

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan orang yang sedang belajar atau bisa dikatakan sedang menempuh pendidikan ditahap yang lebih tinggi yaitu di universitas atau sering dikatakan perguruan tinggi entah itu pada perguruan tinggi negeri, swasta, atau pada institusi lainnya yang memiliki tingkatan yang sama dengan perguruan tinggi (Siswoyo, 2007). Menurut Hurlock (2006), individu diklasifikasikan berdasarkan tahap perkembangannya, individu yang berada antara rentang usia 18 tahun hingga usia 25 tahun, digolongkan pada tahap masa remaja akhir hingga masa dewasa awal yang dilihat dari proses perkembangan, tugas perkembangan. Masa remaja ini dikenal dengan periode “badai dan tekanan” yaitu terjadi perubahan tubuh, pola pikir dan peran yang diharapkan kelompok sosial serta masa pencarian jati diri. Pada masa remaja terjadi banyak perubahan yang mendadak dan cepat baik secara emosi maupun mental. Begitu juga dengan individu yang memasuki masa dewasa awal. Mahasiswa pada umumnya merupakan individu yang berada pada rentang usia yang berkisar 18-25 tahun. sehingga tidak dipungkiri bahwa mahasiswa akan banyak mengalami permasalahan. Kebanyakan mahasiswa itu seringkali mengalami masalah yang sama. Masalah- masalah tersebut biasanya berasal dari faktor-faktor individu (pribadi) maupun dari faktor-faktor eksternal (luar), seperti dalam lingkungan masyarakat umum. Permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa tergolong banyak, luas, dan rumit yang mencakup cara berhubungan atau

berinteraksi secara sosial, kemudian masalah terkait ekonomi, keluarga, mental (emosi diri), kesehatan, masa depan, percintaan dan sampai dengan masalah pendidikan atau akademik (Martunis & Bahri, 2016). Terkadang mahasiswa menganggap atau melihat suatu masalah itu sebagai beban yang sangat mengganggu aktivitas. Namun, bagi beberapa orang lainnya dalam melihat masalah justru sebagai sebuah tantangan yang harus dihadapi dan juga dapat diambil sebagai pembelajaran. Sesuai dengan konsep penilaian primer Lazarus dan Folkman, ketika seseorang melihat masalah sebagai "beban yang mengganggu", ini mencerminkan penilaian sebagai ancaman atau bahaya yang berpotensi merugikan diri. Sebaliknya, melihat masalah sebagai "tantangan" menunjukkan penilaian positif di mana individu merasa memiliki kemampuan untuk mengatasinya. (Lazarus, R. S., & Folkman, S, 1984).

Masalah bisa datang kapan saja dan di mana saja. Selama menjalani kehidupan, seseorang tidak akan pernah luput dari yang namanya masalah baik itu masalah sehari-hari, konflik dengan diri sendiri maupun masalah besar. Masalah tidak pandang bulu, bisa mendatangi siapa saja tidak peduli profesinya sebagai petani, guru, mahasiswa, pedagang, atau presiden sekalipun. Masalah muncul karena ada perbedaan antara apa yang diharapkan dan apa yang sebenarnya terjadi yang sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari. Semua orang pasti pernah mengalami masalah dalam hidupnya yang berasal dari lingkup dimana ia tinggal dan bertumbuh baik itu di rumah, sekolah, kampus, kantor, jalan, atau bahkan bisa terjadi pada tempat-tempat yang tidak disangka sebelumnya (Sya'dullah, 2022).

Menjadi mahasiswa sering dikatakan beruntung, karena memiliki kesempatan yang istimewa dan berharga untuk melanjutkan pendidikan ke tahap yang paling tinggi yaitu universitas (perguruan tinggi), yang mungkin bagi sebagian besar individu lainnya tidak dapat merasakan hal tersebut dikarenakan masalah ekonomi. Namun menjadi mahasiswa yang sering disebut sebagai kaum terpelajar juga mendapati banyak kesulitan atau masalah karena keistimewaannya dalam mengenyam pendidikan tinggi. Mahasiswa sebagai orang yang terpelajar seringkali dituntut untuk berperilaku dengan cara yang memperlihatkan kualitas intelektual mereka (Patnani, 2013). Menurut Azwar (2006), salah satu indikator dari perilaku intelektual adalah kemampuan dalam memecahkan masalah.

