (usia 15-24 tahun) tercatat tertinggi di Asia. Siswa dituntut untuk aktif dan kreatif, sehingga tidak jarang siswa mendapatkan kesulitan dan permasalahan dalam menjalani proses belajar mengajar di sekolah yang menyebabkan siswa tertekan (Ekasari & Andriyani, 2013).

Penelitian Amelia, dkk (2014) menunjukkan tingkat resiliensi pada mahasiswa tahun pertama belum berada pada kategori tertinggi, paling banyak berada pada ketangguhan diri (resiliensi) kategori sedang. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran Universitas Riau yang berjumlah 119 orang yang terdiri dari 22 mahasiswa laki-laki dan 97 mahasiswa perempuan. Dalam penelitian ini juga dihasilkan kesimpulan bahwa ada perbedaan ketangguhan diri (resiliensi) berdasarkan jenis kelamin, ketangguhan diri (resiliensi) pada laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Disimpulkan pula bahwa mahasiswa tahun pertama yang berstatus tempat tinggal bersama orang tua/keluarga mempunyai ketangguhan diri (resiliensi) lebih tinggi dibandingkan yang sendiri atau kos, serta diketahui resiliensi mahasiswa yang asal

sekolah didalam kota Pekanbaru lebih tinggi dari mahasiswa yang asal sekolah berasal dari luar Pekanbaru.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 12 mahasiswa tahun pertama kelas karyawan di kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada bulan April dan Oktober 2016, dari hasil wawancara peneliti menemukan gejala-gejala resiliensi yang rendah pada 7 mahasiswa tahun pertama program karyawan, yaitu; mahasiswa merasa tertekan ketika dikejar *deadline* pekerjaan dan tugas kuliah juga harus segera dikumpulkan, fokus bekerja maupun kuliah terganggu ketika sedang ada masalah keluarga atau masalah pribadi lainnya, stres kerja dan tugas kuliah menyebabkan komunikasi interpersonal dengan anggota keluarga ataupun teman dekat kadang tidak baik. Hal-hal tersebut mengindikasikan rendahnya aspek regulasi emosi.

Dilihat dari aspek pengendalian impuls juga terindikasi masih rendah, ditunjukkan dengan mudah tersinggung ataupun tidak bisa menahan amarah karena hal-hal kecil, seperti ketidakpuasan terhadap pelayanan akademik, tidak saling bicara ataupun adu mulut ketika terjadi konflik dengan rekan kerja, keluarga ataupun teman. Selain itu, harapan mahasiswa sebatas hanya sampai ingin cepat lulus kuliah, pesimis dapat mencapai karir/pekerjaan yang dicita-citakan, hal tersebut menunjukkan masih kurangnya aspek optimis dalam diri.

Kemampuan mahasiswa untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan juga belum muncul, ditunjukkan ketika terjadi permasalahan dalam pekerjaan, kampus, keluarga maupun masalah pribadi lainnya mahasiswa cenderung tidak berpikir kembali mengenai penyebab masalahnya, namun lebih terfokus untuk

mencari jalan keluar saja. Dilihat dari aspek empati, mahasiswa kurang peka dalam mengenali perasaan atau kondisi orang-orang disekitarnya, baik teman maupun anggota keluarganya, hal tersebut menunjukkan kurangnya rasa empati pada diri mahasiswa.

Mahasiswa juga merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya untuk dapat menyelesaikan kuliah hingga lulus ataupun tidak yakin dapat lulus tepat waktu, merasa tidak mampu lulus dengan predikat *cumlaude*, tidak yakin dirinya mampu menyelesaikan pekerjaan ataupun tugas yang diberikan oleh pimpinan. Hal-hal ini mengindikasikan kurangnya efikasi diri dalam diri mahasiswa. Dapat dilihat pula bahwa mahasiswa juga belum mampu meraih aspek positif/hikmah/pelajaran dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa, seperti cenderung melakukan kesalahan yang sama, misalnya berulang kali mangkir dari *deadline* pekerjaan ataupun melanggar aturan perusahaan, masih sering terlambat atau tidak mengumpulkan tugas kuliah, masih kerap tidak menuruti perintah/keinginan orang tua meskipun sering diingatkan. Hal-hal tersebut masih diulangi meskipun mengetahui akan menimbulkan masalah dan berdampak negatif pada diri.

Dari uraian fakta di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat resiliensi mahasiswa tahun pertama kelas karyawan terindikasi masih rendah. Seyogyanya setiap individu memiliki resiliensi yang tinggi karena individu yang resilien akan mampu untuk bertahan dibawah tekanan atau kesedihan dan tidak menunjukkan suasana hati yang negatif terus menerus. Apabila resiliensi dalam diri seseorang itu meningkat, maka akan mampu mengatasi masalah-masalah apapun, mampu

untuk meningkatkan potensi-potensi diri, menjadi optimis, muncul keberanian, dan kematangan emosi (Aprilia, 2013).

