

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Seseorang yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia. Setiap orang yang terdaftar secara resmi untuk menempuh pendidikan di perguruan tinggi dan berusia antara 18 sampai 30 tahun dianggap sebagai mahasiswa. Salah satu kelompok sosial yang menonjol karena keterikatannya dengan perguruan tinggi adalah mahasiswa. Dalam lapisan masyarakat yang sering kali dipenuhi dengan berbagai predikat, mahasiswa juga merupakan calon intelektual atau cendekiawan muda (2014. pengertianku.net., 24 Juni 2023).

Menurut data Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, pada tahun 2022 jumlah penduduk Indonesia yang akan menempuh pendidikan di sekolah mencapai 9,32 juta jiwa. Jumlah ini meningkat 4,02% dibandingkan tahun sebelumnya yang mencapai 8,96 juta jiwa. Sementara itu, perguruan tinggi swasta (PTS) menjadi perguruan tinggi dengan jumlah mahasiswa terbanyak, yakni sebanyak 4,49 juta orang. Perguruan tinggi negeri (PTN) menampung 3,38 juta mahasiswa. Perguruan tinggi keagamaan (PTA) tercatat sebanyak 1,25 juta mahasiswa. Sementara itu, perguruan tinggi negeri (PTN) tercatat sebanyak 196.268 mahasiswa. Selain itu, jenjang sarjana (S1) yang merupakan jenjang pendidikan tertinggi, tercatat sebanyak 7,83 juta mahasiswa. Secara keseluruhan, jumlah mahasiswa yang menempuh pendidikan di jenjang D3 mencapai 607.288 mahasiswa. Sementara itu, jumlah mahasiswa jenjang magister (S2) tercatat

sebanyak 351.892 mahasiswa. Hingga saat ini tercatat sebanyak 273.894 mahasiswa terdaftar di program D4 (Rizaty, 2023. [Dataindonesia.id](https://dataindonesia.id), 24 Juni 2023).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) 2021, jumlah mahasiswa yang berkuliah di DIY mencapai 400.000 orang. Mereka tersebar di 135 perguruan tinggi di wilayah DIY dan memberikan *multiplier effect* secara ekonomi (Razak. 2023. [Jogjapolitan.harianjogja.com](https://jogjapolitan.harianjogja.com), 24 juni 2023). Hal tersebutlah yang menjadikan wilayah Yogyakarta di juluki Kota Pelajar. Dalam Putri, et all (2022) fakta di lapangan yang terjadi, pada intake tahun 2020 di Fakultas Psikologi Universitas 17 Agustus 1945 dengan jumlah mahasiswa 277 orang, tercatat data IPK mengalami penurunan setiap semesternya. Pada semester I IPK rata-rata mahasiswa psikologi sebesar 3,35, semester II mengalami penurunan sebesar 0,4% menjadi IPK rata-rata 3,31, semester III mengalami penurunan sebesar 0,18% menjadi IPK rata-rata 3,17 dan semester IV mengalami penurunan sebesar 0,5% menjadi IPK rata-rata 3,12.

Hal ini memperlihatkan bahwa adanya penurunan IPK mahasiswa selama empat semester berturut-turut. Hal ini sering kali disebabkan oleh kurangnya pemahaman terhadap materi yang diajarkan atau ketidakmampuan dalam mengatur waktu dan prioritas belajar. Selain itu, banyak siswa yang menunjukkan enggan atau kurangnya motivasi untuk mengerjakan tugas, yang dapat diakibatkan oleh berbagai faktor seperti lingkungan belajar yang tidak mendukung, kurangnya dorongan dari orang tua atau guru, serta minimnya rasa percaya diri. Kondisi ini menciptakan lingkaran setan di mana hasil belajar yang rendah menyebabkan penurunan semangat dan motivasi, yang pada gilirannya membuat siswa semakin sulit untuk memperbaiki prestasi mereka.

Sudjana (2016) menyebutkan bahwa prestasi belajar siswa pada hakikatnya adalah perubahan mencakup bidang kognitif (proses berpikir), afektif (watak perilaku seperti watak, minat, sikap, dll), dan psikomotor (keterampilan motorik) yang berfokus pada proses belajar mengajar yang dialami mahasiswa. Menurut Wahab (2018), prestasi belajar merupakan suatu cara mengubah tingkah laku yang timbul akibat adanya reaksi awal, dengan catatan perubahan tersebut bukan merupakan hasil pematangan atau perubahan sementara yang disebabkan oleh faktor luar. Menurut Darmadi (2017), prestasi belajar adalah hasil yang dapat dicapai siswa berdasarkan pengetahuan, sikap, dan kemampuan yang dimilikinya. Di kampus, terdapat unsur kurikulum berbasis kompetensi dan pencapaian pembelajaran. Ketiga komponen pencapaian pembelajaran afektif, kognitif, dan psikomotorik akan lebih efektif dicapai jika setiap mahasiswa memiliki ketiganya (Syafi'i et al, 2018).

