

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan tinggi merubah status dari siswa menjadi mahasiswa. Status mahasiswa tersebut di Indonesia dipandang lebih baik dalam menguasai teori-teori maupun dalam menyelesaikan permasalahan dibandingkan dengan siswa, sehingga tuntutan-tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih tinggi (Kholidah, 2012). Begitu pula yang diungkapkan oleh Bertens (2005) yang menyatakan bahwa mahasiswa merupakan individu yang bersekolah di perguruan tinggi yang memiliki tugas untuk berusaha keras dalam menyelesaikan studinya.

Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan (Aulia & Panjaitan, 2019). Lebih lanjut Aulia & Panjaitan (2019) menjelaskan bahwa mahasiswa menjalani masa kuliah di suatu universitas selama tiga sampai empat tahun, dan akan mengakhiri masa kuliahnya dengan menyusun skripsi sebagai syarat kelulusan. Pada kenyataannya, cukup banyak mahasiswa yang mengalami berbagai kesulitan serta tekanan dalam mengerjakan skripsi. Heiman dan Kariv (dalam Fadillah, 2013) menyebutkan tekanan pada mahasiswa bisa disebabkan perubahan gaya belajar dari sekolah menengah atas ke pendidikan

tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik, dan kebutuhan untuk mengatur diri sendiri dan mengembangkan kemampuan berpikir yang lebih baik hingga tuntutan dari orang tua yang ingin segera melihat putra-putrinya memperoleh gelar yang dapat dibanggakan.

Pendapat yang disampaikan oleh Hulukati dan Djibran (2018) yang mengatakan bahwa setiap mahasiswa pastinya akan mengalami tahapan-tahapan serta tuntutan tertentu dalam lingkungan akademisnya, mulai dari tahapan membangun pertemanan di lingkungan kampus, tahapan merasakan banyaknya tugas dari dosen, hingga tahapan akhir sebagai syarat kelulusan untuk setiap mahasiswa, yaitu skripsi.

Skripsi menurut KBBI (1990) adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Skripsi adalah suatu karya tulis ilmiah, berupa paparan tulisan hasil penelitian yang membahas suatu masalah faktual dengan menggunakan kaidah-kaidah ilmiah yang berlaku. Rusmawan (2019) menyebutkan bahwa skripsi disusun oleh mahasiswa untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam memperoleh gelar sarjana (S1). Serta dengan adanya skripsi diharapkan mahasiswa mampu mendapatkan berbagai pengetahuan, seperti pengetahuan empirik dan teori baru yang didapatkan dari penelitian yang dijalankan.

Indriati (2001) menjelaskan bahwa skripsi merupakan istilah yang digunakan di Indonesia untuk mengilustrasikan suatu karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan hasil penelitian sarjana S1 yang membahas suatu permasalahan atau fenomena dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah

yang berlaku. Lebih lanjut dijelaskan bahwa skripsi adalah karya tulis ilmiah yang disusun dengan keaslian oleh peneliti maupun mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tersebut. Mahasiswa diharuskan menyusun tulisan ilmiah atau skripsi dengan baik, seperti pendapat yang didukung oleh data yang konkrit serta fakta yang empiris.

Amirullah (2008) menjelaskan bahwa mahasiswa tertekan dengan skripsi karena dituntut untuk menyelesaikan karya ilmiah tersebut dengan waktu yang dirasakan begitu cepat, disamping itu juga tekanan datang dari orang tua yang ingin mahasiswa tersebut segera lulus agar mendapatkan gelar sarjana dan mencari pekerjaan. Banyaknya tekanan yang didapat membuat mahasiswa menjadi takut jika harapan dan keinginan yang didapatkan tidak terpenuhi.

Astuti dan Hartati (2013) menjelaskan banyaknya tekanan dari luar membuat mahasiswa yang sedang menjalankan skripsi sering kali menjadi cemas, pesimis, hingga stres karena takut akan harapan dari masyarakat dan keluarga yang menganggap bahwa status mahasiswa merupakan individu yang memiliki kemampuan kognitif yang jauh lebih baik serta mampu menyelesaikan berbagai permasalahan yang ada dalam masyarakat. Oleh karena itu, mahasiswa harus berusaha dengan maksimal agar harapan dari lingkungan masyarakat maupun keluarga terpenuhi. Salah satu upaya dalam mencapai harapan tersebut ialah dengan menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Lebih lanjut lagi (Astuti & Hartati, 2013) menjelaskan bahwa masih banyak mahasiswa yang terhambat dengan skripsi.

