

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan dianggap sebagai kebutuhan esensial bagi seluruh warga negara. Undang-Undang Dasar 1945 menetapkan tanggungjawab untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia Indonesia dengan cara mencerdaskan kehidupan bangsa. Pendidikan sebagai suatu usaha yang sadar untuk mengembangkan potensi manusia dan masyarakat, dengan kata lain, upaya untuk meningkatkan kualitas manusia melalui pendidikan memiliki dasar pada pandangan hidup atau filsafat hidup, serta dipengaruhi oleh latar belakang sosio-kultural masyarakat dan pemikiran-pemikiran psikologis tertentu (Siswoyo, 2013). Pendidikan diharapkan mampu membantu mahasiswa mencapai kesuksesan di masa depan, mencakup aspek akademis, finansial, sosial, dan spiritual (Bension, 2021).

Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) diartikan sebagai siswa yang belajar diperguruan tinggi. Menurut Gapur, 2015 (dalam Ismawati et al., 2023) mahasiswa adalah seseorang yang secara resmi terdaftar sebagai mahasiswa di institusi pendidikan tinggi, dengan rentang usia sekitar 18 hingga 30 tahun. Mahasiswa yang berusia 18-40 tahun berada pada masa transisi dari remaja menuju masa dewasa awal, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan reproduksi. Pada tahap ini, mereka mengalami perubahan identitas, perkembangan kognitif, dan menghadapi beban tugas-tugas akademik. Semua hal tersebut mempengaruhi keseimbangan antara kehidupan pribadi dan pendidikan tinggi (Hurlock, 1990).

Tuntutan terhadap mahasiswa tidak terbatas pada pencapaian akademis semata, melainkan juga mencakup kemampuan untuk berperan aktif dan mengembangkan diri di bidang non-akademik yang sesuai dengan minat dan potensi mereka (Pangaribuan, 2019).

Permasalahan yang dialami mahasiswa lebih kompleks dibandingkan dengan siswa pada umumnya. Mahasiswa menghadapi tuntutan kemandirian belajar di perguruan tinggi, baik akademik maupun non-akademik. Namun, mereka sering mengalami kesulitan dalam mencari literatur, mengatur waktu, berinteraksi, dan mengelola diri (Indri et al., 2021). Kesulitan ini semakin terasa karena materi pembelajaran di perguruan tinggi mencakup lebih luas dan lebih dalam dibandingkan dengan yang diajarkan di sekolah, sehingga menuntut mahasiswa untuk lebih mandiri dalam memahami dan menguasai berbagai konsep (Fajhriani et al., 2021).

Mahasiswa sering kali mengalami tekanan akademis yang lebih tinggi daripada pelajar. Mereka harus mengatur tugas, ujian, organisasi, dan juga pekerjaan sampingan. Tekanan akademis merupakan sumber utama stres bagi mahasiswa, diikuti oleh tekanan untuk sukses dan ketidakpastian setelah lulus (Beiter et al., 2015).

Secara akademis, mahasiswa diharapkan mencapai kinerja yang unggul. Untuk mencapai tujuan ini, mereka perlu mengikuti kegiatan perkuliahan dengan penuh perhatian dan menyelesaikan tugas dengan hasil yang memuaskan (Bension, 2021).

Menurut Ghosh (2021) Dalam lingkungan pendidikan, mahasiswa sering dihadapkan pada berbagai tantangan sehari-hari, seperti harus menyelesaikan tugas dengan waktu yang terbatas, menghadapi ujian yang berulang, dan mengatasi tekanan dari segi sosial dan ekonomi. Beberapa masalah yang mungkin dihadapi mahasiswa mencakup kesulitan ekonomi di keluarga, yang bisa memengaruhi fokus mereka pada pembelajaran, serta tekanan dari lingkungan sosial terkait dengan pencapaian akademis. Selain itu, masalah lainnya yang dialami oleh mahasiswa adalah stres yang berkaitan dengan tuntutan akademik. Stres akademik mahasiswa yaitu seperti kegiatan perkuliahan yang menimbulkan gejala seperti takut nilai jelek, takut akan banyaknya tuntutan belajar dan kurang semangat belajar (Ahmad, 2020).