Mahasiswa yang mempunyai akal dan pikiran, memiliki kapasitas dan keterampilan yang berbeda dalam memecahkan masalah. Dalam memecahkan masalah juga dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti menyesuaikan kondisi mood atau perasaan seseorang pada saat itu, kondisi kesehatan fisik dan mental yang dialami orang tersebut. Biasanya ketika seseorang menemui masalah pastinya akan mempengaruhi orang tersebut dalam proses menemukan jawaban atas masalahnya. Pendidikan yang merupakan hasil belajar akademik maupun non-akademik yaitu dari lingkungan, akan mempengaruhi kehidupan seseorang dalam menentukan perspektif pribadi dan akan memengaruhi cara mereka belajar memecahkan masalah setiap harinya. (Sya'dullah, A. 2022).

Menurut Barkman dan Machtmes (2002) pemecahan masalah adalah kemampuan seseorang untuk menggunakan pengetahuan dan pengalaman mereka untuk menyelesaikan masalah secara konsisten dan menggunakan kemampuan

analisis untuk mengembangkan strategi untuk menyelesaikan masalah tertentu. Pemecahan masalah memiliki enam aspek menurut Barkman & Machtmes, (2002). Antara lain : (1) identifikasi atau tentukan masalah, yaitu kemampuan individu untuk menemukan masalah dan mengklasifikasikannya untuk dapat mengidentifikasi sumber serta penyebab masalah tersebut; (2) mempelajari potensi penyebab atau asumsi, yaitu melakukan analisa dan pengkajian akan penyebab dari suatu masalah berdasarkan sumber masalah tersebut; (3) menemukan solusi potensial, yaitu kemampuan individu untuk mengklasifikasikan dan membuat alternatif-alternatif solusi untuk sebuah masalah; (4) memilih solusi terbaik, yaitu kemampuan individu untuk memilih berbagai alternatif solusi dari suatu masalah yang terjadi; (5) implementasi atau melaksanakan solusi, yaitu kemampuan individu untuk menjalankan alternatif solusi yang telah dipilih secara efektif dan efisien; (6) evaluasi dan revisi, yaitu kemampuan individu dalam menilai hasil dari alternatif solusi yang telah dipilih sebagai bentuk kemajuan dan melakukan perbaikan atas penilaian yang telah dilakukan.

Kemampuan pemecahan masalah menjadi salah satu tujuan dari pembelajaran serta implementasi mahasiswa dalam kehidupan kampus maupun masyarakat (Nugraha, Derry & Joko, 2023). Pembelajaran perkuliahan serta kegiatan mahasiswa tidak hanya diarahkan pada peningkatan kemampuan siswa dalam meningkatkan minat bakatnya saja, tetapi juga diarahkan kepada peningkatan kemampuan mahasiswa dalam pemecahan masalah. Mahasiswa yang sedang dalam tahap peralihan dari tahap remaja menuju dewasa, akan menemui dan mengalami banyak sekali masalah- masalah baru yang berdatangan, bisa saja yang

berasal dari pribadi seperti keinginan dan pencapaian, maupun dari lingkungan luar seperti tuntutan pendidikan, keluarga, dan masyarakat. (Martunis & Bahri, 2016)

Masalah sebenarnya mempunyai manfaat dalam perkembangan manusia. Menurut Erikson (dalam Eggen & Kauchack, 1997) mengemukakan teori perkembangan psikososial yang menyebutkan bahwa dalam setiap tahap perkembangannya manusia akan selalu dihadapkan pada krisis. Selanjutnya, Erikson juga mengemukakan bahwa keberhasilan dalam mengatasi krisis yang dihadapi pada akhirnya akan memberikan kesempatan pada setiap individu untuk berkembang, jika individu tersebut dapat mengatasi krisis dengan cara yang benar, dan sebaliknya, jika krisis tidak diatasi dengan benar, maka akan mengganggu tahap perkembangan selanjutnya dari seorang individu.

