

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan formal akhir yang mana akan melepas individu untuk bisa terjun ke dalam masyarakat yang secara dinamis mengalami perkembangan. Dalam dunia perguruan tinggi, mahasiswa akan mempelajari teori-teori dan menempuh SKS semester terkait jurusan yang dipilihnya. Setelah sampai pada tingkat akhir dan telah mencapai jumlah SKS yang dijadikan prasyarat untuk menempuh ketahap berikutnya, mahasiswa akan masuk pada tahap terakhir dalam dunia perkuliahan, yaitu tugas akhir atau yang disebut juga dengan skripsi (Darmono & Hasan, 2005).

Skripsi merupakan suatu karya tulis ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa pada akhir masa studinya, untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar kesarjanaan pada program studi S1 (Strata Satu). Di dalam skripsi, terdapat paparan tulisan hasil penelitian yang telah dilakukan, yang membahas suatu permasalahan atau fenomena dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah yang telah ditentukan. Skripsi dimaksudkan agar mahasiswa mampu menyusun dan menulis suatu karya ilmiah sesuai dengan disiplin ilmu yang dimilikinya. Mahasiswa yang mampu untuk menulis skripsi dianggap mampu dalam memadukan pengetahuan dan keterampilannya dalam memahami, menganalisis, menggambarkan dan menjelaskan masalah yang berhubungan dengan bidang ilmu yang diambilnya (Rusmawan, 2019).

Namun pada kenyataannya, tidak sedikit mahasiswa yang merasa terbebani dan mengalami berbagai kesulitan dalam mengerjakan skripsi. Kesulitan-kesulitan tersebut seperti kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan untuk mendapatkan referensi buku, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui dan lain-lain (Maritapiska dalam Wulandari, 2012).

Seperti yang disampaikan oleh media online Ekspresionline.com, bahwa banyak kasus mahasiswa yang meninggal bunuh diri dan penyebabnya diduga karena tugas kuliah dan skripsi. Pada 24 Desember 2018 di Bandung ditemukan mahasiswa tewas bunuh diri di kosnya, dan penyebabnya diduga karena mengalami stres tugas akhir skripsi dan keuangan. Sedangkan pada 21 November 2018, mahasiswa di Medan juga ditemukan tewas gantung diri di kediamannya. Diduga ia bunuh diri karena skripsinya selalu ditolak oleh dosen. Seringkali permasalahan skripsi menjadi penyebab utama yang berpotensi memunculkan hasrat untuk bunuh diri bagi mahasiswa semester akhir. Skripsi seakan-akan menjadi momok yang menakutkan bagi mahasiswa. Bagi mahasiswa semester akhir, rasa frustrasi mengerjakan skripsi selalu datang menghampiri. Berbagai tuntutan dari orang tua maupun orang-orang disekitar juga turut menyebabkan frustrasi.

Meskipun banyak kesulitan yang dihadapi, tidak semua individu akan menyerah pada kesulitan yang mereka hadapi. Dalam menghadapi berbagai kesulitan dan tantangan, individu membutuhkan resiliensi. Resiliensi membantu

individu untuk dapat bangkit kembali dan bertahan dari berbagai kondisi yang dapat menyebabkan stres, trauma dan tekanan dalam hidup lainnya. Resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emotional dan psikologis seseorang. Tanpa adanya resiliensi, tidak akan ada keberanian dan ketekunan (Desmita, 2009).

Menurut Hendriani (2018) resiliensi adalah sebuah proses dinamis yang melibatkan peran berbagai faktor individual maupun sosial atau lingkungan, yang mencerminkan kekuatan dan ketangguhan seseorang untuk bisa bangkit dari pengalaman emosional negatif saat menghadapi situasi atau kondisi sulit yang menekan atau mengandung hambatan-hambatan dalam kehidupan.

Sedangkan menurut Corsini (2002) resiliensi dalam bidang akademik adalah ketangguhan dalam bidang akademik yang berguna untuk menghadapi berbagai tugas akademik. Menurut Bernard (1991) individu yang resilien secara akademik yaitu memiliki kompetensi sosial, memiliki *life skill* seperti mampu memecahkan masalah, mampu berfikir kritis dan mampu untuk mengambil inisiatif.

Bagi mereka yang resilien, resiliensi membuat hidupnya menjadi lebih kuat. Artinya resiliensi akan membuat seseorang berhasil menyesuaikan diri dalam berhadapan dengan kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan, perkembangan sosial, maupun dalam bidang akademis. Hal ini karena kehidupan manusia senantiasa diwarnai oleh *adversity* (kondisi yang tidak menyenangkan). *Adversity* ini menantang kemampuan manusia untuk mengatasinya, untuk belajar darinya dan bahkan untuk berubah karenanya (Desmita, 2013).

Individu yang resilien dicirikan memiliki kompetensi secara sosial, dengan keterampilan-keterampilan seperti : pemecahan masalah, berfikir kritis, kemampuan mengambil inisiatif, kesadaran akan tujuan dan prediksi masa depan yang positif bagi dirinya. Mereka memiliki minat-minat khusus, tujuan-tujuan yang terarah dan motivasi untuk berprestasi dalam kehidupannya (Henderson & Milstein dalam Desmita, 2013).