Untuk menghadapi tekanan dan ketegangan yang timbul akibat peristiwa kecil yang rutin terjadi dalam kehidupan kampus, konsep *academic buoyancy* menjadi penting. *Academic buoyancy* membantu mahasiswa dalam mengatasi stres dan ketegangan yang dapat muncul sebagai akibat dari tuntutan akademik sehari-hari. Pendekatan ini membantu mahasiswa untuk tetap positif, adaptif, dan dapat mengatasi tantangan akademik dengan lebih baik (Bension, 2021).

Menurut Martin et al. (2010) *Academic buoyancy* merujuk pada kemampuan siswa untuk berhasil mengatasi kemunduran dan tantangan yang umumnya muncul dalam konteks kehidupan akademik.

Martin et al. (2010) mengemukakan konsep *academic buoyancy* didasarkan pada model "5C", model 5C mengidentifikasi lima aspek utama yang mendukung *academic buoyancy* yang meliputi: *Confidence* yaitu keyakinan siswa akan

kemampuannya untuk menyelesaikan tugas-tugas akademik yang sulit, membantu siswa untuk terus termotivasi meskipun menghadapi kegagalan. *Coordination* yaitu kemampuan untuk merencanakan strategi yang efektif dalam mengatur beban kerja akademis, termasuk manajemen waktu dan penentuan prioritas. *Commitment* yaitu konsistensi dalam mencapai tujuan akademik meskipun ada rintangan. Hal ini mencerminkan dedikasi siswa untuk tetap fokus pada hasil jangka panjang. *Composure* yaitu kemampuan untuk mempertahankan sikap tenang dan mengelola stres dengan baik, terutama dalam situasi yang penuh tekanan seperti ujian atau tugas penting, dan *Control* yaitu tingkat kendali yang dirasakan siswa atas hasil akademik mereka, di mana mereka percaya bahwa upaya mereka dapat memengaruhi hasil tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Olendo et al. (2019) di kabupaten Migori, Kenya dengan jumlah sampel sebanyak 252 siswa perempuan dan 217 siswa laki-laki diperoleh hasil mayoritas peserta memiliki *academic buoyancy* pada kategori sedang sebesar (39.4%), dan kategori tinggi sebesar (38.8%), dan (21.7%) peserta dengan *academic buoyancy* yang rendah. Dari hasil penelitian Pratiwi & Iswari (2023) yang dilakukan terhadap 200 partisipan mahasiswa yang melaksanakan pembelajaran daring, diperoleh gambaran variabel *academic buoyancy* pada kategori rendah sebanyak 58.5% Hal ini menggambarkan bahwa sebagian besar mahasiswa yang mengikuti pembelajaran daring memiliki daya tahan yang rendah dalam menghadapi tantangan perkuliahan sehari-hari.

Melalui wawancara dengan 10 responden mahasiswa pada tanggal 12-13 April 2023 di Universitas Mercu Buana Yogyakarta, diketahui bahwa 7 dari 10

mahasiswa memiliki tingkat *academic buoyancy* yang dapat dikatakan rendah. Mereka mengungkapkan sering merasa kurang percaya diri dalam menghadapi tugas dan materi perkuliahan, bahkan meragukan kemampuan akademisnya sendiri. Beberapa mahasiswa juga mengalami kesulitan dalam mengatur waktu secara efektif, sering menunda pekerjaan, dan kesulitan membagi waktu antara tugas akademik dan kegiatan lainnya. Selain itu, mereka cenderung kehilangan semangat dalam menyelesaikan tugas, mudah merasa lelah atau bosan, serta sulit mempertahankan motivasi dalam belajar.

Tingkat kecemasan yang tinggi juga biasa dirasakan oleh mahasiswa, terutama saat menghadapi tugas yang menumpuk dan tenggat waktu yang singkat, yang membuat mereka sulit berkonsentrasi dan sering merasa tertekan. Beberapa mahasiswa juga merasa kurang memiliki kendali atas situasi akademik mereka, seperti kesulitan memahami materi perkuliahan, kebingungan mengenai strategi belajar yang tepat, dan merasa tidak mampu mengatasi perubahan atau tantangan akademik yang muncul.