Oleh karena itu kemampuan untuk menyelesaikan masalah sangat diperlukan bagi upaya pengembangan diri seorang individu. Dapat dikatakan jika seorang individu tidak belajar menyelesaikan masalah maka ia akan kehilangan kesempatan untuk belajar, maju dan berkembang. Dengan demikian, para mahasiswa diharapkan mempunyai kemampuan pemecahan masalah yang baik yang dapat membantu mereka untuk mengatasi permasalahan yang sedang dialami dalam kehidupan sehari-harinya, baik itu permasalahan akademik maupun non akademik, karena pemecahan masalah adalah salah satu kemampuan yang harus dimiliki mahasiswa (Patnani, 2013).

Fakta menunjukkan bahwa mahasiswa saat ini masih memiliki kemampuan menyelesaikan masalah yang kurang. Secara faktual, indikator kurangnya kemampuan pemecahan masalah pada mahasiswa dapat diamati melalui berbagai

fenomena yang kerap menjadi sorotan dalam jurnal dan pemberitaan. Diantaranya yaitu ada peningkatan isu kesehatan mental, banyak mahasiswa di Indonesia yang menghadapi masalah kesehatan mental. Misalnya, studi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa berada pada kategori stres, kecemasan, dan depresi, dengan prevalensi kecemasan mencapai 34,6% dan depresi 20,8% (Khafifah, Wilson & Tejoyuwono, 2024). Temuan lainnya menunjukkan adanya 124 mahasiswa yang mengalami gejala depresi, dengan 26,9% di antaranya mengalami depresi ringan dan 9,3% depresi berat atau ekstrem (Setyanto, Hakim & Muzakki, 2023). Kondisi ini sering kali diperburuk oleh ketidakmampuan mahasiswa dalam mengelola tekanan akademik dan tantangan hidup, yang seharusnya dapat diatasi dengan keterampilan pemecahan masalah yang efektif (Speckens & Hawton, 2005).

Penelitian lainnya juga menunjukkan permasalahan mahasiswa pada masalah kecemasan sosial, *bullying*, bunuh diri, penyalahgunaan narkotika dan psikotropika serta zat adiktif (Naimah, Komalasari, & Wahyuni, 2016). Masalah lainnya yang dimiliki mahasiswa yaitu masalah akademik hal tersebut terlihat dari penelitian (Ningsih, 2016). Masalah akademik akan menjadi salah satu sumber masalah bagi mahasiswa jika tidak tertangani dengan baik (Patnani, 2013). Hal tersebut senada dengan penelitian Martunis dan Bahri (2016) salah satu masalah mahasiswa dalam perkuliahan berupa kesulitan dalam memahami pelajaran, kehilangan minat belajar, kurang mampu berpikir kritis dan logis.

Kemudian fenomena lainnya seperti yang tertulis pada media online KOMPAS.id, oleh Muchamad Zaid Wahyudi, 15 Oktober 2023 menyebutkan bahwa telah banyak terjadi kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa dari tahun ke

tahun. Pada 18 Oktober 2023, Databoks memaparkan jumlah kasus bunuh diri yang terjadi di Indonesia mencapai 971 kasus dimana sudah melebihi kasus bunuh diri pada tahun 2022 yakni 900 kasus. Kasus bunuh diri menunjukkan tekanan pada para mahasiswa, kurangnya interaksi pada orang sekitar serta depresi menjadi faktor terbesar terjadinya bunuh diri (Kustiani dkk, 2023)

Di Indonesia kasus bunuh diri pada mahasiswa banyak terjadi. Beberapa kasusu diantaranya yaitu, seorang mahasiswa UI diduga tewas bunuh diri dengan cara gantung diri, dugaan meninggalnya mahasiswa semester 8 yang sedang menyusun skripsi memilih mengakhiri hidupnya karena depresi dengan mendapat nilai yang anjlok namun ada juga berspekulasi bahwa mahasiswa tersebut nekat bunuh diri karena skripsinya ditolak. Kemudian kasus lainnya Ditahun 2023 sendiri telah banyak kasus bunuh diri mahasiswa diantaranya kasus di Universitas swasta UMY yang cukup terkenal di Yogyakarta, yaitu pada hari Senin, 2 Oktober 2023. Kasus mahasiswi yang melompat dari lantai 4 asramanya lantaran diduga mengalami depresi berat. Pada saat itu korban masih sempat dilarikan menuju rumah sakit, namun yang terjadi nyawanya tidak dapat tertolong. Saat itu, korban juga sempat membuat voice note bahwa dirinya ingin mengakhiri hidup.