Pasaribu, Harlin dan Syofii (2016) menyatakan bahwa tidak sedikit mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering mendapatkan hambatan maupun kesulitan. Hambatan yang dialami sangatlah beragam, mulai dari tingkatan yang mudah diselesaikan hingga tingkatan yang sulit diselesaikan, contohnya dari kurangnya pemahaman mahasiswa mengenai teori-teori yang akan digunakan dalam penelitiannya ataupun kurang menguasai teori tersebut beserta fenomena yang akan dikaji, terbatasnya referensi, hingga sulitnya bimbingan dengan dosen pembimbing skripsi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Iswahyudi (2015) menyebutkan bahwa terdapat banyak faktor yang mengakibatkan lambatnya proses mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, di antaranya adalah rendahnya pemahaman tentang teori yang digunakan dalam skripsi yang sedang dikerjakan, minimnya pengalaman dalam menulis karya ilmiah yang menyebabkan cara penulisan dari mahasiswa belum cukup baik, sehingga mahasiswa menjadi pesimis serta merasa putus asa karena tekanan yang didapatkan tidak kunjung selesai. Darmono dan Hasan (2005) mengungkapkan bahwa banyak faktor yang membuat mahasiswa kesulitan dalam menyelesaikan skripsi diantaranya adalah kesulitan dalam menyusun kerangka-kerangka teori yang didapatkan serta tidak memiliki dasar untuk membuat penulisan yang baik dan benar dalam karya ilmiah atau skripsi. Hal tersebut membuat mahasiswa menjadi pesimis dalam mengerjakan skripsi.

Mahasiswa yang optimis, dalam kehidupannya didominasi oleh pikirannya yang positif, berani mengambil keputusan dan penuh dengan keyakinan (Indawati & Kholifah, 2017). Lebih lanjut Indawati dan Kholifah (2017) menjelaskan bahwa

mahasiswa akan lebih cepat untuk mengerjakan skripsi jika mahasiswa tersebut memiliki optimisme yang tinggi. Meskipun tidak sedikit kendala yang dialami, mahasiswa yang optimis akan mencoba untuk menyelesaikan tiap masalah atau rintangan yang dialami dengan cara merubah, menghindari, atau meminimalkan situasi yang mengancam.

Namun pada kehidupan sehari-hari mahasiswa masih saja merasakan ketidakmampuan dalam menyelesaikan kendala maupun kesulitan yang dialami termasuk dalam menyelesaikan skripsi terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Oleh karena itu mahasiswa membutuhkan optimisme yang tinggi dalam menyelesaikan skripsi (Indawati & Kholifah, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Widya (2011) menunjukkan bahwa terkadang mahasiswa memiliki tingkat optimisme yang rendah apabila mahasiswa tersebut telah mengerjakan skripsi dalam kurun waktu yang melebihi dari satu semester. Mahasiswa akan merasa pesimis dengan skripsinya yang tidak kunjung selesai dan akan menganggap bahwa skripsi merupakan suatu halangan dan akan berusaha menghindari untuk mengerjakan skripsi tersebut, dengan begitu mahasiswa akan mudah menyerah dengan kondisinya serta sulit untuk bangkit dari tekanan.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Thanoesya, Syahniar dan Ifdil (2016) menunjukkan bahwa adanya penurunan optimisme pada mahasiswa yang telah mengerjakan skripsi lebih dari satu semester. Hal ini terjadi karena mahasiswa sudah mulai kehilangan harapan untuk melanjutkan penulisan karya ilmiah. Adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Gunawati, Hartati dan Listiara

(2006) menyebutkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi seringkali merasakan tekanan, seperti cemas, pesimis, takut dan stres dengan skripsi yang dikerjakan, alasannya karena bahwa skripsi yang dikerjakan tidak kunjung selesai.

Harapan yang besar pada keberhasilan mahasiswa untuk menyelesaikan penyusunan skripsi dan tuntutan untuk sesuai dengan kriteria yang ditetapkan lembaga pendidikan, nampaknya juga ikut menyumbangkan beban yang harus ditanggung oleh mahasiswa (Astuti & Hartati, 2013). Saat-saat seperti inilah mahasiswa membutuhkan adanya pandangan yang optimis agar mampu mengatasi berbagai permasalahan yang ada, termasuk mengenai skripsi yang sedang dikerjakan. Oleh karena itu, mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi membutuhkan peran optimisme untuk membantu serta meningkatkan upaya dalam menyelesaikan skripsi yang sedang dikerjakan. Dengan begitu mahasiswa diharapkan memiliki sikap dalam menerima masukan-masukan dari dosen pembimbing dengan respon secara aktif, tidak mudah putus asa apabila menemukan kesulitan-kesulitan terkait skripsinya, dan berusaha mencari jalan keluar saat menemui hambatan serta merencanakan pengerjaan skripsi dengan lebih terjadwal (Roellyana & Listiyandini, 2016).

