

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Pendidikan merupakan suatu proses dengan metode-metode tertentu hingga seseorang memperoleh pengetahuan, pemahaman, dan cara bertingkah laku yang sesuai dengan kebutuhan. Menurut Undang – Undang No. 32 tahun 2013 BAB 1 Ketentuan Umum, pasal 1, ayat 1 tentang pendidikan yaitu :

“Pendidikan 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 dan keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, ahklak mulia, serta keterampilan yang diperlukan untuk dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara.”

Salah satu jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang ialah pendidikan tinggi. Pada proses pendidikan yang berlangsung khususnya di universitas, mahasiswa dapat mengembangkan potensi dan kemampuan mereka melalui program studi yang mereka pilih sesuai dengan bakat dan minatnya (Andrismoro, 2016).

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi. Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun (monk dkk dalam dwi, 2009). Dua kriteria yang diajukan untuk menunjukkan akhir masa remaja dan permulaan dari masa dewasa awal adalah kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan

(Santrock, 2002). Mahasiswa sebagai sumber daya manusia yang akan terjun di masyarakat. Di masyarakat, mahasiswa tidak hanya membutuhkan pengetahuan akademik, tetapi juga ketrampilan lain dan ketrampilan yang dibutuhkan tersebut dapat diperoleh mahasiswa dengan mengikuti organisasi kemahasiswaan yang ada di kampus atau dikenal dengan Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM). Mahasiswa yang terjun dan aktif di organisasi kemahasiswaan memiliki ketrampilan bagaimana mengatur waktu, bagaimana bekerjasama, cara membuat rencana kegiatan, ataupun menyusun suatu rapat menjadi efektif (Syaf, 2014). Hal ini yang membedakan mahasiswa yang aktif diorganisasi dengan mahasiswa yang tidak aktif diorganisasi.

Mahasiswa aktivis dakwah kampus (ADK) adalah kader dakwah dan tarbiyah yang memiliki peran dalam dakwah kampus. Peran yang dilakukan biasanya berupa sebagai pengurus lembaga dakwah kampus, murrobi kampus, dan sebagainya. Aktivis dakwah kampus menjalankan perannya sebagai murrobi (guru) dan peran lainnya dengan ikhlas serta tanpa mengharapkan imbalan. Adapun individu-individu yang terlibat didalam Lembaga Dakwah Kampus (LDK) pada umumnya berperan sebagai da'i, namun secara khusus didalam struktur keorganisasiannya, masing-masing anggota menjalankan peran yang berbeda-beda. Aktivis dakwah diberi ruang untuk membina iman islam, disiapkan kelompok-kelompok halaqah untuk memperkuat ukhuwah, dan diskusi ilmu pengetahuan islam dari buku-buku (Darmawati, 2013).

Selain itu, sebagai mahasiswa yang aktif di organisasi tentu mahasiswa harus membagi waktu untuk kuliah dan organisasi yang diikutinya, sehingga mahasiswa dituntut memiliki manajemen waktu yang baik untuk mengatur agenda pribadi dan kegiatan eksternal yang kompleks. Agenda organisasi yang padat dan agenda yang lainnya pun menjadikan mahasiswa kesulitan mengatur waktu yang dimilikinya (Fajar & Darmawanti, 2015).

Sebagaimana kedudukannya aktivis dakwah kampus, tentunya mengalami kesulitan dan tantangan yang lebih berat dalam menjalankan perannya maka setiap orang pun dapat mempunyai macam-macam peran yang berasal dari pola pergaulan hidupnya. Membagi antara kegiatan perkuliahan dan organisasi. Begitu banyak kegiatan dan tugas-tugas yang harus dihadapi oleh mahasiswa aktivis dakwah kampus. Selain menjalankan rutinitas kuliah, mahasiswa juga harus menjalankan rutinitas yang ada diorganisasi. Hal ini menjadi salah satu penyebab tekanan yang dialami oleh mahasiswa. Bukan hanya itu saja, masih banyak hal lain yang menjadi sumber tekanan atau stres kuliah pada mahasiswa seperti adanya perubahan lingkungan, kehilangan jaringan dukungan sosial, tekanan akademik, perkembangan hubungan dengan teman sebaya, dan juga masalah keuangan (Azzahra, 2017). Hal ini yang menjadikan mahasiswa aktivis dakwah kampus berbeda dari mahasiswa lainnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada 4 mahasiswa aktivis dakwah kampus pada hari Rabu, 28 Maret 2018 di