Uyun (2012) juga menyatakan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak terbenam dengan perasaan sebagai korban lingkungan atau keadaan dan mampu mengambil keputusan saat berada dalam situasi sulit. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mampu mempertahankan perasaan positif, kesehatan serta energi, dan individu yang resilien ialah individu yang tegar, individu memiliki energi positif yang akan melahirkan orang berkarakter. Selain itu, resiliensi juga mempengaruhi penurunan tingkat distres psikologis pada mahasiswa, semakin tinggi tingkat resiliensi maka semakin rendah tingkat distres psikologis pada mahasiswa. Resiliensi berkaitan erat dengan tingkat distres yang dialami oleh individu. Individu yang resilien akan mampu mencapai tujuannya, berpikir dengan hati-hati, tenang, fokus terhadap masalah, mampu beradaptasi dan mengendalikan diri, dan yakin akan Tuhan dan nasib disaat mengalami kemunduran atau hal negatif (Azzahra, 2016).

Penelitian Rusli (2016) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan stres kerja. Semakin tinggi resiliensi karyawan, maka semakin rendah stres kerja karyawan. Karyawan yang resilien akan mampu bertahan dalam situasi-situasi yang mendesak, dalam menghadapi tuntutan dan tantangan pekerjaan yang menimbulkan stres kerja, dan sebaliknya individu yang tidak resilien akan mudah putus asa dalam menghadapi masalah serta seringkali mengalami kesulitan dalam menghadapi situasi yang menekan.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi menurut Everall, dkk (2006), antara lain; (a) faktor individual, merupakan kemampuan individu yang meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu; (b) faktor keluarga, meliputi dukungan yang bersumber dari orang tua, yaitu bagaimana cara orang tua untuk memperlakukan dan melayani anak. Selain dukungan dari orang tua struktur keluarga juga berperan penting bagi individu; (c) faktor komunitas, meliputi keterlibatan dalam hubungan dan ekstrakurikuler kegiatan di luar rumah membantu berkembangnya resiliensi.

Bertitik tolak dari faktor-faktor determinan tersebut, maka konsep diri diasumsikan sebagai salah satu faktor penting yang mempengaruhi tingkat resiliensi individu. Hal ini dikarenakan konsep diri merupakan salah satu aspek perkembangan psikosial individu, konsep diri merupakan salah satu variabel yang menentukan dalam proses pendidikan. Banyak bukti yang menguatkan bahwa rendahnya prestasi dan motivasi peserta didik serta terjadinya penyimpangan-penyimpangan perilaku peserta didik banyak disebabkan oleh persepsi dan sikap negatif peserta didik terhadap diri sendiri. Demikian juga dengan peserta didik yang mengalami kesulitan belajar, lebih disebabkan oleh sikap peserta didik yang memandang dirinya tidak mampu melaksanakan tugas-tugas dan kesulitan-kesulitan yang dihadapi (Desmita, 2014).

Berzonsky (1981) mendefinisikan konsep diri adalah gambaran yang dimiliki individu tentang dirinya, yang terdiri dari diri secara fisik, sosial, moral, dan psikis. Berzonsky (1981) membagi aspek konsep diri menjadi 4 aspek, antara



lain: a) aspek diri fisik, ialah pandangan, pikiran, perasaan individu terhadap fisiknya; b) aspek diri psikis, yaitu pikiran, perasaan, dan perilaku yang dimiliki individu tentang diri individu; c) aspek diri sosial, yaitu peran sosial yang dimainkan individu serta penilaian individu terhadap seberapa baik atau buruknya peran tersebut; d) aspek diri moral, yaitu terdiri dari nilai dan prinsip yang memberi arti serta arah bagi kehidupan seseorang.

Penelitian Cholily (2014) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi. Semakin tinggi konsep diri maka semakin tinggi pula resiliensi mahasiswa. Konsep diri memberikan sumbangan sebesar 45% terhadap resiliensi, sisanya 55% dipengaruhi oleh faktor lain. Ditemukan juga bahwa pada mahasiswa angkatan 2010, 2011, dan 2013 terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi, namun pada mahasiswa angkatan 2012 tidak terdapat adanya hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan resiliensi.

Fleishman & Schoenberg (2011) menyatakan bahwa resiliensi individu dipengaruhi oleh konsep diri positif. Individu yang memiliki konsep diri tinggi akan lebih optimis, penuh percaya diri dan selalu bersikap positif terhadap segala sesuatu, juga terhadap kegagalan yang dialaminya. Individu juga mampu menghargai dirinya dan melihat hal-hal positif yang dapat dilakukan demi keberhasilan di masa yang akan datang. Namun, jika konsep diri individu rendah, individu akan meyakini dan memandang bahwa dirinya lemah, tidak kompeten, tidak disukai, kehilangan daya tarik terhadap hidup, pesimistik terhadap

kehidupan dan kesempatan yang dihadapinya serta mudah menyerah (Rini dalam Nur & Ekasari, 2008).

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, dapat disimpulkan bahwa dengan meningkatkan konsep diri menjadi salah satu cara agar mahasiswa program kelas karyawan mampu meningkatkan kemampuan untuk mengatasi dan melalui kesulitan atau rintangan yang menerpa, sehingga peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan?

## B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

### 1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan resiliensi pada mahasiswa tahun pertama program kelas karyawan.

### 2. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat secara teoritis penelitian ini ialah memberikan kontribusi bagi perkembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dan psikologi perkembangan.
- b. Manfaat praktis jika penelitian ini berhasil dilaksanakan ialah dapat bermanfaat bagi para mahasiswa tahun pertama yang mengambil program kelas karyawan agar sedini mungkin meningkatkan konsep diri agar mampu untuk mengatasi, mengendalikan, melalui rintangan serta kesulitan selama proses perkuliahan hingga lulus.