Seharusnya Siswa yang memiliki *academic buoyancy* tinggi dalam pencapaian akademis diharapkan memiliki kemampuan dan menerapkan berbagai strategi pengaturan diri, terutama dalam aspek kognitif, emosional, dan perilaku. *Academic buoyancy* yang tinggi memungkinkan siswa untuk secara proaktif menjaga dan mengoptimalkan tingkat prestasi mereka. Seseorang dengan *self efficacy* yang tinggi mampu meningkatkan *academic buoyancy*, ketika seseorang semakin percaya pada kemampuannya, mereka akan lebih mampu menghadapi tantangan

akademik dengan lebih percaya diri dan mencapai hasil yang lebih baik (Reisy, 2014).

Dalam menghadapi berbagai tantangan, siswa dengan *academic buoyancy* yang tinggi mampu mempertahankan sikap positif dan memiliki keterampilan yang kuat untuk mengatasi kesulitan akademis. Bahkan ketika dihadapkan pada kesulitan, mereka memiliki kemampuan untuk mengembalikan atau meningkatkan tingkat prestasi mereka ke level sebelumnya. *Academic buoyancy* yang tinggi tidak hanya memberikan dukungan saat menghadapi masalah, tetapi juga memberikan kemampuan adaptasi yang tinggi dalam mengatasi setiap rintangan dalam perjalanan akademis mereka (Putwain, 2023).

Martin et al. (2016) mengidentifikasi bahwa, seseorang yang memiliki *academic buoyancy* mampu untuk mengatasi kinerja dan nilai buruk yang bersifat terisolasi, pulih dari penurunan motivasi dan keterlibatan, menyelesaikan interaksi negatif kecil atau jarang dengan guru, menghadapi tekanan dan stres belajar, serta merespons dengan efektif terhadap tenggat waktu yang bertentangan. Dengan demikian kemampuan untuk mengatasi kemunduran dan kesulitan akademis yang lebih signifikan telah diperlihatkan oleh *academic buoyancy*.

Academic buoyancy penting untuk mengurangi efek negatif, di antara berbagai tingkat fenomena akademik negatif, motivasi dan keterlibatan mengatur dimensi akademis negatif dalam kaitannya dengan tingkat valensi negatif atau maladaptifnya, terdiri dari kecemasan, penghindaran kegagalan, dan kendali yang tidak pasti untuk keterlibatan negatif tingkat rendah (Martin, 2013). *Academic buoyancy* dapat mengantisipasi berbagai keterlibatan akademik dan hasil di luar

ranah akademis. Sebagai contoh, kemampuan akademik secara signifikan dapat memperkirakan tingkat kepuasan sekolah, partisipasi dalam kelas, dan tingkat harga diri secara keseluruhan. *Academic buoyancy* juga dapat mengantisipasi berbagai bentuk keterlibatan lainnya, seperti tingkat ketidakhadiran (dengan pengaruh negatif), penyelesaian tugas, dan niat akademis yang positif (Martin et al. 2010).

Peran *academic buoyancy*, dijelaskan bahwa ketidakmampuan siswa dalam mengatasi kemunduran dan tantangan yang umumnya terjadi di sekolah, tercermin melalui *academic buoyancy* yang rendah, dapat mengganggu pola adaptif motivasi dan keterlibatan. Selain itu, disebutkan bahwa *academic buoyancy* juga meningkatkan kontrol internal terhadap hasil akademik, yang merupakan dasar penting bagi motivasi dan keterlibatan siswa (Martin et al. 2016).

Menurut Martin & Marsh (2008) *academic buoyancy* dapat dipengaruhi oleh 2 faktor yaitu: Faktor distal (misalnya, SES, orang tua tunggal, etnis), Faktor proksimal (misalnya, faktor psikologis, faktor terkait sekolah). Secara garis besar, faktor proksimal ini dapat dikelompokkan menjadi; (a) faktor psikologis, (b) faktor sekolah dan keterlibatan, dan (c) faktor keluarga dan teman sebaya. Faktor psikologis meliputi *self-efficacy*, *control*, *sense of purpose*, dan motivasi.

Menurut Bandura (2014, hal. 422) menjelaskan bahwa individu dengan *self-efficacy* yang tinggi cenderung memiliki performa akademis yang lebih baik, menetapkan tujuan karier lebih baik, dan memiliki komitmen yang kuat untuk mencapainya. Mereka juga berkinerja lebih baik di tempat kerja, lebih cepat pulih dari kegagalan, dan lebih kecil kemungkinannya untuk mengalami stres kerja,

kecemasan menghadapi ujian, dan depresi. Selain itu, mereka memiliki harga diri yang lebih tinggi dan merasa lebih positif tentang diri mereka sendiri.