Masjid Kampus Hikmah Tawakal Universitas Mercu Buana Yogyakarta, ditemukan kesulitan-kesulitan atau permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa aktivis dakwah kampus antara lain : manajemen waktu antara kuliah dan organisasi, mengalami gangguan tidur, kelelahan, kesehatan yang menurun, penyesuaian sosial yang berbeda antara organisasi dan kuliah, kurangnya kualitas dan kuantitas bersama orang terdekat, masalah adaptasi interaksi dan komunikasi dengan mahasiswa lain.

Menyikapi permasalahan-permasalahan tersebut diatas, mahasiswa ADK 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). 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 (Astuti & Edwina, 2017). Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk mengatasi, mengendalikan, melalui dan bangkit kembali ketika kesulitan menerpa (Reivich & Shatte, 2003).

Tingkat resiliensi mahasiswa cenderung masih rendah, salah satu bukti rendahnya tingkat resiliensi mahasiswa yaitu pada tahun 2013 telah dilakukan survey pada lebih dari 30,000 mahasiswa dimana survey ini menyoroti kesehatan mental dan kesehatan lainnya pada mahasiswa di Universitas Kanada. Hasil dari survey ini menunjukkan bahwa 90% dari

mahasiswa merasa kewalahan dengan semua hal yang harus mereka lakukan dalam satu tahun terakhir, sementara 50% mengatakan bahwa mereka merasa putus asa dan 63% mengatakan bahwa mereka merasa sangat kesepian (Miller, dalam Azzahra 2017).

Penelitian Azzahra (2017) menunjukkan tingkat resiliensi pada mahasiswa belum berada pada kategori tertinggi, paling banyak berada pada resiliensi kategori rendah. Sampel penelitian ini adalah 342 mahasiswa S1 pada tahun 2016 yang sedang menempuh kuliah di Universitas Muhammadiyah Malang. Dalam penelitian ini berdasarkan hasil kategorisasi variabel resiliensi dapat diketahui bahwa sebanyak 174 mahasiswa termasuk dalam kategori resiliensi rendah dan ada sebanyak 168 mahasiswa dalam kategori resiliensi tinggi.

Peneliti juga melakukan wawancara dengan 4 mahasiswa aktivis dakwah kampus di Masjid Hikmah Tawakal kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta pada 28 Maret 2018, dari hasil wawancara peneliti menemukan gejala-gejala resiliensi yang rendah pada 3 mahasiswa aktivis dakwah kampus, yaitu; mahasiswa merasa tertekan dan kewalahan ketika mengerjakan tugas kuliah yang *deadline* dan harus segera dikumpulkan, fokus kuliah dan organisasi menjadi terganggu karena permasalahan di keluarga dan masalah pribadi, merasa pesimis, stres tugas organisasi dan tugas kuliah menyebabkan komunikasi interpersonal dengan teman dekat kadang kurang baik. Hal tersebut mengindikasikan aspek regulasi emosi yang masih rendah.