Pada saat ini Tidak dapat dipungkiri lagi Prestasi belajar itu salah satu hal yang penting saat ini semua yang berkaitan dengan Pendidikan dan pekerjaan tidak lepas dari prestasi belajar. Kartu Hasil Studi (KHS) menampilkan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) yang menunjukkan capaian pembelajaran akademik mahasiswa. Setiap perguruan tinggi memiliki persyaratan kelulusan yang harus dipenuhi oleh mahasiswa, sehingga semua mahasiswa harus memiliki capaian pembelajaran yang baik.. Misalnya mahasiswa yang sudah lulus atau sarjana dengan memiliki prestasi belajar yang baik akan dimudahkan untuk bisa meneruskan ke jenjang selanjutnya atau S2. Begitupun di dunia kerja, jika dalam pendidikannya memiliki prestasi belajar yang baik pasti akan lebih diperhitungkan untuk diterima.

Kembali lagi prestasi belajar, itu salah satu hal yang penting pada saat ini semua yang berkaitan dengan Pendidikan dan pekerjaan tidak lepas dari prestasi belajar. Semakin baik prestasi belajar akan memudahkan dalam segala hal. Fokus utama pendidikan adalah peserta didik, karena pendidikan bertujuan untuk membantu mereka meningkatkan kualitas hidup, kepercayaan diri, rasa ingin tahu, serta pengetahuan dan keterampilan yang dimiliki. Di tingkat pendidikan tinggi, mahasiswa diharapkan aktif dalam proses belajar dengan memanfaatkan berbagai sumber seperti perpustakaan, jurnal, dan internet. Sebagian besar tugas akademik mengharuskan mahasiswa mencari referensi tambahan dan mengembangkan pola pikir mandiri agar dapat menyelesaikan tugas secara efektif (Saleh, 2014). Oleh itulah prestasi belajar pada saat ini sangat penting untuk ditingkatkan. Dengan adanya data tersebut dapat membuat pembelajaran bahwa prestasi belajar itu sangat penting untuk masa depan.

Peneliti melakukan wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan tiga mahasiswa yaitu dua mahasiswa UPN dan satu mahasiswa UMBY pada 28 Mei 2024 di salah satu kost di Condongcatur,. Berdasarkan hasil wawancara dengan mahasiswa terkait prestasi belajar, mereka juga mengalami penurunan IPK dari semester sebelumnya dan ditemukan beberapa aspek. Pada aspek kognitif, mahasiswa sering kali membutuhkan waktu yang lebih lama untuk memahami materi yang diajarkan. Terkadang, meskipun telah mengikuti penjelasan dosen, mereka masih merasa kebingungan dan tidak sepenuhnya mengerti konsep yang disampaikan. Hal ini menunjukkan bahwa mungkin terdapat kesenjangan antara metode pengajaran dan gaya belajar mahasiswa, yang mengakibatkan kesulitan

dalam memahami materi secara mendalam. Selain itu, dari aspek afektif, terlihat bahwa mahasiswa sering kali mengalami rasa malas dan cenderung menunda-nunda dalam mengerjakan tugas dan mempersiapkan diri untuk belajar. Adapun dari aspek psikomotorik, mahasiswa seringkali tidak mencatat atau malas mencatat materi yang telah disampaikan sebelumnya dan bahkan lebih memilih memfoto materi yang ada di papan tulis atau projector. Selain itu dari aspek psikomotorik yang timbul yaitu seringkali mahasiswa ketika presentasi di depan teman-teman mahasiswanya berbicara dengan terbata-bata.

Pada dasarnya, mahasiswa idealnya menunjukkan prestasi belajar yang semakin membaik atau setidaknya stabil dari waktu ke waktu. Mahasiswa berprestasi menurut Depdiknas (2010) yaitu mahasiswa yang berhasil mencapai prestasi tinggi, baik akademik maupun non akademik, mampu berkomunikasi dengan bahasa Indonesia dan bahasa Inggris, bersikap positif, dan memiliki kepribadian yang baik. Hasil merupakan bukti dari suatu tindakan yang telah dilakukan, baik sendiri maupun bersama-sama. Selama seseorang tidak terlibat dalam suatu kegiatan, maka hasil tidak akan tercapai. Kenyataannya, untuk mencapai prestasi lebih sulit dari yang diantisipasi dan memerlukan upaya mengatasi sejumlah kendala (Redana, 2017). Hal ini dapat dilihat dari nilai tugas yang konsisten baik, tanpa adanya kebutuhan untuk remedial, atau bahkan tidak ada remedial sama sekali. Konsistensi dalam nilai tugas ini berkontribusi secara signifikan terhadap peningkatan Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) atau Indeks Prestasi (IP) pada akhir semester. Dengan demikian, mahasiswa yang mampu mempertahankan atau meningkatkan prestasi belajarnya akan lebih mudah