Namun, masih banyak orang yang tidak siap secara emosional ataupun psikologis untuk menghadapi *adversity*. Bagi individu yang tidak resilien, ketika mereka sedang menghadapi *adversity* (kondisi yang tidak menyenangkan) mereka akan mudah putus asa. Setiap orang beresiko untuk putus asa dan merasa *helpless* ketika dihadapkan dengan kesulitan (Nasution, 2011).

Berdasarkan data dari Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) Universitas Muria Kudus mengatakan bahwa waktu pembuatan skripsi yang diberikan adalah dua semester. Jika lebih dari waktu tersebut mahasiswa diwajibkan mendaftarkan kembali skripsi yang berbobot 6 SKS tersebut ke Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) untuk dilakukan perpanjangan waktu pembuatan skripsi.

Data yang penulis peroleh dari Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) Universitas Muria Kudus, diperoleh informasi terdapat sekitar 323 mahasiswa Fakultas Teknik, 90 mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis, 52 mahasiswa Fakultas Keguruan dan Ilmu pendidikan, 42 mahasiswa Fakultas Hukum, 27 mahasiswa Fakultas Psikologi dan 11 mahasiswa Fakultas Agroteknologi angkatan 2013-2015 yang belum menyelesaikan skripsinya. Dari

data tersebut, dapat disimpulkan bahwa Fakultas Teknik memiliki jumlah mahasiswa paling banyak yang belum bisa menyelesaikan skripsi.

Lebih jelas lagi terungkap berdasarkan data yang penulis peroleh dari Sekretariat Fakultas Teknik Universitas Muria Kudus, data yang diperoleh dari informasi tersebut terdapat 123 mahasiswa Teknik Informatika, 114 mahasiswa Teknik Mesin, 76 mahasiswa Sistem Informasi dan 10 mahasiswa Teknik Elektro periode 2013-2015 yang belum menyelesaikan skripsinya hingga saat ini.

Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa Prodi Teknik Informatika angkatan 2013-2015 memiliki lebih banyak mahasiswa yang belum bisa menyelesaikan skripsi daripada prodi teknik lainnya, yang kemudian penulis jadikan sebagai subjek dalam penelitian.

Untuk mengetahui resiliensi pada mahasiswa Prodi Teknik Informatika, penulis melakukan survey awal dengan melakukan wawancara kepada 3 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Wawancara yang pertama dilakukan kepada MJF salah satu mahasiswa prodi TI angkatan 2015 yang belum bisa menyelesaikan skripsi, pada hari minggu 20 September 2020. Menurut MJF kesulitan yang subjek alami yaitu saat melakukan *coding* pada program aplikasi yang sedang dikerjakan. Subjek mengaku sering mengalami kesulitan dalam hal pengkodean, karena jika ada sedikit kesalahan dan tidak teliti, maka program aplikasi menjadi eror. Selain itu, subjek juga mengaku jika aplikasinya selalu direvisi oleh dosen, dan saat pengerjaan revisi tersebut sering terjadi eror atau salah *coding*. Subjek mengaku jika dirinya tidak yakin dengan kemampuan yang dimilikinya. Hal tersebut menjadikan subjek berhenti berkonsultasi dengan dosen

dan enggan untuk mengerjakan program aplikasi, karena takut mengulang kesalahan lagi. Subjek juga mengaku jika dirinya sering membentak temannya ketika ditanya soal skripsi. Subjek juga mengaku jika dirinya sering marah dan putus asa ketika aplikasi yang dikerjakan menjadi eror. Subjek saat ini lebih memilih menghabiskan waktu dengan bermain game dibandingkan mengerjakan skripsi.

Sedangkan wawancara kedua dilakukan kepada RAS mahasiswa prodi TI angkatan 2015, pada Rabu 18 November 2020. Subjek mengaku jika dirinya sudah berkali-kali membuat proposal dan mengajukan judul skripsi kepada dosen, namun judul yang subjek ajukan selalu ditolak. Subjek mengaku jika sudah lebih dari 3 kali dirinya mengajukan judul skripsi namun selalu ditolak oleh dosen. Karena seringnya ditolak, subjek mengatakan jika dirinya sudah tidak mampu untuk mencari judul lagi dan tidak yakin untuk mengajukan judul lagi. Hal tersebut membuat subjek enggan untuk membuat proposal dan mengajukan judul skripsi lagi. Subjek juga mengaku jika dirinya selalu menghindari teman yang mengerjakan skripsi, karena hal tersebut membuat dirinya mengingat penolakan yang dialami dan membuat perasaanya menjadi sedih dan tidak semangat lagi. Saat ini subjek memilih untuk bekerja sebagai kulir pengantar makanan sehingga subjek mementingkan pekerjaannya dibandingkan mengerjakan skripsi.