Optimisme juga mampu membantu meningkatkan kesehatan psikologis individu, karena dengan adanya optimisme, individu mampu membangun perasaan dan pikiran yang positif yang mampu mendorong individu tersebut untuk menentukan apa yang menjadi tujuannya, serta dapat melakukan penyelesaian masalah (Faizin, 2016).

Hanifah & Nirwana (2014) mengatakan optimisme juga diartikan sebagai suatu pandangan positif yang dimiliki oleh seseorang atas pandangannya dalam menyikapi segala hal serta sikap yang selalu memiliki harapan yang baik dalam segala sesuatu yang dijalani.

Seligman (2006) mengungkapkan bahwa optimisme merupakan keyakinan yang dimiliki oleh individu tentang kejadian-kejadian buruk atau peristiwa yang merugikan hanya bersifat sementara saja dan bisa terselesaikan, dan kejadian-kejadian atau peristiwa tersebut tidak akan mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Individu juga meyakini bahwa peristiwa-peristiwa yang menyenangkan mampu bertahan lama dan munculnya peristiwa-peristiwa menyenangkan tersebut disebabkan oleh diri sendiri, bukan dari orang lain.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 18 Januari 2020, peneliti mendapatkan sebanyak 5 mahasiswa pada rentang usia 21 sampai 25 tahun dengan inisial IY, MF, YP, AA, ANE yang sedang menempuh S1 di Universitas Mercu Buana Yogyakarta fakultas Psikologi. Kelima subjek tersebut sekarang sedang mengerjakan skripsi untuk syarat mendapatkan gelar S1. Wawancara dilakukan berdasarkan aspek-aspek dari Seligman (2006) yaitu, aspek pertama adalah *permanence*, dimana individu menganggap suatu peristiwa yang baik akan terjadi secara terus menerus atau menetap. Sedangkan suatu peristiwa yang buruk menyimpannya merupakan hal yang sementara saja, tidak permanen. Selain itu, pada aspek ini juga menjelaskan setiap permasalahan pasti ada jalan keluarnya dan dapat diselesaikan. Aspek kedua yaitu *pervasiveness* memiliki pengertian bahwa individu yang optimis yang sedang menghadapi suatu peristiwa

buruk akan menganggap bahwa peristiwa tersebut bisa dijelaskan secara spesifik (khusus), sedangkan individu yang menjelaskan suatu peristiwa buruk secara universal menandakan individu tersebut pesimis. Dengan kata lain, bahwa aspek *pervasiveness* dalam optimisme menerangkan mengenai bagaimana pengaruh peristiwa yang dialami seseorang terhadap suatu situasi yang berbeda dalam hidup, yaitu spesifik atau universal. Semakin spesifik atau detail individu mampu mengetahui penyebab dari suatu peristiwa yang terjadi maka ia termasuk individu yang optimis. Sedangkan individu yang pesimis membuat penjelasan penjelasan yang universal untuk kegagalan mereka dan menyerah pada segala hal saat kegagalan menyerang. Aspek terakhir yaitu *personalization* menjelaskan bahwa individu yang optimis percaya bahwa sesuatu hal yang baik berasal dari internal atau dari dalam diri sendiri, sedangkan sesuatu hal yang buruk terjadi berasal dari eksternal atau dari orang lain.

Pada aspek pertama yaitu *permanence*, berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 2 subjek yaitu YP dan ANE mengaku bahwa kedua subjek tersebut sering menganggap skripsi yang sedang dikerjakan akan sulit terselesaikan karena kurangnya referensi, sehingga mahasiswa tersebut merasa pesimis dengan banyaknya revisi yang telah diberikan. Subjek YP menjelaskan bahwa YP sering merasa tidak memiliki semangat dalam menyelesaikan revisi yang telah diberikan. Hal ini disebabkan karena YP sering menghindar ketika diberikan revisi dari dosen pembimbing. YP juga bercerita bahwa orangtua YP sangat berharap YP bisa wisuda dengan cepat, akan tetapi YP tidak yakin dengan skripsi yang dikerjakan dikarenakan YP lebih menikmati saat mengikuti latihan

dance dan menjaga warung kopi bersama teman-teman untuk mengalihkan pemikiran YP tentang revisi yang akan dikerjakan.