mencapai IPK yang tinggi, yang merupakan indikator utama dari prestasi belajar mereka. Oleh karena itu, mahasiswa diharapkan terus mengembangkan dan memperbaiki metode belajarnya agar dapat mencapai hasil yang optimal di setiap semester.

Prestasi belajar tentunya mempunyai dampak positif dan dampak negatifnya tersendiri. Dampak positifnya memang sangat menggembirakan, seperti rasa bangga yang muncul dari pencapaian tersebut, baik bagi diri sendiri maupun keluarga. Prestasi akademis yang gemilang juga menjadi modal berharga saat memasuki dunia kerja kelak. Namun, di balik gemerlapnya prestasi, terkadang tersembunyi dampak negatif yang patut diperhatikan. Salah satu dampak negatifnya adalah potensi menurunnya rasa percaya diri, akibat tekanan dari keluarga atau sekolah untuk terus mempertahankan prestasi bisa menjadi beban yang berat, bahkan menimbulkan stres yang berkepanjangan. Tingkat tekanan atau stres akademis yang tinggi akan mengganggu kinerja akademis, yang akan berdampak pada indeks prestasi. Beban yang berlebihan akan menyebabkan masalah memori, kurangnya fokus, berkurangnya keterampilan memecahkan masalah, dan kinerja akademis yang buruk (Goff, 2011). Hal ini juga dapat menghambat kemampuan seseorang untuk menghadapi tantangan di masa depan.

Menurut Slameto (1955) dalam bukunya berpendapat bahwa faktor yang mempengaruhi prestasi belajar siswa terdapat beberapa jenis, tetapi hanya digolongkan menjadi dua jenis saja, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Syah (2017) mengidentifikasi tiga kategori faktor yang mempengaruhi prestasi belajar, yaitu: faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari dalam diri siswa, misalnya

keadaan jasmani dan rohani siswa; faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa, misalnya lingkungan sekitar; dan faktor pendekatan pembelajaran, yaitu faktor yang berasal dari luar diri siswa, misalnya jenis upaya belajar siswa. Faktor internal yang sangat berpengaruh dalam kehidupan seseorang, terutama mahasiswa, adalah faktor psikologis, di mana psikologis memegang peranan penting. Faktor psikologis ini sangat berpengaruh pada mahasiswa ketika mahasiswa memiliki psikologis yang baik maka akan berpengaruh kedepannya, dalam hal ini masuk kedalam sikap mahasiswa yaitu berpikir positif. Karena setelah munculnya sikap berpikir positif apa yang akan dilakukan menjadi lebih terarah kedepannya dan tidak takut lagi dalam menghadapi tantangan atau masalah yang dihadapinya. Ketika seseorang bersikap optimis, ia akan merasa percaya diri dan percaya pada dirinya sendiri maupun orang lain. Pandangan optimis membuat seseorang lebih berani memanfaatkan peluang dan mencoba hal-hal baru (Asmani, 2009). Karakter dan kepribadian dapat dikembangkan dan diperkuat dengan berpikir positif. Hal ini juga berarti bahwa orang dapat tumbuh dewasa, menjadi lebih berani ketika menghadapi rintangan, dan mengadopsi kebiasaan sehat (Sakina, 2008). Hal ini membuat individu tersebut lebih termotivasi atau tangguh dalam menghadapi kesulitan, yang pada akhirnya berkontribusi pada peningkatan kinerja akademik dan pencapaian tujuan pribadi. Dengan adanya faktor internal psikologis yang menimbulkan berpikir positif, tindakan yang diambil ke depannya akan lebih konstruktif dan produktif. Berpikir positif adalah berpikir secara terbuka dan melihat bahwa segala sesuatu akan memberi hikmah dalam kehidupan.

