

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan peserta didik pada jenjang tertinggi dalam pendidikan di Indonesia sesuai Undang-undang No. 12 tahun 2012. Mahasiswa juga merupakan anggota sivitas akademisi yang dituntut untuk memiliki kesadaran untuk lebih mengembangkan potensi diri dalam perguruan tinggi, agar mahasiswa menjadi intelektual, praktisi, dan/atau profesional yang lebih bermutu. Maka dari itu mahasiswa memiliki kebebasan akademik dalam perkuliahan, mengembangkan potensi yang ada, mencari pengalaman dalam satu bidang, atau bidang lain, serta mengikuti perkuliahan di dalam dan di luar kelas, sesuai aturan yang telah ditetapkan.

Kegiatan belajar mahasiswa di dalam kelas merupakan salah satu cara agar mahasiswa mengetahui materi perkuliahan. Menjadi mahasiswa tidak semata-mata harus berkepribadian baik saja, tetapi tuntutan selama perkuliahan harus memenuhi tugas yang diberikan sehingga dapat menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi. Beban belajar mahasiswa dinyatakan dalam Satuan Kredit Semester (SKS), dengan beban normal belajar mahasiswa paling sedikit adalah 144 SKS selama menempuh program sarjana S1 agar sesuai dengan peraturan yang ditetapkan Standar Nasional Pendidikan Tinggi Pasal 16 Nomor 44 Tahun 2015.

Menurut Jannah dan Santoso (2021) pembelajaran secara daring diimplementasikan dengan berbagai cara oleh pendidik di tengah penutupan sekolah untuk mencegah penularan virus corona. Banyak sekolah yang menerapkan metode pemberian tugas kepada siswa secara daring. Penugasan itu dilakukan melalui berbagai media sosial yang tersedia, terutama melalui grup *whatsapp*. Pada kondisi darurat karena adanya virus corona seperti sekarang, pemberian tugas yang dipandang efektif dalam pembelajaran jarak jauh. Akibatnya, pengenalan konsep mengenai suatu pelajaran sebagaimana yang diterapkan dalam pembelajaran tatap muka tidak bisa berjalan dengan baik. Dalam pembelajaran tatap muka akan ada penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya terlebih dahulu, kemudian pembelajaran berlanjut sampai pemahaman dan pengembangannya.

Beban akademik yang diberikan dalam perkuliahan meliputi, pertemuan di dalam kelas, responsi atau tutorial, seminar, praktikum atau praktik lapangan serta penelitian, perancangan, pengembangan dan pengabdian kepada masyarakat sesuai dengan peraturan yang ditetapkan Standar Nasional Pendidikan Tinggi Pasal 14 Nomor 44 Tahun 2015. Hasil penelitian oleh Ramadlon, Nabilah, Herdian, dan Arnis (2018) mendeskripsikan sumber kesedihan, pada mahasiswa di Universitas "X" berbasis Islam di Purwokerto. Sebanyak akademik 16% sumber kesedihan diakibatkan oleh akademik, dengan sumber kesedihan akademik terdiri dari saat mahasiswa banyak tugas, mendapat nilai yang kurang memuaskan, belum ada peningkatan meskipun sudah belajar selama 1 semester, mencari jurnal metode penelitian, gagal presentasi, ketika tidak ada libur, saat

harus membuat laporan praktikum, tugas banyak dan waktu pengumpulan singkat, tekanan dari fakultas, kurang memahami mata kuliah dari dosen, saat IPK dibawah rata rata, dll.

Menurut Amstrong (2006) semakin berat beban siswa akibat tingginya syarat penyelesaian pendidikan, banyaknya pekerjaan rumah, dan kegelisahan menghadapi ujian, siswa yang rentan stres menunjukkan gejala yang terkait stres seperti gangguan tidur, mudah marah, sulit berkonsentrasi, pusing atau sakit perut, sikap agresif, dan sulit belajar. Sebuah badan penelitian oleh psikolog positif Barbara Fredrickson (Rae & MacConville, 2015) menegaskan apa yang telah lama diketahui pendidik bahwa siswa yang bahagia biasanya belajar dan tampil lebih baik di kelas daripada siswa yang tidak bahagia. Mereka lebih energik, gigih, fokus, kreatif, dan lebih mampu bergaul dengan rekan mereka.

Menurut Kurtz dan Welch (2016) kebahagiaan tergantung pada diri kita sendiri. Pawelski (David, Boniwell, & Ayers, 2013) menjelaskan bahwa kebahagiaan merupakan salah satu perhatian paling utama dari pengalaman individu manusia dan kolektif budaya manusia. King, Eells, dan Burton (Linley & Joseph, 2004) juga berpendapat kebahagiaan merupakan suatu keadaan alami bagi manusia. Altmaier (2019) menjelaskan bahwa perasaan bahagia sebagai kehadiran emosi positif, tidak adanya emosi negatif, dan adanya kepuasan hidup.

