

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Individu sepanjang kehidupannya dihadapkan pada berbagai macam masa transisi. Bagi beberapa individu, menjadi mahasiswa termasuk dalam masa transisi pendidikan. Masa transisi menjadi mahasiswa dapat memberikan individu berbagai manfaat seperti merasa lebih dewasa, memiliki banyak pelajaran yang dapat dipilih, memiliki banyak waktu bersama teman sebaya, memiliki kesempatan yang lebih untuk menjelajahi gaya hidup dan nilai-nilai yang berbeda, menikmati kemandirian dari orang tua, dan tertantang secara intelektual dalam tugas akademik (Santrock & Halonen, 2011).

Menurut Andriani dan Listiyandini (2017) pada masa awal perkuliahan remaja mengalami masa transisi dimana perubahan tersebut dari siswa menjadi mahasiswa. Mahasiswa adalah individu yang belajar di jenjang perguruan tinggi. Mahasiswa menuntut ilmu dengan berbagai aktivitas misalnya membaca, meneliti, berdiskusi, menulis dan berorganisasi. Mahasiswa yang belajar pada jenjang perguruan tinggi merupakan upaya mempersiapkan dirinya untuk memperoleh gelar keahlian jenjang pendidikan tinggi meliputi pendidikan diploma, sarjana, magister atau spesialis (Budiman, 2006).

Hurlock (1999) mengungkapkan mahasiswa berada dalam periode masa peralihan dari masa remaja akhir memasuki periode masa perkembangan dewasa awal, mahasiswa pada umumnya berusia sekitar 18-25 tahun. Masa peralihan ini menimbulkan berbagai masalah baik dalam diri individu maupun luar diri individu yang terjadi ketika menjadi mahasiswa baru. Santrock (2011) mengemukakan penyebab dari salah satu permasalahan yang terjadi pada mahasiswa baru adalah stres yang berkaitan dengan perubahan lingkungan dan situasi pendidikan sebelumnya, stres yang berkaitan dengan perubahan interaksi dengan teman sebaya yang memiliki latar belakang yang beragam, stres yang berkaitan dengan tuntutan ujian dan prestasi ketika menjadi mahasiswa. Sesuai survei yang dilakukan Wong dkk. (dalam Habibi & Hidayati, 2017) pada 7915 mahasiswa baru di Hongkong menunjukkan bahwa persentase yang memiliki kondisi depresi, cemas, dan stres di tingkat keparahan sedang atau tinggi masing-masing sebesar 21%, 41%, dan 27%.

Mahasiswa untuk mendapatkan perguruan tinggi terbaik mungkin tidak didapatkan di daerah sendiri sehingga menyebabkan mahasiswa harus merantau. Santrock (2011) mengungkapkan fenomena mahasiswa perantau tingkat awal umumnya bertujuan untuk meraih kesuksesan melalui kualitas pendidikan yang lebih baik pada bidang yang diinginkan, untuk mencapai kesuksesan mahasiswa perantau dihadapkan pada berbagai perubahan dan perbedaan. Hal ini menunjukkan bahwa banyak permasalahan yang harus diatasi agar mahasiswa bisa berhasil menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi dengan baik.

Clark (2005) mengungkapkan kesuksesan yang diperoleh seorang mahasiswa pada tingkat awal dilihat dari keberhasilan dalam melewati masa transisi. Masa transisi ini dipengaruhi beberapa hal, yaitu pengalaman mereka ketika memasuki perguruan tinggi, seperti interaksi yang terjadi antara individu dengan dosen, staf, dan teman-teman sebayanya. Menurut Widuri (2012) setiap individu pada dasarnya pasti akan mengalami kesulitan dalam kehidupannya. Kesulitan tersebut dapat terjadi kapanpun dan dalam situasi yang tidak bisa diprediksikan sebelumnya, dan permasalahan tersebut tidak dapat dihindarkan. Menurut Gunarsa (2004) mahasiswa harus dapat menghadapi berbagai kesulitan masalah penyesuaian, akan tetapi tidak semua mahasiswa mampu untuk mengatasi permasalahan tersebut sendiri. Masih banyak mahasiswa baru yang membutuhkan bantuan dalam menyesuaikan diri menjadi statusnya yang baru yaitu mahasiswa dan berbagai persoalan pergaulan di lingkungan kampus maupun dalam menuntut ilmu.

