

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Para siswa yang telah lulus dari tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA) pada umumnya cenderung ingin melanjutkan pendidikannya ke tingkat yang lebih tinggi, yaitu ke perguruan tinggi. Bagi siswa lulusan SMA, keputusan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang perguruan tinggi merupakan sebuah pilihan yang paling utama karena dalam dunia SMA bakat siswa belum diarahkan untuk masuk ke dunia pekerjaan. Keinginan untuk melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi ini memiliki beberapa alasan, diantaranya untuk mengenyam pendidikan tinggi, untuk memperoleh gelar, menambah wawasan, serta menambah kemampuan dalam pengembangan diri (Sharma, 2012). Selain itu, para siswa SMA pun juga berlomba-lomba untuk memperoleh pendidikan di perguruan tinggi agar dapat memperoleh ilmu serta pengetahuan dari bidang yang diminati agar nantinya mereka bisa mendapatkan pekerjaan yang layak setelah lulus nanti (Arifin & Ratnasari, 2017).

Sebagai individu yang baru saja melangkah ke jenjang perguruan tinggi, transisi dari masa SMA ke dunia perkuliahan bisa memunculkan tuntutan yang lebih kepada mahasiswa tahun pertama atau mahasiswa baru. Mahasiswa tahun pertama seringkali dihadapi dengan situasi baru yang asing baginya serta kehidupan baru yang penuh dengan tantangan, sedangkan pengalaman dan kebiasaan lamanya belum tentu sesuai dengan kehidupan barunya tersebut. Dalam hal akademik, kesulitan yang dialami oleh

mahasiswa pada tahun pertama diantaranya yaitu dituntut untuk melakukan berbagai bentuk penyesuaian seperti yang berkaitan dengan bentuk sistem pembelajaran yang berbeda dengan masa sekolah, proses belajar yang berlangsung lebih cepat, terdapat tuntutan untuk memahami materi secara mendalam dan tuntutan untuk belajar secara mandiri, serta tuntutan untuk memahami etika di lingkungan kampus yang telah ditetapkan.

Keberhasilan dalam perguruan tinggi bukan hanya dikaitkan dengan persoalan pendidikan saja, tetapi faktor lingkungan pun dapat mempengaruhi keberhasilan dari mahasiswa tersebut, seperti cara interaksi pengajar dengan mahasiswa, mahasiswa dengan teman-teman sebayanya, dan lain sebagainya (Estiane, 2015). Selain itu, masalah yang dihadapi mahasiswa yang berkaitan dengan lingkungan sosial barunya yaitu tinggal terpisah dari keluarga, kesulitan dalam mengatur keuangan, masalah-masalah yang timbul di tempat tinggal yang baru, adanya perbedaan latar belakang sosial-budaya dengan tempat tinggal asal, masalah dengan teman baru di dunia perkuliahan, dan juga masalah dalam organisasi atau kegiatan lainnya (Nurfitriana, 2016).

Banyaknya tugas serta kegiatan yang dilalui bisa menjadi salah satu faktor penyebab adanya tekanan yang dialami oleh mahasiswa (Prihartono, dkk., 2018). Kehidupan perkuliahan dapat menimbulkan stress pada mahasiswa baru dikarenakan adanya tuntutan untuk lebih mandiri, inisiatif, dan juga harus dapat mengatur dirinya sendiri (Chemers, dkk., 2001). Stress yang dirasakan mahasiswa terutama pada tahun pertama perkuliahan diakibatkan oleh adanya tanggung jawab terkait akademik

(Hamzah & Hamzah, 2020). Mahasiswa yang tidak mampu menjalani segala tuntutan akademik lebih rentan untuk mengalami stress akademik (Erindana, dkk., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2014) di Universitas Lampung mengenai tingkat stress mahasiswa mendapatkan hasil bahwa dari 92 orang mahasiswa baru, sebanyak 4,3% mahasiswa mengalami stress ringan, 71,7% mahasiswa mengalami stress sedang, dan 23,9% mahasiswa mengalami stress berat. Di Universitas Andalas sendiri, berdasarkan pengambilan data awal yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa tahun pertama, didapatkan hasil bahwa sebanyak 17,6% mahasiswa mengalami stress ringan, 47,1% mahasiswa mengalami stress sedang, dan 29,4% mahasiswa mengalami stress berat.