Menurut Sirgy (2012) orang yang bahagia biasanya menilai peristiwa hidup mereka secara positif dan orang yang tidak bahagia menilai peristiwa secara negatif. Kebahagiaan adalah berada dalam semangat tinggi, bersemangat, ceria, sukacita, gembira, berbesar hati, riang, puas, damai, nyaman, merasa percaya diri

dan yakin, merasa di zonanya, berada dalam suasana hati yang ekspansif, senang dengan hidup, atau diberkati dengan perasaan puas atau sejahtera, sedangkan ketidakbahagiaan adalah menjadi depresi, melankolis, putus asa, cemas, stres, bergolak dengan amarah, diliputi oleh rasa takut, khawatir, sakit, patah hati, dilanda kesedihan, kesepian, hampa, rendah, dikuasai rasa malu, bosan, merasa tidak aman atau tidak berharga, merasa berkurang secara spiritual, ditekan atau tertekan, atau sangat tidak puas dengan kehidupan (Haybron, 2008).

Pemberitaan yang diberitakan di News.detik.com edisi Jumat, 31 Januari 2020 lalu, memberitakan bahwa telah ditemukan mahasiswa salah satu perguruan tinggi swasta di Yogyakarta ditemukan meninggal dunia di kamar kos di Dusun Jetis, Desa Tirtoadi, Mlati, Sleman. Korban diduga meninggal dunia akibat bunuh diri. Korban diketahui atas nama FH (24), asal Jawa Timur. Berdasarkan keterangan dari para saksi yang dikumpulkan, polisi menduga korban bunuh diri lantaran depresi. Korban depresi akibat ada masalah keluarga dan ada kesulitan (menyelesaikan) skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan subjek pertama berinisial (MF). Subjek adalah mahasiswa semester 6, menyatakan bahwa saat mengikuti perkuliahan di dalam kelas, cenderung tidak bersemangat memperhatikan materi, tertekan saat diberi tugas yang rumit dan lebih dari satu literatur, serta malas memperhatikan teman atau dosen saat menjelaskan. Subjek juga merasa hampa ketika mengikuti perkuliahan dosen yang tidak disukainya. Bahkan beberapa kali subjek sering terlambat mengikuti perkuliahan. Subjek juga mengaku jika saat perkuliahan berlangsung ia merasa bosan didalam kelas, dan hal yang dipikirkan

adalah hal yang berada di luar kelas, seperti jiwanya tidak berada disana. Subjek tidak memiliki pandangan ke depan setelah lulus kuliah.

Subjek wawancara kedua berinisial (MS). Subjek adalah mahasiswa semester 6, menyatakan bahwa jika diberi tugas kuliah yang berlebih subjek akan merasa stres, dan tertekan karena tugas yang diberikan bersamaan, subjek memilih untuk menunda mengerjakan atau bahkan tidak mengerjakan tugas yang diberikan. Subjek sangat jarang berada di dalam kelas karena malas dengan suasana kelas dan bosan mengikuti perkuliahan yang sedang berlangsung, jika subjek masuk kelas, ia sering terlambat mengikuti perkuliahan, dan hanya diam ketika di dalam kelas. Subjek juga mengatakan jika ia tidak tahu akan tetap melanjutkan kuliahnya atau akan berhenti karena subjek tidak tahu apa yang akan ia lakukan setelah lulus kuliah.

Subjek wawancara ketiga berinisial (N). Subjek merupakan mahasiswa semester 4, menyatakan bahwa ia pernah hampir keluar dari perkuliahan, karena sudah merasa tidak kuat dengan perkuliahan yang dijalani dan merasa tertekan dengan beban tugas perkuliahan yang harus ditanggung. Saat perkuliahan berlangsung subjek cenderung mengasingkan diri dari teman-temannya dan hanya duduk di pojok ruangan serta kurang minat dengan mata kuliah yang diajarkan. Subjek juga sering terlambat mengikuti perkuliahan serta merasa kesepian karena tidak memiliki teman dekat. Saat diberi tugas kuliah subjek beberapa kali menggunakan jasa orang lain untuk mengerjakan tugasnya. Subjek menjalani perkuliahan dengan setengah hati karena beban tugas dan tuntutan yang harus

dipenuhi. Subjek berkata jika tidak memiliki keinginan untuk melanjutkan kuliah, bahkan subjek tidak peduli dengan nilai akademis yang didapatkan.

Menurut Sharp (2011), salah satu cara terbaik untuk menciptakan dan meningkatkan kebahagiaan adalah berpikir optimis. Orang-orang optimis adalah mereka yang mengaitkan masalah yang dialami dalam hidup dianggap sebagai hal yang sementara, spesifik, dan eksternal (Chang, 2001). Orang-orang optimis juga menganggap kegagalan adalah sementara dan merupakan tantangan untuk berusaha lebih keras dan sukses (Schwebel, 2007). Inman (2007) berpendapat bahwa optimis bisa dikatakan terletak pada rangkaian perasaan antara kepercayaan atau keyakinan dan harapan.