Berpikir positif dapat membantu orang lebih berkonsentrasi pada bagian positif dari tantangan yang mereka hadapi dalam hidup, yang dapat membantu mereka merasa lebih nyaman dan beradaptasi untuk mengatasi tantangan tersebut (Hanafi, 2006). Misalnya, mahasiswa yang memiliki pola pikir positif akan lebih termotivasi untuk rajin belajar dan mengerjakan tugas-tugas kuliah dengan maksimal. Mereka akan mampu mengatur waktu dengan baik, mengatasi rasa malas, dan lebih fokus pada tujuan akademis yang ingin dicapai. Seiring berjalannya waktu, kebiasaan ini akan berdampak positif pada prestasi akademik mereka. Prestasi yang semakin membaik tidak hanya memberikan kepuasan pribadi, tetapi juga membuka peluang lebih luas untuk masa depan yang lebih cerah, baik dalam karier maupun kehidupan secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk terus mengembangkan dan memelihara pola pikir positif sebagai bagian dari upaya meningkatkan kualitas diri dan mencapai prestasi akademik yang memuaskan.

Definisi dari berpikir positif yang dipaparkan oleh Albrecht (1980) adalah dengan memusatkan perhatian pada sudut yang positif atau positive attention dan pembicaraan yang positif atau positive verbalization. Berpikir positif, menurut Wijaya (2011), merupakan cara berpikir yang mendorong seseorang untuk mengembangkan dan memantapkan karakternya agar menjadi pribadi yang dewasa dan siap untuk mengejar cita-citanya. Seseorang dapat meraih hal-hal baru dalam hidupnya dengan memiliki pandangan yang optimis, yang tidak membuatnya menyerah karena kekurangan dan keterbatasan yang dimilikinya. Menurut Arifin (2011), berpikir positif adalah cara berpikir yang diawali dengan hal-hal yang

positif. Hal inilah yang kemudian dapat menggugah keinginan untuk melakukan perubahan yang positif. Menurut Karl Albercht (dalam Shiddiqoh, Farah, 2022) terdapat empat aspek berpikir positif yaitu harapan yang positif, afirmasi diri, pernyataan yang tidak menilai, dan penyesuaian diri yang realistis.

Mahasiswa yang selalu berpikir positif cenderung menunjukkan tindakan yang produktif, seperti rajin belajar dan rajin mengerjakan tugas. Pikiran positif ini memotivasi mereka untuk terus berusaha dan mengatasi tantangan akademis dengan sikap optimis. Berpikir positif, menurut Dwitanyakanov dkk. (2010), memungkinkan siswa untuk memfokuskan motivasi dan kapasitas kognitif mereka serta mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas, mencapai tujuan, dan berhasil mengatasi hambatan akademis. Akibatnya, prestasi belajar mereka cenderung meningkat, terlihat dari nilai tugas yang jarang memerlukan remedial atau bahkan tidak pernah memerlukan remedial sama sekali. Konsistensi dalam menyelesaikan tugas dengan baik dan tepat waktu akan berdampak positif pada Indeks Prestasi Kumulatif (IPK) atau Indeks Prestasi (IP) semester mereka. Dengan demikian, IPK atau IP semester akan terus meningkat atau setidaknya stabil, mencerminkan keberhasilan akademik yang mereka capai dari semester ke semester. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki pemikiran negatif cenderung mengalami penurunan dalam prestasi akademik. Pikiran negatif dapat membuat mereka malas belajar, tidak sungguh-sungguh dalam menyelesaikan tugas, atau bahkan mengabaikan tugas sepenuhnya. Sikap ini akan berdampak langsung pada nilai tugas yang sering memerlukan remedial dan prestasi belajar yang menurun secara keseluruhan. Pada akhirnya, hal ini akan tercermin dalam

penurunan IPK atau IP semester mereka. Kinerja akademik yang menurun ini tidak hanya mempengaruhi nilai, tetapi juga dapat memengaruhi motivasi dan rasa percaya diri mereka di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi mahasiswa untuk menjaga pola pikir positif agar dapat mencapai prestasi belajar yang optimal.

Berdasarkan uraian di atas maka apakah ada hubungan antara berpikir positif dengan prestasi belajar mahasiswa di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kecenderungan berpikir positif dengan prestasi belajar mahasiswa di Yogyakarta.

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis.

Adapun manfaat yang diharapkan sebagai berikut :

a. Manfaat Teoritis

Dari sudut pandang ilmiah, diharapkan penelitian ini akan memajukan pemahaman ilmiah tentang hubungan antara prestasi belajar dan berpikir positif pada mahasiswa psikologi semester empat (enam) yang nantinya akan menulis skripsinya dan dapat memberikan sumbangan pada wacana ilmiah demi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang psikologi.

b. Manfaat Praktis

1) Mahasiswa : sebagai bahan pertimbangan informasi dalam mempersiapkan Menyusun skripsi.

2) Peneliti : penelitian ini berguna untuk menambah pengembangan keilmuan dan pengetahuan mengenai berpikir positif dan prestasi belajar.