Selanjutnya ada lagi kasus lainnya yang terjadi pada universitas negeri ternama juga yaitu UNNES yang berada di Semarang, terjadi hari Selasa, 10 Oktober 2023. Mahasiswi tersebut loncat dari lantai 4 sebuah Mall di Semarang. Pada saat proses evakuasi dan olah TKP di dalam tas korban ditemukan sebuah surat yang berisikan kata-kata pamitan dan permintaan maaf korban terhadap orangtuanya. Peristiwa bunuh diri yang dialami mahasiswa diduga karena

mengalami depresi terkait pendidikan. Terakhir, kasus terbaru di tahun 2024, kasus bunuh diri yang terjadi pada mahasiswa magister UIN Sunan Kalijaga. Diduga korban gantung diri dirumahnya di Jember saat masa libur kuliah dikarenakan permasalahan percintaan.

Menurut Fitri (2023), mengatakan bahwa terdapat beberapa alasan mahasiswa melakukan bunuh diri antara lain, ketiadaan harapan, depresi, permasalahan percintaan, kurangnya dukungan sosial, dan tekanan akademik. Bunuh diri juga memiliki kaitan dengan kemampuan pemecahan masalah dimana ternyata bunuh diri ini merupakan salah satu indikator bahwa mahasiswa masih kurang memiliki kemampuan pemecahan masalah yang baik sehingga lebih memilih jalannya dengan bunuh diri. (Zhang dkk, 2023). Berdasarkan hal-hal dari kasus diatas bisa dilihat bahwa perilaku bunuh diri yang muncul dikarenakan kurangnya kemampuan pemecahan masalah pada mahasiswa. Seperti yang ditemukan pada studi dalam jurnal *Plos One* bahwa kemampuan pemecahan masalah yang buruk berkaitan dengan perilaku bunuh diri (Abdollahi dkk, 2015).

Peneliti melakukan pencarian terkait fakta yang berupa data hasil wawancara terhadap variable yang diteliti dengan melakukan wawancara kepada 5 orang mahasiswa di sebuah Universitas yang ada di Yogyakarta pada bulan April 2024 diwaktu yang berbeda. Dari wawancara yang dilakukan peneliti mendapatkan bukti bahwa benar terdapat indikasi kurangnya kemampuan pemecahan masalah yang dialami oleh para mahasiswa. Indikasi tersebut akan dijelaskan berdasarkan masing-masing aspek kemampuan pemecahan masalah.

Pada aspek yang pertama yaitu menemukan atau mengidentifikasi masalah, berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu LR, SM, dan SG yang mengatakan bahwa sering mendapat nilai yang rendah dalam beberapa mata kuliah yang mereka tempuh dan tidak mengetahui apa hal yang menyebabkan hal tersebut terjadi. Subjek LR bercerita bahwa ia mendapat nilai E dan tidak lulus di salah satu mata kuliah oleh seorang dosen yang menurutnya tidak enak karena dirinya sudah capek melakukan tugas-tugas yang diperintahkan dan sudah mengikuti ujian ulang namun masih saja mendapatkan hasil yang tidak memuaskan dan tidak ada perubahan. Subjek merasa kesal karena tidak mengetahui letak masalahnya dimana apakah kesalahannya ada pada dirinya atau dosen tersebut. Subjek juga merasa malas untuk menanyakan hal tersebut kepada dosen dan memilih membiarkannya saja. Kemudian subjek SM bercerita bahwa dirinya sering mendapat nilai yang kurang memuaskan hampir pada seluruh mata kuliah yang diambil. Subjek bingung mengapa hal tersebut terus terjadi padanya, bahkan nilainya tidak pernah mencapai angka yang diharapkannya. Sebelumnya subjek mengatakan bahwa dirinya cukup sering melakukan prokstinasi terkadang sampai begadang. Subjek melihat teman-temannya yang lain yang melakukan hal yang sama tetapi bisa mendapatkan hasil yang cukup memuaskan tetapi anehnya dirinya tidak. Hal ini masih sering terjadi dengan subjek sampai saat ini dan subjek masih belum menemukan apa penyebab dari hal tersebut. Kemudian pada subjek SG juga bercerita terkait studinya. Subjek juga kerap mengalami masalah yang sama dengan subjek lainnya yaitu nilai hasil studi yang rendah dan tidak memuaskan. Subjek SG mengatakan bahwa dirinya sudah frustrasi dengan hasil studinya, dimana nilai yang

diperoleh banyak yang tidak tuntas dan rendah. Subjek juga mengatakan bahwa karena sudah sering mendapatkan nilai seperti itu terkadang malas untuk mengerjakan tugas-tugasnya, dirinya juga lebih sering menggunakan waktunya untuk bermain sosial media dan rebahan daripada mengerjakan tugasnya.