Selain itu, sebuah penelitian berupa wawancara dan observasi yang dilakukan dengan dosen bimbingan dan penyuluhan Universitas Islam Raden Fatah Palembang menemukan bahwa mahasiswa tahun pertama seringkali mengalami kesulitan dalam mengemukakan pendapat, mengalami tekanan yang menimbulkan stress yang kemudian dapat berpengaruh terhadap proses pembelajaran yang diikuti, mahasiswa bersikap lebih kaku, kesulitan membagi waktu, sulit bersosialisasi, kurang aktif dalam proses perkuliahan, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, dan lain sebagainya, hal ini berbeda dengan mahasiswa yang telah lebih dahulu dan lebih lama masuk ke perguruan tinggi. Studi lanjutan dilakukan kepada mahasiswa tahun pertama di universitas yang sama, didapatkan hasil bahwa mahasiswa tahun pertama seringkali mengalami permasalahan dalam adaptasi lingkungan tempat tinggal dan universitas,

penyesuaian proses belajar, masalah pertemanan, homesick, dan kesulitan mengatur keuangan (Fitri & Kushendar, 2019).

Dari beberapa hal yang telah dijabarkan, stress yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama tersebut timbul karena banyaknya permasalahan yang dilaluinya dalam perubahan proses akademik maupun sosialnya. Mahasiswa dituntut untuk menjadi mandiri dalam setiap proses pembelajarannya. Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang rendah akan menimbulkan dampak yang tidak baik bagi dirinya seperti stress tersebut. Maka dari itu, dalam situasi ini penting bagi mahasiswa untuk meningkatkan resiliensi dalam dirinya (Fitri & Kushendar, 2019). Dalam menghadapi masalah-masalah ini, ada mahasiswa yang mampu melewatinya dengan baik, namun tentunya ada juga yang mengalami kesulitan (Sharma, 2012).

Untuk mengatasi kesulitan dalam masa transisi yang dialami mahasiswa tahun pertama, dibutuhkan resiliensi dalam dirinya untuk dapat bangkit dari keterpurukan serta memperbaiki rasa kecewa yang dihadapinya (Amelia, dkk., 2014). Kemampuan mahasiswa untuk bertahan serta bangkit dari kondisi yang sulit mampu melindungi dirinya dari efek negatif yang ditimbulkan. Dalam menghadapi kesulitan-kesulitan dalam bidang akademik tersebut, tentunya mahasiswa tahun pertama memerlukan kekuatan dirinya baik dari internal maupun eksternal guna mengatasi berbagai macam pengalaman yang negatif, menekan, serta menghambat proses belajarnya, sehingga mahasiswa mampu beradaptasi dan melaksanakan segala tuntutan akademik yang dihadapinya dengan baik. Kemampuan ini biasa disebut sebagai resiliensi akademik (Boatman, 2014).

Resiliensi merupakan hal yang sangat penting untuk ada di dalam diri seseorang. Resiliensi merupakan mekanisme adaptasi yang dimiliki individu untuk bertahan serta bangkit dari segala kesulitan yang dialami (Prihartono, dkk., 2018). Konsep dari resiliensi ini didasari oleh kapasitas kemampuan yang dimiliki individu untuk menerima serta menghadapi masalah-masalah yang sudah, sedang, dan akan dihadapi sepanjang masa hidupnya. Resiliensi digunakan individu untuk membantu dirinya dalam mempertahankan dan meningkatkan kualitas hidupnya. Individu yang resilien dapat mengontrol emosi, tingkah laku, serta atensi dirinya dalam menghadapi masalah, sebaliknya jika tidak memiliki resiliensi maka individu akan kesulitan untuk beradaptasi, menjalin serta mempertahankan relasi dirinya dengan orang lain (Widuri, 2012). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Prihartono, dkk. (2018) didapatkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi mampu membuat keputusan yang baik dalam keadaan sulit, mampu memecahkan masalahnya sendiri dan tidak bergantung kepada orang lain untuk mengambil keputusan. Resiliensi dalam bidang akademik terjadi ketika individu mampu menggunakan kemampuan dirinya untuk mengatasi pengalaman negatif yang menekan dan menghambat proses pembelajarannya, sehingga dirinya mampu beradaptasi dan menjalankan segala tuntutan akademik dengan baik (Boatman, 2014). Resiliensi akademik menurut Cassidy (2016) merupakan kapasitas yang dimiliki individu untuk mengatasi segala permasalahan akademik yang dihadapinya yang bisa mengancam perkembangan akademik individu tersebut.