Menurut Connor dan Davidson (2003) kemampuan individu untuk dapat beradaptasi dengan masalah, bertahan, mengatasi, dan berkembang di tengah kesulitan menghadapi masalah ini disebut dengan resiliensi. Ada individu yang mampu bertahan dan dapat mengatasi masalah dan pulih secara efektif namun ada pula individu yang gagal karena tidak berhasil keluar dari situasi permasalahan yang tidak menguntungkan. Menurut Reivich dan Shatte (2002) orang yang resilien dapat memahami bahwa kegagalan bukanlah titik akhir, dan mereka tidak merasa malu ketika tidak berhasil.

Desmita (2017) mengungkapkan resiliensi sebagai ketahanan, kemampuan atau kapasitas insani yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi yang tidak menyenangkan, atau mengubah kondisi kehidupan yang menyengsarakan menjadi suatu hal yang wajar untuk diatasi. Menurut Reivich dan Shatte (2002) terdapat tujuh komponen yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, empati, optimis, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan pencapaian positif. Karakteristik yang dimilikinya, orang yang resilien memiliki kapasitas untuk berespon secara sehat dan produktif dalam menghadapi kesulitan (Reivich & Shatte, 2002).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Andriani dan Listiyandini (2017) yang berkaitan dengan resiliensi pada mahasiswa tingkat awal diketahui bahwa sebagian besar responden penelitian memiliki resiliensi pada kategori yang tergolong tinggi (67,80%) dan kategori sedang (31,64 %), dan kategori rendah (0,56%). Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Hutapea (dalam Andriani & Listiyandini, 2017) terkait dengan gambaran resiliensi pada mahasiswa menemukan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat awal dan merantau memiliki tingkat resiliensi tergolong sedang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Amelia, Asni, dan Chairilisyah (dalam Andriani & Listiyandini, 2017) mahasiswa di tahun pertama ditemukan bahwa hanya 89,07% memiliki tingkat resiliensi tergolong sedang. Hal ini dikarenakan sulitnya mahasiswa tingkat awal untuk membangun komunikasi dengan

lingkungan yang baru dan permasalahan akademik. Data yang didapatkan bahwa pengembangan resiliensi bagi mahasiswa tingkat awal masih sangat diperlukan untuk diteliti lebih jauh lagi.

Menurut Hanggara dan Amati (2018) fenomena yang terjadi di lapangan tingkat resiliensi pada mahasiswa cenderung masih rendah. Hal ini ditunjukkan oleh perilaku mahasiswa tidak percaya dengan kemampuannya sendiri sehingga mahasiswa lebih memilih untuk mencontek pekerjaan tugas dan ujian temannya. Ketika banyak tugas dari setiap mata kuliah dari dosen mahasiswa tidak mampu untuk menyelesaikannya. Mahasiswa pada akhirnya tidak bisa berusaha dalam keadaan tertekan. Fenomena inilah menunjukkan bahwa tingkat resiliensi pada mahasiswa masih cenderung rendah.

Berdasarkan hasil wawancara kepada 5 mahasiswa perantau tingkat awal di Asrama Putri Randik, Baciro, Yogyakarta pada 14 Oktober 2019 terdapat 3 mahasiswa tidak mampu beradaptasi di lingkungan perkuliahan dan 2 mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan. Pada komponen regulasi emosi, empat mahasiswa tersebut merasa tidak dapat mengatur emosi dalam dirinya ketika dihadapkan pada suatu masalah yang memancing emosinya mahasiswa tersebut hanya diam dan menangis pada situasi yang menekan, dan tidak bisa mengatur ekspresi yang tepat ketika dalam keadaan emosi. Misalnya mahasiswa tersebut sedang datang bulan (haid) mahasiswa merasa sangat sensitif dengan suatu keributan yang ada, tiba-tiba emosi mahasiswa naik yang mengakibatkan keinginan untuk berteriak sekencang-kencangnya. Pada komponen pengendalian impuls, tiga

mahasiswa tersebut tidak dapat menguasai dorongan- dorongan yang ada dalam diri individu tersebut dengan usaha- usaha yang kurang maksimal dan hanya berdoa kepada tuhan untuk dimudahkan. Misalnya mahasiswa mempunyai keinginan untuk mendapatkan nilai yang bagus mahasiswa tersebut memiliki usaha yang kurang maksimal yaitu belajar dengan sistem kebut semalam hal tersebut akan berdampak kepada individu sendiri.