Penjelasan hasil wawancara diatas dapat terlihat bahwa subjek tidak mencoba mencari tau penyebab masalah yang dimiliki dan merasa benar dengan yang sudah dilakukan. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki indikasi kurangnya kemampuan untuk menemukan atau mengidentifikasi masalah yang sedang dialaminya.

Pada aspek yang kedua yaitu mempelajari potensi penyebab atau asumsi berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu LA, SM dan SG. Subjek LA mengatakan bahwa ia merasa bingung dan frustrasi karena nilai-nilainya terus menurun pada semester yang sedang ditempuh saat ini meskipun dirinya telah berusaha keras dan cukup menghabiskan waktu untuk belajar. LA tidak dapat memahami apa yang salah atau penyebab dari masalahnya tersebut. Kemudian subjek SM bercerita bahwa dirinya aktif dalam organisasi kampus dan dirinya masuk dalam organisasi Mapala. Namun, belakangan ini subjek merasa sangat tertekan dan mudah marah. Hubungannya dengan teman-temannya menjadi renggang. SM merasa bahwa dirinya belakangan ini sulit tidur dan sering merasa cemas, tetapi subjek tidak mengerti mengapa dirinya merasa seperti itu dan tidak tahu harus melakukan apa. Selanjutnya yaitu subjek SG yang memiliki masalah terkait rasa malas. SG mengatakan bahwa dirinya suka melakukan prokastinasi terkait tugas-tugas dan pernah berpikir bahwa mengapa dirinya

melakukan hal tersebut, meskipun ia memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan tugas-tugasnya. SG juga merasa bahwa dirinya tidak produktif dalam melakukan sesuatu pekerjaan dan subjek merasa bingung dengan hal tersebut dan masih belum menemukan jawabannya.

Penjelasan hasil wawancara diatas, mengindikasikan bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek mempelajari potensi penyebab atau asumsi. Dimana subjek tidak bisa menemukan penyebab dari masalah yang mereka hadapi, meskipun sudah mencoba memikirkan mengapa hal itu terjadi.

Pada aspek yang ketiga yaitu menemukan solusi potensial. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu LA, SM, dan NH yang mengalami indikasi bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek menemukan solusi potensial. Subjek LA bercerita bahwa selain kuliah, dirinya juga bekerja paruh waktu untuk membantu biaya hidupnya karena sudah tidak memiliki ayah. Belakangan ini LA merasa sangat terbebani dengan tugas akhir yang harus diselesaikan, pekerjaan paruh waktu, dan tanggung jawab pribadi lainnya. LA merasa kewalahan dengan beban tugas akhir yang menumpuk dan tidak tahu bagaimana cara menyelesaikannya tepat waktu. LA merasa capek secara fisik dan mental, dan tidak dapat menemukan solusi untuk mengatur waktunya dengan baik. Setiap kali mencoba menyelesaikan tugas akhir, dirinya selalu merasa stuck dan tidak produktif. Kemudian subjek SM bercerita bahwa dirinya sekarang merupakan ketua organisasi Mapala. Namun subjek merasa terbebani karena anggota dalam organisasinya tidak mau bekerja

sama membantu mengurus segala urusan dalam organisasi yang membuatnya mengerjakannya sendiri dan mengorbankan waktu kuliahnya. SM pernah menegur namun tidak dihiraukan oleh anggotanya dan akhirnya dibiarkan saja oleh subjek. SM mengatakan karena memikirkan masalah ini dirinya sempat melampiaskannya kepada hal-hal bodoh seperti keluar malam, mabuk, merokok dan begadang, karena tidak tau lagi mau dilampiaskan kemana. Sedangkan Subjek NH memiliki masalah terkait masa kecilnya hingga sekarang dimana dirinya pernah mendapat ejekan karena fisiknya seperti : “kamu jelek, jerawat, hitam dan sebagainya” yang membuatnya merasa dirinya rendah dan insecure karena tidak bisa memenuhi standar kecantikan. NH sampai saat ini tidak dapat menemukan solusi atas rasa insecure dan rendah diri yang dimilikinya.