Dilihat dari aspek pengendalian impuls, ditunjukkan mahasiswa ADK ketika dalam keadaan kelelahan, mereka mudah tersinggung atau mudah marah hanya karena hal-hal kecil, seperti tidak saling bicara dengan teman kos atau teman di perkuliahan, memilih mengurung diri ketika sedang konflik. Dalam menjalankan perkuliahan mahasiswa ADK cenderung berharap ingin cepat lulus daripada menikmati proses diperkuliahan, merasa pesimis untuk mendapatkan nilai yang baik. Hal tersebut mengindikasikan masih kurangnya aspek optimis dalam diri mahasiswa ADK.

Mahasiswa ADK juga merasa tidak yakin bahwa akan bisa memperoleh nilai yang baik di setiap semester dan lulus tepat waktu dengan nilai yang memuaskan. Hal ini mengindikasikan masih rendahnya aspek efikasi diri mahasiswa ADK. Kemampuan mahasiswa ADK dalam mengidentifikasi penyebab permasalahan belum muncul sepenuhnya, mahasiswa ADK tidak jarang merasa kebingungan dan tidak berpikir kembali terhadap masalah yang dihadapi baik di perkuliahan maupun di organisasi. Aspek empati yang ada dalam diri mahasiswa ADK dapat dikatakan masih kurang, seperti belum bisa merasakan sepenuhnya kesedihan atau rasa bahagia yang dialami temannya ketika bercerita.

Kemampuan mahasiswa ADK dalam meraih aspek positif atau pelajaran dari kehidupan setelah kemalangan menerpa masih kurang, seperti cenderung melakukan kesalahan yang sama misalnya, karena deadline tugas mahasiswa rela menyelesaikan tugasnya hingga malam hari atau bahkan menjelang pagi, masih sering terlambat bangun tidur yang berdampak pada

terlambat datang ke perkuliahan, masih kerap melanggar perintah orang tua meskipun kerap diingatkan. Hal-hal tersebut masih terus diulangi oleh mahasiswa ADK, meskipun mengetahui hal tersebut akan menimbulkan permasalahan lain yang berdampak negatif pada dirinya.

Dari uraian fakta diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa aktivis dakwah kampus masih bermasalah dengan resiliensi. Resiliensi yang masih bermasalah dalam diri mahasiswa ADK bukan hanya berdampak buruk untuk mahasiswa itu sendiri, melainkan juga berdampak pada keberlangsungan organisasi dakwah yang ada di kampus. Mahasiswa ADK yang kurang resilien akan cenderung menghindari dari permasalahan yang ada di kuliah dan organisasi. Menghindari permasalahan organisasi, mahasiswa ADK akan memilih berhenti dari kegiatan organisasi untuk beberapa waktu dan ini akan menghambat pelaksanaan program kerja organisasi yang ditentukan dalam satu periode kepengurusan. Seyogyanya setiap mahasiswa ADK memiliki resiliensi yang tinggi, agar mahasiswa ADK mampu untuk bertahan dibawah tekanan atau kesedihan, tidak menunjukkan suasana hati yang negatif terus menerus, mampu mengatasi masalah-masalah apapun, mampu untuk meningkatkan potensi-potensi diri, menjadi optimis, muncul keberanian, dan kematangan emosi (Aprilia, 2013).

Selain itu, resiliensi berhubungan dengan tingkat distress psikologis pada mahasiswa, semakin tinggi resiliensi cenderung diikuti distress psikologis yang rendah dan resiliensi yang rendah cenderung diikuti distress

psikologis yang tinggi. Sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh azzahra (2017) menunjukkan bahwa resiliensi memberikan pengaruh negatif sebesar 3.6% yang artinya semakin tinggi resiliensi maka semakin rendah distres psikologis, dan semakin rendah resiliensi maka semakin tinggi distres psikologis.

Menurut Resnick, Geyther, dan Roberto (2011) terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu : a) *self-esteem*, b) dukungan sosial, c) spiritualitas atau keberagamaan, dan d) emosi positif.