Pada komponen optimis, tiga mahasiswa merasa memiliki tekad yang kurang maksimal untuk mengontrol hidupnya dalam mencapai kehidupan sesuai dengan harapan di masa depan. Misalnya mahasiswa mempunyai masalah dengan keuangan yang terjadi pada keluarganya, mahasiswa tidak mampu menghadapi masalah tersebut dan pasrah terhadap keadaan ketika kuliah di luar daerah yang jauh dari keluarganya, sehingga mahasiswa menjadi kurang percaya dalam mengontrol hidupnya di masa depan. Pada komponen empati, tiga mahasiswa tersebut merasa belum mengembangkan kemampuan untuk merasakan dan memahami posisi orang lain karena individu lebih baik diam dan tidak peduli dengan urusan orang lain. Mahasiswa merasa dirinya kurang mampu menghadapi permasalahannya sendiri sehingga mahasiswa tidak dapat memahami posisi yang dirasakan oleh orang lain.

Pada komponen analisis penyebab masalah, kelima mahasiswa belum mampu menganalisis penyebab terjadinya suatu masalah dan mencari solusi yang tepat untuk memecahkan suatu permasalahan. Mahasiswa biasanya tidak mau ambil pusing tentang masalah yang ada, hanya dengan meminta maaf

mahasiswa menganggap masalah tersebut telah selesai dan tidak mau mencari penyebab masalah yang terjadi. Pada komponen efikasi diri, tiga mahasiswa memiliki keyakinan yang rendah akan kemampuan dirinya dalam menghadapi permasalahan yang ada dan harus bertanya dengan orang lain ketika kesulitan dalam menghadapi masalah. Misalnya ketika mahasiswa berada pada suatu kesulitan yang dihadapi mahasiswa lebih memilih bertanya dengan orang lain untuk mengatasi kesulitan yang dihadapi, tanpa mencoba untuk mengatasi dengan kemampuan sendiri. Pada komponen pencapaian positif, ketiga mahasiswa belum memiliki kemampuan untuk mengambil hal-hal positif dari suatu kejadian yang menimpa dirinya ketika dihadapkan pada suatu masalah, sehingga mahasiswa cenderung mengambil hal negatif dari suatu kejadian yang berdampak pada ketakutan dalam kehidupan selanjutnya.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti mendapatkan fakta bahwa dari tujuh komponen resiliensi yang dimiliki mahasiswa perantau tingkat awal dalam menjalani perkuliahan mengalami masalah. Ketujuh komponen tersebut yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimis, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan pencapaian positif. Hal tersebut dapat menjadi indikator bahwa resiliensi yang dimiliki mahasiswa perantau tingkat awal dalam menjalani perkuliahan masih relatif rendah.

Hanggara dan Amiati (2018) mengungkapkan mahasiswa seharusnya memiliki tingkat resiliensi yang tinggi untuk membentuk mahasiswa yang berkualitas dan dapat bersaing di era globalisasi, yaitu mahasiswa yang mampu bertahan dalam situasi apapun, mampu bangkit kembali dari

kegagalan dan dapat menghadapi segala tantangan dan kesulitan. Menurut Reivich (dalam Andriani & Listiyandini, 2017) mahasiswa yang resilien akan memiliki kapasitas respon yang sehat dan protektif untuk menghadapi kesulitan. Oleh karena itu mahasiswa pada tingkat awal diharapkan akan lebih mampu dalam menghadapi masalah penyesuaian diri di perguruan tinggi dan menghadapi faktor penyebab stres, sehingga terhindar dari masalah kesehatan mental. Menurut Desmita (2017) mahasiswa yang tidak memiliki resiliensi maka tidak akan memiliki keberanian, ketekunan, tidak ada rasionalitas, dan tidak adanya *insight* dalam dirinya. Resiliensi sangat diakui untuk menentukan gaya berpikir seseorang dan keberhasilan peserta didik dalam kehidupannya, dan juga keberhasilan dalam pola belajar di perguruan tinggi.