Penjelasan hasil wawancara diatas, mengindikasikan bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek menemukan solusi potensial. Dimana subjek yang memiliki jenis masalah yang berbeda tidak bisa menemukan bahkan mencari solusi untuk mengatasi masalah yang dialami. Justru ada yang sampai melakukan hal yang berdampak buruk bagi dirinya.

Pada aspek yang keempat yaitu memilih solusi terbaik. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu LR, SG dan LA yang mengalami indikasi bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek memilih solusi terbaik. Subjek LR mengungkapkan bahwa dirinya memiliki permasalahan yang cukup sulit terkait kehamilan yang dialaminya. Sehingga memiliki berbagai perasaan emosi baik cemas, takut dan lainnya, subjek merasa bahwa jalan terbaik yang mungkin bisa dilakukan pada saat

itu ialah dengan melakukan percobaan pengguguran dan bunuh diri, meskipun akhirnya tidak berhasil. Namun subjek sampai saat ini masih memiliki perasaan takut. Pada subjek SG menceritakan bahwa dirinya pernah berhubungan virtual dengan seseorang, dimana SG bimbang antara udahan atau lanjut. Jadi itu hubungannya sudah *toxic*, sehingga subjek dengan pasangannya berantam terus. Subjek mengatakan kalau misalnya udahan tetapi masih sayang, kalau dilanjut bakalan *toxic* kediri sendiri. Maka dari itu SG tidak tahu apakah harus tetap bertahan dalam hubungan atau mengakhiri semuanya. Subjek merasa sulit untuk menemukan solusi yang tepat atas masalah yang sedang dihadapinya. Selanjutnya pada subjek LA yang merasa tertekan dan cemas karena situasi keluarganya yang tidak stabil. Konflik antara orangtuanya sering kali berdampak negatif pada dirinya secara emosional. LA merasa terjebak di tengah-tengah konflik tersebut dan tidak tahu bagaimana cara menyelesaikan masalahnya. Subjek merasa sulit untuk memutuskan apakah harus tetap berada di rumah untuk mendukung keluarganya atau menjauh untuk fokus pada studinya.

Penjelasan hasil wawancara diatas, mengindikasikan bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek memilih solusi terbaik. Dimana ada subjek yang mencoba melakukan perbuatan yang menyakiti dirinya dengan solusinya dan ada yang bimbang dalam memilih solusi untuk mengatasi masalah yang dialami.

Pada aspek yang kelima yaitu implementasi/melaksanakan solusi. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu LR, SG dan LA yang mengalami indikasi bahwa subjek memiliki

kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek implementasi/melaksanakan solusi. Pada subjek SG yang memiliki masalah terkait nilai akademiknya yang rendah dan kebiasaan prokrastinasi yang ia miliki yang tidak baik jika terus berlangsung. SG berpikir untuk menanganinya dengan cara membuat jadwal/list mengerjakan tugas, tetapi tidak pernah diterapkan karena selalu teralihkan dengan hal-hal lain seperti suka tiba-tiba rebahan, main sosmed, tidur dan membuat tugasnya masih sering terbengkalai. Pada subjek LR menyatakan bahwa dirinya sulit dalam mengontrol/mengelola keuangannya dengan baik, yang mengakibatkan seringnya mengalami kekurangan dana di tengah bulan. LR telah membuat anggaran keuangan dan merencanakan pengeluaran bulannya, tetapi seringkali gagal dalam melaksanakan rencananya. LR menghabiskan uangnya secara impulsif untuk hal-hal yang tidak penting, seperti makanan, barang-barang, hiburan, yang mengakibatkan kekurangan dana dan kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dasarnya. Kemudian pada subjek LA yang memiliki masalah komunikasi dan ketegangan antara anggota keluarga. LA sering merasa tertekan dan cemas karena dinamika keluarganya yang tidak sehat, terutama ketika dia kembali ke rumah selama liburan atau akhir pekan. LA telah merencanakan untuk mengatasi dinamika keluarganya yang tidak sehat dengan cara menerapkan komunikasi yang baik antar anggota keluarga namun gagal dalam melaksanakan solusinya. Ketika berada di tengah-tengah situasi tegang di rumah, LA sering merasa tidak berdaya dan sulit untuk menerapkan strategi komunikasi yang baik yang telah dipelajari.