Dari beberapa faktor tersebut peneliti memilih *self esteem* untuk meneliti apakah ada hubungannya dengan resiliensi. Pemilihan faktor ini berdasarkan dari hasil wawancara yang telah dilakukan. Kesimpulan hasil wawancara pada mahasiswa ADK, bahwa mahasiswa ADK merasa kurang percaya dengan kemampuan dirinya dalam menghadapi permasalahan atau tugas dari kuliah maupun organisasi. Keberartian yang dirasakan mahasiswa ADK menunjukkan kurangnya ada rasa kepedulian, perhatian, dan afeksi yang diterima dari orang sekitarnya. Mahasiswa ADK juga cenderung membuat penilaian yang negatif terhadap dirinya dan merasa dirinya belum bisa memenuhi kebutuhan dalam mencapai prestasi. Hal ini mengindikasikan *self-esteem* pada mahasiswa ADK masih bermasalah.

Coopersmith (1967) menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan penilaian diri yang dilakukan oleh seorang individu dan biasanya berkaitan dengan dirinya sendiri, penilaian tersebut mencerminkan sikap penerimaan atau penolakan dan menunjukkan seberapa jauh individu percaya bahwa

dirinya mampu, penting, berhasil dan berharga. *Self esteem* menurut Santrock (2009), mengacu pada gambaran menyeluruh diri individu. *Self esteem* juga berarti harga diri (*self-worth*) atau gambaran diri (*self-image*). Matsumoto (2009), menjelaskan bahwa *self esteem* adalah tingkat kecenderungan sikap, gagasan, evaluasi atas diri sendiri, sejarah, proses-proses mental, dan perilaku yang positif. *Self esteem* berhubungan dengan banyak aspek dari pemikiran, emosi dan perilaku serta sering dipertimbangkan sebagai bagian inti dalam memahami individu.

Mengembangkan resiliensi merupakan salah satu aspek penting dalam membantu mahasiswa untuk memiliki kekuatan karakter yang membantunya untuk bangkit dari keadaan yang sulit. Hal ini disebabkan karena *self esteem* secara langsung terkait dengan resiliensi, dimana *self esteem* dapat membantu mahasiswa saat menghadapi masalah maupun situasi sulit, dan membantu untuk tetap kuat, bertahan, dan bahkan belajar pada situasi tersebut. Orang yang memiliki *self esteem* yang tinggi akan menilai dirinya secara positif. Mereka mampu menerima dan mengenal diri sendiri dengan keterbatasannya. Kompetensi personal, percaya pada diri sendiri, menerima perubahan secara positif, pengendalian diri, dan pengaruh spiritual yang dimiliki seseorang akan mampu membentuk resiliensi seseorang (Singarimbun, 2017).

Sedangkan individu yang memiliki *self esteem* yang rendah cenderung salah dalam menggambarkan realitas kehidupannya, merasa dirinya tidak berdaya, lemah, dan seperti tidak memiliki kekuatan untuk

mengatasi tantangan yang terjadi pada kehidupannya sehari-hari. Beberapa individu dengan *self esteem* yang rendah cenderung melakukan sabotase terhadap hubungannya dengan orang lain. Individu seringkali merasa tidak aman dan tidak nyaman berada dengan orang lain, bahkan bersikap memermalukan dan defensif (Minchinton dalam Iqbal, 2011).

Berdasarkan uraian di atas, peneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini ialah apakah terdapat hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi pada mahasiswa aktivis dakwah kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta ?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan rumusan masalah, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan resiliensi pada mahasiswa aktivis dakwah kampus Universitas Mercu Buana Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat berupa:

a. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah memberikan sumbangan ilmiah pada pengembangan psikologi klinis khususnya tentang masalah resiliensi dan *self esteem*.

b. Secara Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa aktivis dakwah kampus yang memiliki resiko tinggi terhadap ancaman psikologis, tekanan, dan kesulitan yang diterima tidak akan mempengaruhi kondisi psikologis mahasiswa aktivis dakwah kampus melalui pengolahan *self esteem* dengan baik.