Menurut Grotberg (1995) faktor yang menentukan untuk menumbuhkan resiliensi terdiri dari I HAVE (aku punya) salah satunya kepercayaan (*trusting*), I AM (Aku ini) salah satunya kemandirian (*autonomy*), dan I CAN (Aku akan) salah satunya mengatasi masalah (*problem solving*). Berdasarkan penelitian Ahyani dan Raharjo (2015) mengungkapkan pengujian hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel kemandirian dengan resiliensi.

Menurut Steinberg (2013) otonomi atau kemerdekaan pada diri sendiri artinya kemampuan individu untuk berpikir dan berperilaku menentukan dirinya sendiri secara emosi dan kognitif. Menjadi individu yang mandiri adalah individu yang dapat mengatur dirinya sendiri yang merupakan salah satu tugas perkembangan remaja secara otomatis. Menurut Nurhayati (dalam

Asiyah, 2013) kemandirian adalah adanya unsur-unsur dalam diri seseorang tentang tanggung jawab, percaya diri, berinisiatif, memiliki motivasi yang kuat untuk maju demi kebaikan dirinya, mantap mengambil keputusan sendiri, berani menanggung resiko atas keputusannya, mampu menyelesaikan masalah sendiri tidak tergantung pada orang lain, memiliki hasrat berkompetensi, mampu mengatasi hambatan, melakukan sesuatu dengan tepat, gigih dalam usaha, melakukan sendiri sesuatu tanpa bantuan orang lain, bebas bertindak, tidak terpengaruh oleh lingkungan, mampu mengatur kebutuhan sendiri, tegas dalam bertindak dan menguasai tugas-tugas.

Menurut Steinberg (2013) ada tiga karakteristik yaitu: (1) kemandirian emosi (*emotional autonomy*), yaitu kemandirian yang berkaitan dengan perubahan hubungan individu, terutama dengan orangtua, (2) kemandirian perilaku (*behavioral autonomy*), yaitu kemampuan untuk membuat suatu keputusan sendiri dan menjalankan keputusan tersebut, dan (3) kemandirian nilai (*value autonomy*), yaitu memiliki seperangkat prinsip-prinsip tentang mana yang benar dan mana yang salah, mengenai mana yang penting dan mana yang tidak penting.

Kemandirian yang dimiliki oleh mahasiswa baru akan membentuk mahasiswa tersebut menjadi lebih resilien dalam menghadapi tuntutan dan tantangan sehingga mahasiswa tersebut terhindar dari stres. Hasil penelitian Pidgeon (dalam Habibi & Hidayati, 2017) pada mahasiswa Australia, Amerika Serikat, dan Hongkong menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi akan memiliki tingkat distres psikologi yang

rendah, dan memiliki tingkat persepsi sosial serta hubungan yang baik dengan kampus yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki resiliensi yang rendah.

Grotberg (1995) mengungkapkan faktor yang mempengaruhi resiliensi salah satunya adalah kemandirian, yang sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ahyani dan Raharjo (2015) mengungkapkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara variabel kemandirian dengan resiliensi. Berdasarkan penjelasan yang telah dijabarkan diatas menunjukan bahwa kemandirian mempengaruhi tingkat resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat awal. Dimana mahasiswa yang memiliki kemandirian yang tinggi memiliki kemampuan yang baik dalam beradaptasi dan menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi dalam lingkungan perkuliahan dan tempat tinggalnya. Selanjutnya mahasiswa mampu untuk menghadapi suatu kondisi yang tidak menyenangkan tanpa merasa tertekan ketika ada permasalahan yang menimpa.

Berdasarkan uraian diataspeneliti merumuskan permasalahan dalam penelitian ini yaitu apakah ada hubungan antara kemandirian (*autonomy*) dengan resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat awal?.

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kemandirian dengan resiliensi pada mahasiswa perantau tingkat awal.

Adapun manfaat yang ingin diambil dari hasil penelitian ini adalah

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambahkan pengetahuan ilmu di bidang psikologi perkembangan dan psikologi klinis khususnya mengenai resiliensi.

Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang pentingnya memahami resiliensi. Serta bagi peneliti berikutnya, dapat digunakan sebagai tambahan acuan, wawasan, masukan serta evaluasi bagi penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi bagi mahasiswa perantau tingkat awal bagaimana cara meningkatkan kemandirian untuk bisa beresiliensi dalam menghadapi tantangan hidup.