Penjelasan hasil wawancara dengan subjek LR, SG dan LA juga mengindikasikan bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang

kurang dalam aspek implementasi/melaksanakan solusi. Subjek tidak memprioritaskan tindakan atau solusi yang diperlukan. Akibatnya, solusi tersebut tidak diterapkan dengan efektif.

Pada aspek yang keenam yaitu evaluasi dan revisi. Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan, ditemukan 3 orang subjek yaitu NH, SG dan SM yang mengalami indikasi bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek evaluasi dan revisi. Subjek NH mengalami masalah terkait keluarganya, hubungan antara dirinya, ayah dan saudaranya yang membuat NH terus merasa bersalah sampai kepada tindakan *self harm*. Namun NH merasa tidak beres dan akhirnya memberanikan diri untuk konsultasi kepada psikolog dan di diagnosis depresi, Namun setelah ke psikolog beberapa kali itu tidak kunjung ada perubahan dan masih sampai sekarang. Terkadang NH juga masih melakukan *self harm* kalau habis ketriger. Untuk mencari solusi lain, NH malas mencarinya lagi karena masih bingung sebenarnya inti masalahnya dimana? Dan memilih untuk jalanin dulu dengan keadaan seperti ini. Subjek SM bercerita bahwa dirinya sering kali mengalami kesulitan dalam menyelesaikan tugas-tugas kuliahnya dengan baik. Dia menyerahkan tugasnya tepat waktu, namun sering mendapatkan nilai yang kurang memuaskan. Meskipun dia menyadari bahwa tugas-tugasnya membutuhkan revisi untuk meningkatkan kualitasnya, SM merasa sulit untuk mengetahui secara tepat apa yang perlu diperbaiki dan dilakukannya, sehingga dirinya hanya berputar pada situasi yang sama. Kemudian pada subjek SG, yang mengatakan bahwa dirinya adalah orang yang negative atau pesimis, terkadang suka membenci diri sendiri karena insecure terhadap fisik, akademik dan kemampuan diri. Untuk

keluar dari situ subjek mulai belajar mencintai diri sendiri dan memotivasi diri untuk lebih baik. Namun subjek merasa tidak ada kemajuan sampai sekarang. SG masih merasa pesimis karena melihat teman-teman sebayanya cukup banyak yang berhasil diusia yang masih muda entah itu dibidang manapun. Meskipun demikian subjek hanya bisa mengeluh dan tidak mencari atau melakukan solusi lainnya.

Penjelasan hasil dari wawancara diatas dengan subjek NH, SG dan SM mengindikasikan bahwa subjek memiliki kemampuan pemecahan masalah yang kurang dalam aspek evaluasi dan revisi. Subjek tidak mengevaluasi kembali solusinya yang gagal dan memilih untuk membiarkan saja dengan menjalani keadaan yang masih sama. Akibatnya, tidak dapat memperbaiki solusi yang tidak berfungsi dan tidak menemukan solusi lain yang bisa membantu masalah yang dialaminya.

Peristiwa permasalahan yang dialami oleh subjek diatas menunjukkan bahwa terdapat perilaku atau tindakan yang menyatakan adanya indikasi kurangnya kemampuan pemecahan masalah yang masih dialami oleh para mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan perguruan tinggi. Oleh karena itu, tingkat rendahnya kemampuan menyelesaikan masalah pada mahasiswa ini harus segera diselesaikan karena jika tidak akan menyebabkan dampak bagi mahasiswa tersebut yaitu dapat mengakibatkan mahasiswa terjebak dalam situasi sulit dan kesulitan menemukan solusi yang efektif, mempengaruhi rasa percaya diri, dimana orang yang tidak dapat mengatasi masalah dengan baik mungkin merasa kurang yakin dalam menghadapi tantangan, kemudian membuang waktu untuk mencari solusi yang tidak efisien,

karena keberhasilan melalui pemecahan masalah membutuhkan pengalaman dan keterampilan yang terus berkembang. (Setyanto, Hakim & Muzakki, 2023).