Berdasarkan penelitian Ahmad (2013), orang yang memiliki keyakinan tinggi terhadap kemampuan diri (*self efficacy* tinggi) cenderung menunjukkan usaha dan ketekunan yang lebih tinggi dalam mencapai tujuan mereka. Sebaliknya, individu dengan *self efficacy* yang rendah lebih mungkin untuk berhenti sebelum menyelesaikan tugas. Pengamatan juga menunjukkan bahwa mereka yang memiliki *self efficacy* rendah kurang berminat dalam menyelesaikan tugas. *Academic buoyancy*, peserta penelitian yang memiliki *self efficacy* tinggi menunjukkan kecenderungan untuk mengambil mata kuliah yang lebih sulit, menunjukkan bahwa *self efficacy* dapat berkontribusi pada kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan akademis dengan lebih baik.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki peran penting dalam meningkatkan *academic buoyancy* pada mahasiswa yang bekerja. Hasil analisis menunjukkan bahwa *self-efficacy* memiliki dampak positif terhadap ketahanan akademik mahasiswa dalam menghadapi tantangan sehari-hari (Suherty & Basuki, 2022).

Bandurra (1997) *Self efficacy* adalah keyakinan atau rasa percaya diri individu dalam kemampuannya untuk memotivasi diri, memahami secara kognitif, dan mengambil tindakan yang diperlukan untuk mencapai kesuksesan dalam menyelesaikan tugas dalam situasi tertentu.

Menurut Bandura (1997), *self-efficacy* dapat diuraikan dalam tiga dimensi atau aspek utama, yakni *magnitude/level* (tingkatan), *strength* (kekuatan), dan *generality* (generalisasi).

Martin & Marsh (2008) menyatakan bahwa *self efficacy* penting dalam membentuk *academic buoyancy*. Individu dengan *self efficacy* yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri untuk menghadapi kesulitan akademis, melihat tantangan sebagai peluang belajar, dan mempertahankan motivasi dalam menghadapi rintangan.

Dalam prosesnya, *self efficacy* mempengaruhi *academic buoyancy* melalui beberapa mekanisme. Pertama, *self efficacy* meningkatkan persepsi kontrol individu terhadap situasi yang dihadapi. Ketika mahasiswa memiliki keyakinan yang tinggi terhadap kemampuan yang dimiliki, mereka cenderung lebih optimis dan percaya diri dalam mencari solusi dari permasalahan yang muncul (Collie et al., 2015). Kedua, *self efficacy* mendorong mahasiswa untuk menggunakan strategi manajemen stres yang adaptif, seperti manajemen waktu dan teknik relaksasi. Strategi-strategi tersebut membantu mahasiswa untuk mengatasi tekanan akademik dengan cara yang konstruktif, sehingga mendukung ketangguhan mereka dalam menghadapi berbagai tantangan (Martin & Marsh, 2008). Ketiga, *self efficacy* memperkuat motivasi intrinsik siswa untuk terus mencoba meskipun mengalami kegagalan. Motivasi ini memungkinkan siswa untuk pulih lebih cepat dari kemunduran sehari-hari, sehingga menjaga stabilitas dan keberlanjutan usaha mereka dalam mencapai tujuan akademik (Putwain et al., 2016).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti mengajukan sebuah rumusan permasalahan, apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa ?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang penulis kemukakan diatas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self efficacy* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa.

2. Manfaat Penelitian

Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat dalam bidang Psikologi dan ilmu-ilmu lainnya, khususnya dalam konteks Psikologi pendidikan yang mampu menjelaskan hubungan antara *self-efficacy* dengan *academic buoyancy*. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan yang berguna bagi mahasiswa dan peminat di bidang terkait.

Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktis bagi mahasiswa dengan memberikan informasi tentang implementasi *academic buoyancy*. Diharapkan mahasiswa dapat menggunakan konsep ini sebagai alat untuk menghadapi berbagai beban akademik yang mungkin mereka hadapi. Lebih lanjut, diharapkan penelitian ini akan membantu dalam meningkatkan *self-efficacy*

mahasiswa, memberikan dorongan positif terhadap kinerja akademik, dan membantu mereka menghadapi tantangan pendidikan dengan lebih percaya diri.