Pada aspek kedua yaitu *pervasiveness*, peneliti menemukan bahwa subjek MF dan IY menganggap bahwa skripsi yang dikerjakan merupakan halangan yang terbesar bagi mahasiswa untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Subjek MF yang merupakan koki di salah satu tempat makan yang, mengatakan bahwa sebelum ia mengerjakan skripsi, pekerjaannya menjadi lebih ringan, lebih bersemangat, tetapi saat semenjak MF sudah mengerjakan skripsi, MF menjadi lebih banyak memikirkan skripsinya sehingga terkadang pekerjaannya sering di tinggalkan. Sering kali juga MF menyebutkan bahwa kesehariannya menjadi tidak menyenangkan karena skripsi yang MF kerjakan tidak kunjung selesai. Sedangkan Subjek IY bercerita bahwa IY tidak mampu mengerjakan skripsinya dengan baik dikarenakan IY menganggap bahwa sebagian besar materi yang IY dapatkan selama perkuliahan di semester awal tidak terlalu banyak bermanfaat untuk membantu dalam menyelesaikan skripsi, oleh karena itu IY berpendapat bahwa mengerjakan skripsi harus memiliki kemampuan dalam menguasai tata cara penulisan ilmiah yang baik dan benar serta menguasai teori-teori yang nantinya akan digunakan dalam skripsi yang akan dikerjakan.

Aspek terakhir yaitu *personalization*, didapatkan juga hasil dari wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan bahwa subjek AA sering mengeluh pada pasangannya bahwa AA merasa dirinya tidak mampu dalam mengerjakan skripsi karena tidak memiliki keahlian khusus dalam menyusun skripsi, sehingga AA kurang yakin bahwa skripsi yang di kerjakan tidak akan selesai dengan tepat

waktu. Subjek AA memiliki banyak kegiatan di luar kampus, salah satunya mengikuti organisasi, dan memiliki komunitas moge (motor gede). Hal tersebut yang membuat AA terkadang absen mengikuti bimbingan bersama dosen. Subjek AA menganggap bahwa dirinya bodoh dan kurang mampu menguasai cara penyusunan skripsi, sehingga AA sering mengkaitkan dengan nilai mata kuliahnya selama ini dan beralasan bahwa dirinya tidak cocok di jurusan psikologi.

Fenomena yang peneliti amati, tekanan pada mahasiswa karena menyusun skripsi terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta angkatan 2016 yaitu berkeluh kesah, sering merasa lelah, terlihat cemas dan pesimis, bahkan ada beberapa yang merasa ingin mengakhiri studinya begitu saja atau membuat status di media sosial berisi keluhan tentang perasaannya ketika mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi. Dampak dari tekanan lainnya adalah sengaja tidak mengerjakan skripsi karena tidak ingin merasa terbebani sehingga lebih memilih mencari kesenangan dari kegiatan lain di luar kampus dan menghindari dosen pembimbing.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Cahyasari, Setyana & Sakti (2014) menyebutkan bahwa saat individu yang tidak optimis mengalami kesulitan maupun permasalahan, respon awal yang diberikan oleh individu tersebut ialah menganggap bahwa permasalahan sebagai beban yang akan mempengaruhi kehidupannya dan memperlambat aktivitas yang dijalani. Individu akan sulit untuk bangkit dari tekanan ketika memiliki keyakinan bahwa kegagalan ataupun

musibah yang dialami merupakan hal yang buruk dan dapat merusak segala aspek kehidupannya.

Seligman (2006) menjelaskan bahwa optimisme sendiri dapat membantu meningkatkan kualitas hidup seseorang baik secara fisik maupun psikis, oleh karena itu individu yang optimis diharapkan mampu mengubah perilaku-perilaku yang dari negatif ke arah yang positif. Hal ini dikarenakan individu yang memiliki pandangan optimis saat berhadapan dengan suatu permasalahan, maka individu tersebut akan melihat dari sisi positifnya sehingga akan menempuh cara-cara yang lebih efektif untuk menyelesaikan tiap masalah yang sedang terjadi.