Dengan memiliki resiliensi yang baik dalam diri mampu membantu individu untuk bangkit serta menerima kenyataan terhadap hal-hal yang tidak diinginkan atau yang membuat dirinya tertekan (Fujiyati, 2016). Dengan demikian, mahasiswa tahun pertama yang memiliki resiliensi dalam dirinya umumnya lebih mampu bangkit dari masalah yang dihadapinya dan juga dapat menghadapi faktor-faktor penyebab stress, sehingga ia bisa terhindar dari berbagai macam masalah kesehatan mental (Andriani & Listiyandini, 2017).

Mahasiswa tahun pertama yang kesulitan dalam menghadapi masa transisi dapat berdampak menimbulkan masalah dikemudian hari seperti membutuhkan waktu yang lebih lama untuk lulus, tidak mampu menyelesaikan studi, bahkan hingga putus kuliah (Medina, 2018). Oleh karena itu resiliensi dapat dikatakan memiliki kontribusi yang besar dalam keberhasilan mahasiswa untuk menyesuaikan diri di lingkungan perguruan tinggi sehingga mengurangi timbulnya berbagai masalah tersebut dikemudian hari (Olivas, 2017). Dapat dikatakan bahwa individu yang tidak memiliki resiliensi dalam dirinya cenderung akan berdampak menimbulkan hambatan pada proses pembentukan kehidupannya yang berkualitas. Selain itu, individu yang tidak resilien akan mudah merasa terpuruk dan putus asa apabila dihadapi dengan sebuah permasalahan (Amelia, dkk., 2014). Individu yang memiliki perilaku maladaptasi cenderung akan melakukan tindakan yang akan mengganggu kehidupannya seperti tidak dapat melakukan pekerjaan yang dimiliki secara maksimal, sedangkan individu yang memiliki resiliensi cenderung memiliki keadaan yang terus membaik seiring berjalannya waktu (Habibi & Hidayati, 2017). Individu yang memiliki tingkat resiliensi

yang rendah juga membutuhkan waktu yang cenderung lebih lama untuk menerima segala permasalahan yang dihadapi, begitu pula sebaliknya jika individu memiliki tingkat resiliensi yang tinggi maka ia akan lebih kuat untuk segera bangkit dari keterpurukan, juga berusaha mencari solusi dari permasalahan yang sedang dihadapinya (Muniroh, 2010).

Terdapat beberapa faktor yang memiliki pengaruh terhadap resiliensi seseorang, salah satu di antaranya yaitu *self-efficacy*. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan dalam diri seseorang bahwa dirinya mampu untuk menyelesaikan segala permasalahan yang dihadapinya dan juga mampu untuk meraih keberhasilan (Jackson & Watkin, 2004). Bandura (dalam Fujiyati, 2016) menjelaskan bahwa adanya *self-efficacy* dalam diri individu mampu menentukan tindakan apa yang akan mereka lakukan, seberapa besar usaha yang akan dilakukan individu, serta seberapa kuat individu bertahan dan berusaha untuk menghadapi rintangan dalam kehidupannya. *Self-efficacy* yang tinggi dalam diri individu akan menghasilkan usaha serta ketekunan yang tinggi dalam menangani masalah serta mencapai tujuan yang baik, sebaliknya jika *self-efficacy* dalam diri rendah maka akan menimbulkan perasaan mudah putus asa.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Chemers, dkk. (2001) dikatakan bahwa *self-efficacy* akademik memiliki keterkaitan langsung secara signifikan dengan ekspektasi akademik dan juga performa akademik individu. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Martin dan Marsh (2006) didapatkan hasil bahwa mahasiswa yang dikatakan resilien adalah mereka yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi. Penelitian yang dilakukan oleh Girelli, dkk. (2018) mengemukakan hasil bahwa untuk