Optimis mencakup dua konsep terkait, pertama semua ini adalah disposisi penuh harapan atau keyakinan bahwa hal yang baik pada akhirnya akan mengungguli, kedua optimisme mengacu pada kepercayaan atau kecenderungan untuk percaya, bahwa dunianya adalah yang terbaik dari semua kemungkinan yang ada (Reivich & Gillham, 2003). Optimis merupakan rasa percaya diri terkait masa depan, yang mencirikan bahwa hasil yang akan dicapai dimasa depan lebih positif (Boniwell, 2012). Optimisme juga terkait dengan kemampuan untuk menunda kepuasan, melupakan keuntungan jangka pendek, dan mencapai tujuan jangka panjang, karena orang yang optimis dapat memiliki keyakinan selama itu istilah tujuan dapat dicapai (Carr, 2004).

Chang (Carver & Scheier, 2001) berpendapat bahwa orang optimis adalah orang yang mengharapkan pengalaman yang baik di masa depan, dan orang pesimis adalah orang yang mengharapkan pengalaman buruk. Orang yang optimis

cenderung menafsirkan masalah mereka sebagai sementara, terkendali, dan spesifik untuk satu situasi, sebaliknya orang yang pesimis percaya bahwa masalah mereka berlangsung selamanya, merusak semua yang mereka lakukan, dan tidak dapat dikendalikan (Seligman, 2002).

Penelitian yang dilakukan oleh Kenan dan Osman (2018) dalam penelitiannya yang berjudul “*The Investigation of the Relationship between Happiness Levels of the Faculty of Sports Sciences and the Levels of Life Satisfaction and Optimism*” menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara optimisme dan kebahagiaan. Penelitian yang dilakukan oleh Joshan (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “*Optimism as the moderator of the relationship between fragility of happiness beliefs and experienced happiness*” menunjukkan bahwa optimisme dapat meningkatkan kebahagiaan melalui perasaan positif.

Dunne dan Owen (Rebecca, 2013) berpendapat bahwa *student engagement* menjadi salah satu cara agar institusi pendidikan dapat mengelola emosi siswa, agar siswa menjadi bahagia. *Student engagement* juga berkaitan dengan interaksi antara waktu, upaya dan sumber daya relevan lainnya yang diinvestasikan oleh siswa dan lembaga yang dimaksudkan untuk mengoptimalkan pengalaman siswa, meningkatkan hasil belajar, pengembangan dan kinerja siswa, serta reputasi lembaga (Trowler, 2010).

Student engagement merupakan elemen kunci dari iklim sekolah, dengan banyak penelitian yang menghubungkannya dengan prestasi akademik (Domitrovich, Durlak, Weissberg, & Gullotta, 2016). Menurut Coates (2006), *student engagement* merupakan fenomena luas yang mencakup pengalaman siswa

di dalam kelas dan di luar kelas. Harper, Quaye, & Pendakur. (2019) menjelaskan bahwa *student engagement* secara sederhana dicirikan sebagai partisipasi dalam praktik yang efektif secara pendidikan, baik di dalam maupun di luar kelas, yang mengarah ke berbagai hasil yang dapat diukur. Secara khusus *student engagement* mempertimbangkan empat sub tipe keterlibatan yaitu, akademik, perilaku, kognitif, dan afektif/emosional (Appleton, 2012).

Menurut Shernoff dan Csikszentmihalyi (Gilman dkk, 2009) *student engagement* yang tertinggi adalah saat konsentrasi, kesenangan, dan minat meningkat secara bersamaan. Christenson, dkk (Davis & McPartland, 2012) berpendapat bahwa siswa yang mempunyai *student engagement* rendah ditandai ketika tidak terlibat dalam pembelajaran, nilai, atau kedisiplinan yang kurang sebagai hambatan utama untuk kenaikan kelas dan kelulusan sekolah.

Penelitian yang dilakukan oleh Maria dan Fernanda (2018) dalam penelitiannya yang berjudul “*Orientation to Happiness as Predictor of University Students’ Engagement*” menunjukkan ada hubungan positif antara *student engagement* dan kebahagiaan. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Jihye (2016) dalam penelitiannya yang berjudul “*Sustainable Behavior: Study Engagement and Happiness among University Students in South Korea*” menunjukkan ada hubungan positif antara kebahagiaan dengan *study engagement* sebagai sebuah perilaku yang berkelanjutan.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas penulis tertarik untuk mengkaji lebih dalam melalui penelitian dengan judul “Kebahagiaan ditinjau dari Optimisme dan *Student Engagement* pada Mahasiswa”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui secara empiris kebahagiaan ditinjau dari optimisme dan *student engagement* pada mahasiswa.

C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun secara praktis kepada berbagai pihak. Adapun manfaat ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan psikologi terutama dalam bidang psikologi pendidikan berkaitan dengan kebahagiaan ditinjau dari optimisme dan *student engagement* pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi subjek

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi mengenai kebahagiaan ditinjau dari optimisme dan *student engagement* pada mahasiswa.

b. Bagi peneliti selanjutnya

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