Menurut Rakhmat (2009), beberapa faktor yang mempengaruhi pemecahan masalah yaitu motivasi, kepercayaan dan sikap yang tepat, kebiasaan dan kecerdasan emosi. Kemampuan pemecahan masalah tidak hanya dipengaruhi oleh kemampuan kognitif semata, namun juga dipengaruhi oleh kecerdasan emosi yang dimiliki oleh mahasiswa (Syahlan & Nugraha, 2023). Kecerdasan emosi berguna bagi mahasiswa dalam memahami masalah secara mendalam, menganalisis informasi yang diperlukan hingga menentukan solusi terbaik untuk mengatasi masalah tersebut.

Menurut Goleman, (2003) kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain, mampu memotivasi, mengelola emosi, dan berhubungan dengan orang lain. Dengan kata lain, kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang untuk mengerti dirinya sendiri, mengetahui kelebihan dan kekurangan dirinya, dan mengelola emosi mereka sehingga mereka dapat memotivasi diri mereka sendiri untuk meningkatkan semangat mereka saat ini, meningkatkan kualitas hidup mereka, dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Menurut Goleman, (2005) terdapat 5 aspek kecerdasan emosional yang terdiri dari (1) Mengenali emosi diri; (2) mengelola emosi diri; (3) memotivasi diri sendiri; (4) mengenali emosi orang lain; (5) membina hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosional yang tinggi membuat seseorang lebih cepat menenangkan diri, lebih cermat dalam memusatkan perhatian, lebih baik dalam berhubungan dengan orang lain, cerdas, lebih mudah menerima perasaan

orang lain, dan memiliki lebih banyak pengalaman dalam memecahkan masalah mereka sendiri (Misnawati, 2016). Kecerdasan emosional yang rendah biasanya tidak dapat mengendalikan emosi, sehingga sulit untuk membuat keputusan. (Yashinta & Ariyanti, 2015).

Beberapa penelitian sebelumnya juga telah mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh positif antara kecerdasan emosi dan kemampuan pemecahan masalah. Penelitian yang dilakukan oleh Ahmatika (2017) kepada mahasiswa di salah satu universitas negeri menunjukkan bahwa kecerdasan emosi berpengaruh positif dan signifikan terhadap kemampuan pemecahan masalah mahasiswa (Ahmatika, 2017). Penelitian lain yang dilakukan oleh Syafitri dkk (2021) pada mahasiswa kesehatan di Pakistan juga menegaskan temuan serupa, yaitu adanya korelasi positif antara kecerdasan emosi dengan kemampuan pemecahan masalah (Syafitri et al., 2021). Kemudian hasil penelitian Amalia (2017), menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kecerdasan emosional dan kemampuan pemecahan masalah. Semakin tinggi kecerdasan emosional siswa, maka semakin baik dalam menyelesaikan masalah sebaliknya, semakin rendah kecerdasan emosional siswa maka semakin kurang dalam menyelesaikan masalah. Kecerdasan emosional yang baik dan kurang tetap sama-sama bisa untuk menyelesaikan masalah, namun yang membedakannya pada hasil akhir dari penyelesaiannya, yaitu jika seseorang memiliki kecerdasan emosi yang baik maka akan mudah menyelesaikan masalahnya dan yang kurang dalam kecerdasan emosionalnya maka akan lebih sulit dalam mengatasi masalah dan cenderung akan mudah terkena stress.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka penulis mengajukan rumusan permasalahan sebagai berikut: “Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan kemampuan pemecahan masalah pada mahasiswa?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menentukan apakah kecerdasan emosional berkorelasi dengan kemampuan pemecahan masalah pada mahasiswa dalam kehidupan sehari-hari.

a. Manfaat Teoretis

Diharapkan bahwa penelitian ini akan menambah penelitian psikologi dan meningkatkan hasil penelitian sebelumnya. Selain itu, dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian yang akan datang tentang hubungan antara kecerdasan emosional dan kemampuan pemecahan masalah.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa mendapat pengetahuan baru yang memberikan gambaran pada mahasiswa mengenai pentingnya kecerdasan emosional untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah

2. Bagi Akademisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan pemecahan masalah, perlu mempertimbangkan faktor kecerdasan emosi.