meningkatkan resiliensi akademik dalam diri mahasiswa dibutuhkan intervensi yang bertujuan untuk mendorong motivasi *self-efficacy* dalam diri individu. *Self-efficacy* akademik dalam diri individu dapat menentukan tingkat resiliensi akademiknya yang juga didorong dengan perilaku suportif yang diberikan oleh guru dan juga orang tuanya.

Penelitian yang dilakukan oleh Reed, dkk. (2018) juga mengemukakan hasil bahwa resiliensi akademik siswa dipengaruhi oleh *self-efficacy* yang dimiliki dalam dirinya. Individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* yang tinggi akan mampu bertahan dan bangkit dari kekecewaan yang dialaminya, serta memiliki kemampuan yang diperlukan untuk mencegah timbulnya stress akibat permasalahan akademik yang dihadapi dan begitu juga sebaliknya. Terlepas dari adanya perbedaan budaya serta latar belakang, *self-efficacy* pada diri individu dapat dikembangkan melalui pengalaman dirinya sendiri. Hal-hal positif yang ada dalam dirinya diperlukan untuk meningkatkan resiliensi atau ketahanan dirinya di lingkungan baru universitas. Penelitian terbaru yang dilakukan oleh Muema, dkk. (2020) juga mengemukakan hasil bahwa secara keseluruhan *self-efficacy* akademik memiliki korelasi yang positif dan juga signifikan dengan tingkat kinerja akademik dalam diri individu. *Self-efficacy* akademik merupakan konstruk yang penting dalam menentukan hasil dari kinerja individu tersebut. Individu yang memiliki tingkat *self-efficacy* tinggi cenderung mampu bertahan dalam menghadapi situasi yang sulit, menganggap semua tantangan sebagai hal yang pasti bisa dilalui.

Mahasiswa baru yang melangkah ke dunia perkuliahan dengan berbekal kepercayaan diri yang tinggi untuk menjalankan aktivitas, secara akademik mampu mengerjakan segala sesuatu dengan baik dibandingkan dengan mahasiswa baru yang kurang percaya diri. Sama halnya dengan mahasiswa baru yang sejak awal memiliki ekspektasi untuk sukses secara akademik, maka ia akan menunjukkan performa akademik yang lebih baik juga (Chemers, dkk., 2001).

Berbagai permasalahan akademik yang dialami oleh mahasiswa tahun pertama tersebut membuat mereka membutuhkan adanya *self-efficacy* dalam dirinya agar bisa resilien dalam bidang akademik. Maka dari itu, penulis memutuskan untuk mengambil judul “Pengaruh *Self-Efficacy* Akademik Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Tahun Pertama Tahun Ajaran 2020/2021” untuk meneliti dan mencari tahu lebih lanjut mengenai pengaruh adanya *self-efficacy* dalam diri mahasiswa terhadap resiliensi akademiknya dalam menjalani dunia perkuliahan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah adakah pengaruh *self-efficacy* akademik terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *self-efficacy* akademik terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama tahun ajaran 2020/2021.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Memberikan informasi bagi ilmu pengetahuan di bidang psikologi pendidikan, khususnya mengenai pengaruh *self-efficacy* akademik terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama.
- b. Memberikan informasi tambahan kepada peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut mengenai pengaruh *self-efficacy* akademik terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama.

1.4.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya pihak perguruan tinggi mengenai pentingnya pengaruh *self-efficacy* akademik terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa tahun pertama. Selain itu hasil dari penelitian ini diharapkan dapat membantu individu untuk menumbuhkan *self-efficacy* dalam diri sehingga dapat menciptakan resiliensi di bidang akademik dalam menghadapi berbagai permasalahan pada dunia perkuliahan.