Wawancara ketiga dilakukan kepada BD mahasiswa prodi TI angkatan 2015, pada Rabu 18 November 2020. Subjek saat ini sedang mengerjakan tugas akhir dengan tema robotik. Namun subjek mengaku jika dirinya mengalami kendala dalam pengerjaan skripsinya. Subjek mengatakan jika robotik yang

sedang dikerjakan banyak mengalami masalah sehingga tidak dapat berfungsi dengan semestinya. Subjek mengaku jika dirinya mudah marah dan sulit mengendalikan emosi. Saat mengalami kesalahan penyusunan komponen-komponen robotik subjek sering membanting barang disekitarnya. Subjek mengatakan jika dirinya sudah tidak mampu dan tidak yakin dengan kemampuannya untuk dapat mengerjakan robotiknya. Kemudian subjek meminta temennya untuk membuatkan skripsinya. Namun karena teman subjek tersebut juga tidak bisa membantu, subjek mengatakan jika pembuatan robotiknya terhenti dan subjek sudah enggan untuk mengerjakan lagi. Subjek saat ini memilih bekerja daripada mengerjakan skripsi.

Menurut Herman, dkk (2011) resiliensi dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu *self efficacy*. Individu yang memiliki *self efficacy* yang kuat akan lebih pantang menyerah, tidak terlalu cemas dan tertekan dalam menjalani kehidupan. Ketika masalah muncul, perasaan kuat akan *self efficacy* mengarahkan individu untuk tetap tenang dan mencari solusi dalam menyelesaikan permasalahan yang sedang dihadapi (Myers, 2012).

King (2010) mengatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan individu bahwa dirinya dapat menguasai sebuah situasi dan menghasilkan keluaran yang positif. *Self efficacy* dapat mempengaruhi perilaku individu dibanyak area kehidupan, salah satunya yaitu usaha untuk dapat bertahan dan menghadapi rintangan yang sedang dihadapi. Newman (2012) mengatakan bahwa *self efficacy* adalah keyakinan diri bahwa individu dapat melakukan perilaku dalam situasi tertentu.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Riahi, dkk (2015) yang berjudul "*The Study Of The Relationship Between Academic Self Efficacy And Resilience In High School Students*" menyatakan bahwa ada korelasi yang positif antara *self efficacy* dengan resiliensi pada siswa Sekolah Menengah Atas. Demikian pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Keye dan Pidgeon (2013) yang berjudul "*An Investigation Of The Relationship Between Resilience, Mindfulness, And Academic Self Efficacy*" menyatakan bahwa *self efficacy* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi.

Individu yang memiliki *self efficacy* tinggi yakin akan mampu mengatasi berbagai macam tugas, serta keyakinan yang kuat untuk tetap bertahan dalam menghadapi kesulitan yang sedang dialami. Individu akan mampu melakukan adaptasi secara positif meski situasi yang dihadapi sangat menekan. Individu tersebut mampu untuk bertahan ketika mengalami kegagalan dan dapat bangkit kembali (Helmi & Utami, 2017).

Seperti dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2002) salah satu faktor yang berpengaruh dan dibutuhkan oleh individu untuk menumbuhkan resiliensi adalah keterampilan mengatur emosi (regulasi emosi). Menurut Tavriss dan Wade (2007) regulasi emosi penting bagi seorang individu untuk dapat mengontrol emosinya dalam menghadapi tekanan dan kesulitan. Tanpa kemampuan untuk mengatur emosi, manusia akan mengalami kesulitan dalam mengambil keputusan atau dalam merencanakan masa depannya.

Patterson (2008) mengatakan bahwa regulasi emosi adalah kemampuan untuk memantau dan menyesuaikan intensitas keadaan emosi untuk mencapai

tujuan. Menurut Santrock (2007) pengaturan emosi terdiri dari kemampuan untuk mengatur rangsangan dalam rangka beradaptasi dan meraih suatu tujuan secara efektif. Regulasi emosi mengajarkan bagaimana mengidentifikasi dan menggambarkan emosi, bagaimana untuk mengurangi kerentanan terhadap emosi negatif dan bagaimana meningkatkan emosi positif. Balter (2003) menyatakan individu yang mampu meregulasi emosi berarti mampu memodifikasi emosi negatif karena pengalaman yang buruk hingga mendapatkan emosi yang positif. Individu yang resilien mampu mengendalikan emosi mereka, terutama dalam menghadapi tantangan atau kesulitan dan untuk tetap fokus pada tujuan.

Berdasarkan hasil penelitian dari Mestre (2017) dengan judul “*Emotion Regulation Ability and Resilience in a Sample of Adolescents from a Suburban Area*” menyatakan bahwa kemampuan regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap resiliensi pada remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara *Self Efficacy* Dan Regulasi Emosi Dengan Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi”.

## **B. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris hubungan antara *self efficacy* dan regulasi emosi dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

## C. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat secara teoritis yaitu memberikan kontribusi bagi perkembangan khasanah ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan mengenai hubungan *self efficacy* dan regulasi emosi dengan resiliensi.

### 2. Manfaat Secara Praktis

#### a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai hubungan antara *self efficacy* dan regulasi emosi dengan resiliensi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

#### b. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengkaji bidang yang sama guna menyempurnakan hasil penelitian ini.