Sikap optimisme membuat seseorang memiliki kualitas hidup yang lebih baik dibandingkan dengan yang memiliki tingkat optimisme rendah, seseorang yang memiliki optimisme tinggi biasanya jarang mengalami kecemasan, depresi, maupun perasaan-perasaan negatif lainnya. Serta memiliki semangat juang yang tinggi dan tidak mudah putus asa (Seligman, 2006).

Snyder dan Lopez (2002) mengatakan individu yang memiliki tingkat optimisme yang tinggi merupakan individu yang berharap akan hal-hal baik dan positif terjadi pada kehidupan sehari-hari, dengan begitu optimisme akan membantu mendorong dan mengarahkan individu tersebut dalam berperilaku dengan tujuan mencapai apa yang mereka inginkan. Individu yang memiliki tingkat optimisme lebih rendah akan cenderung membiarkan hal-hal buruk terjadi dalam kehidupan mereka.

Seligman (2006) menjelaskan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi optimisme, diantaranya adalah: dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri, dan yang terakhir akumulasi pengalaman.

Rosenberg (1965) menyatakan bahwa harga diri merupakan pandangan keseluruhan dari seseorang terhadap dirinya sendiri, misalnya seperti penilaian-penilaian individu terhadap kehormatan dirinya sendiri dan mengevaluasi serta melihat sejauh mana dirinya sendiri sebagai individu yang memiliki kemampuan dalam hal-hal positif, keberartian, berharga bagi dirinya dan lingkungan sekitar hingga kualitas kehidupannya. Jika mahasiswa memiliki harga diri yang tinggi, maka kebutuhan penghargaan diri akan terpenuhi hingga menumbuhkan sikap-sikap yang positif, mampu menghadapi masalah dan menghadapi sakit, memiliki rasa damai hingga rasa percaya diri yang tinggi. Sebaliknya, apabila rasa penghargaan diri tidak terpenuhi akan menumbuhkan pikiran-pikiran yang negatif.

Ghufron dan Rini (2010) menyebutkan bahwa optimisme mampu membuat individu mengetahui dan mengevaluasi kebutuhan-kebutuhan apa saja yang dapat mendorong individu tersebut untuk mencari jalan keluar dan menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi. Oleh sebab itu optimisme dapat mengubah cara pandang seseorang untuk ke hal yang lebih positif, dan menganggap bahwa suatu kegagalan, permasalahan, maupun musibah-musibah yang dialami bukan seluruhnya dari hasil kesalahannya sendiri, melainkan penyebab terjadinya suatu permasalahan juga bisa datang dari orang lain, takdir, maupun keadaan sekitar.

Coopersmith (1967) menyebutkan bahwa harga diri merupakan penilaian yang dilakukan individu oleh dirinya sendiri dan biasanya dipertahankan. Penilaian tersebut berkaitan dengan persetujuan atau ketidaksetujuan, dan menunjukkan sejauh mana individu yakin bahwa dirinya mampu, penting atau berarti, berhasil dan pantas. Lebih lanjut Aisyah, Yuwono dan Zuhri (2015) menyebutkan bahwa harga diri merupakan kumpulan-kumpulan dari kepercayaan, penilaian, atau bahkan perasaan tentang diri kita yang kita dapatkan dari hasil pembelajaran serta pengalaman-pengalaman dengan orang sekitar disepanjang kehidupan kita mengenai motivasi, nilai-nilai, sikap, hingga perilaku yang mempengaruhi diri kita sendiri.

Berdasarkan uraian yang telah di jelaskan di atas, maka penulis mengajukan rumusan permasalahan sebagai berikut : “Apakah ada hubungan antara harga diri dengan optimisme pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi?”

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan optimisme pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Diharapkan manfaat dari penelitian ini mampu menambah referensi bagi penelitian selanjutnya yang tertarik dengan permasalahan yang diangkat dalam penelitian ini yaitu yang berhubungan dengan harga diri dengan optimisme untuk menjadi bahan kajian lebih lanjut.

b. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa hasil pengukuran yang jelas mengenai hubungan antara kedua variabel sehingga dapat memberikan kontribusi yang dapat dilakukan dalam upaya meningkatkan harga diri dan optimisme pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi. Selain itu juga bahwa manfaat praktis dalam penelitian ini menjelaskan harga diri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi optimisme, sehingga harga diri bisa menjadi salah satu faktor yang dapat dipertimbangkan sebagai cara untuk meningkatkan optimisme pada mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi.