

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Melanjutkan studi ke perguruan tinggi menjadi salah satu pilihan yang paling umum dilakukan siswa yang telah lulus dari SMA/ sederajat. Perguruan tinggi merupakan tempat individu mendalami suatu bidang tertentu agar dapat menjadi calon intelektual dalam bidangnya masing-masing. Individu yang belajar di bangku perguruan tinggi disebut sebagai mahasiswa. Mahasiswa merupakan individu yang memasuki fase kedewasaan, biasanya berusia sekitar 18-25 tahun, yang mana pada fase ini, mahasiswa memiliki tanggung jawab terhadap kehidupannya (Hulukati & Djibran, 2018).

Setelah menyelesaikan seluruh mata kuliahnya dan memasuki semester akhir, mahasiswa diwajibkan untuk menyusun tugas akhir berupa skripsi untuk memenuhi persyaratan kelulusan dan memperoleh gelar sarjana. Skripsi adalah karya ilmiah sebagai bentuk implementasi ilmu yang telah dipelajari sebelumnya secara terpadu yang didasari kaidah keilmuan sehingga dapat dipertanggungjawabkan (Hidayati, dkk., 2021). Berbeda dengan pengerjaan tugas mata kuliah di semester-semester sebelumnya yang biasanya dilakukan berkelompok, penyusunan skripsi dilakukan secara individual. Hal ini membuat mahasiswa dituntut untuk belajar mandiri dan upaya yang lebih keras (Gunawati, dkk., 2006).

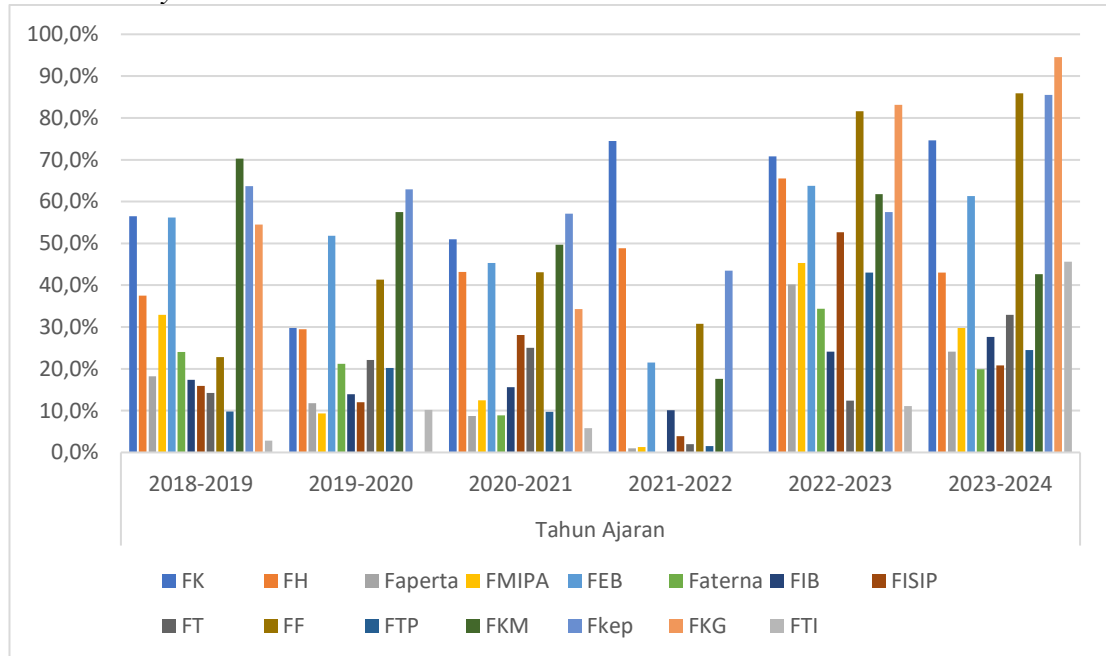
Proses penyusunan skripsi menjadi salah satu tahap paling menantang dalam perjalanan pendidikan mahasiswa. Proses ini dapat memakan waktu berbulan-

bulan, bahkan bertahun-tahun dan seringkali menjadi titik tekanan akademik maupun emosional. Terdapat beberapa kesulitan yang dapat menghambat mahasiswa dalam menyusun skripsi, yaitu kurangnya motivasi (Asmawan, 2016); kecemasan komunikasi saat berinteraksi dengan dosen pembimbing (Andhika, dkk., 2024); menjabarkan dan merangkai pemikiran dan temuan penelitian ke dalam karya tulis (Rismen, 2015; Asmawan, 2016; Perkasa, dkk., 2022); mencari rujukan atau referensi serta tahap pengumpulan data (Ayu, 2020), menyesuaikan waktu dengan dosen pembimbing dan terbatasnya waktu bimbingan, serta revisi yang berulang (Cahyani & Akmal, 2017), dan tuntutan dari orang tua agar mahasiswa menuntaskan skripsinya sesegera mungkin (Wulandari, 2012). Dengan demikian, resiliensi akademik diperlukan bagi mahasiswa agar mampu mengatasi berbagai permasalahan dan tuntutan akademik tersebut.

Berbagai kendala dalam penyusunan skripsi tersebut sering kali berkontribusi pada lamanya masa studi. Universitas Andalas, sebagai perguruan tinggi terbesar di Sumatera Barat, memiliki ketentuan tersendiri mengenai masa studi yang diatur dalam Peraturan Rektor Nomor 14 Tahun 2020. Aturan ini menetapkan beban belajar minimal 144 SKS dengan batas waktu penyelesaian studi maksimal empat belas semester (tujuh tahun). Sementara itu, secara umum masa studi untuk program sarjana di perguruan tinggi berlangsung selama empat tahun atau delapan semester. Meskipun demikian, tidak semua mahasiswa dapat menyelesaikan studinya tepat waktu. Data Tracer Study Universitas Andalas menunjukkan bahwa presentase kelulusan tepat waktu di berbagai fakultas mengalami fluktuasi dalam kurun waktu enam tahun terakhir (2018-2024).

Gambar 1. 1

Tren Kelulusan Tepat Waktu Mahasiswa Universitas Andalas Berdasarkan Data Tracer Study Tahun 2018-2024



Berdasarkan data tersebut, presentase kelulusan tepat waktu (≤ 4 tahun) di berbagai fakultas memperlihatkan adanya fluktuasi, dengan penurunan yang cukup terlihat pada sebagian besar fakultas, terutama pada tahun ajaran 2019-2020, 2021-2022, dan 2023-2024. Pada periode terakhir, dari 15 fakultas, tercatat 8 di antaranya mengalami penurunan kelulusan tepat waktu, yaitu Fakultas Hukum (FH), Fakultas Pertanian (Faperta), Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam (FMIPA), Fakultas Ekonomi dan Bisnis (FEB), Fakultas Perternakan (Faterna), Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik (FISIP), Fakultas Teknologi Pertanian (FTP), dan Fakultas Kesehatan Masyarakat (FKM). Penurunan paling mencolok terjadi di FISIP sebesar 31,9%. Kondisi ini mengindikasikan adanya tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan studi tepat waktu, yang salah satunya dapat dipengaruhi oleh resiliensi akademik. Seperti yang disebutkan oleh Alfath, dkk. (2025), rendahnya

resiliensi akademik turut berkontribusi terhadap keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan studi.

Untuk menelusuri lebih lanjut faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami keterlambatan selama menyusun skripsi, peneliti melakukan studi pendahuluan melalui wawancara menggunakan kuesioner kepada 17 mahasiswa tingkat akhir Universitas Andalas yang sedang menyusun skripsi. Hasilnya menunjukkan bahwa berbagai macam kesulitan dan tekanan sering muncul selama proses tersebut. Aspek motivasional dan emosional menjadi tantangan yang paling dominan, seperti motivasi yang fluktuatif, perasaan putus asa, kecemasan, hingga gejala psikosomatis seperti sulit tidur, sakit kepala, atau kehilangan nafsu makan. Selain itu, banyak juga mahasiswa yang menghadapi masalah teknis seperti kebingungan memulai, kesulitan mencari referensi, serta merangkai ide dalam bentuk tulisan. Manajemen waktu pribadi dan jadwal bimbingan turut memperburuk kondisi, terutama ketika dosen sibuk atau slot bimbingan penuh. Kondisi ini menunjukkan bahwa mahasiswa kerap mengalami berbagai kesulitan dari faktor internal maupun eksternal yang memicu stres.

Dalam hal tuntutan akademik, sebagian besar mahasiswa menyebutkan adanya tekanan dari diri sendiri untuk menyelesaikan skripsi dengan cepat. Ekspektasi dari orang tua, dosen, dan institusi juga menjadi faktor eksternal yang mendorong sekaligus membebani mahasiswa. Meskipun demikian, komitmen mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi tetap tinggi. Dari total 17 mahasiswa, 13 mahasiswa menyatakan sangat yakin akan terus berusaha hingga skripsi selesai, sementara 4 lainnya menyatakan bertekad menyelesaikannya walaupun masih ada keraguan.

Hasil survey juga memperlihatkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami emosi negatif seperti stres, putus asa, cemas, dan kelelahan, namun tetap menunjukkan sikap optimis dan komitmen melanjutkan pengerjaan skripsi. Beberapa mahasiswa juga mengatakan pentingnya dukungan sosial dari teman atau keluarga, serta perlunya waktu untuk menenangkan diri saat mengalami tekanan. Dengan demikian, hasil studi pendahuluan ini mengindikasikan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menghadapi berbagai tantangan internal maupun eksternal, namun tetap menunjukkan kemauan untuk tetap berjuang mengerjakan skripsi mereka hingga tuntas.

Resiliensi secara umum dikenal sebagai proses, kemampuan, sekaligus hasil dari adaptasi yang baik dalam menghadapi kondisi yang sulit dan menantang (Masten, dkk., 1990). Menurut Cassidy (2016), resiliensi dapat dipahami sebagai suatu konstruksi psikologis yang merepresentasikan kemampuan individu untuk bangkit kembali setelah mengalami kesulitan. Dalam konteks akademik, resiliensi diartikan sebagai kemampuan untuk meningkatkan keberhasilan dalam hal akademik dan juga pencapaian lainnya, terlepas dari rintangan yang disebabkan oleh sifat, kondisi dan pengalaman awal (Wang, dkk., 1994). Cassidy (2016) menyatakan resiliensi akademik ditandai dengan siswa yang mampu membalikkan kemalangan dan kegagalan akademik dan berhasil menunjukkan kinerja akademik yang baik. Saat menghadapi kesulitan, mahasiswa yang resilien cenderung menunjukkan sikap positif sehingga tidak akan mudah menyerah (Fitri & Kushendar, 2019). Kebalikannya mahasiswa yang tidak resilien cenderung pesimis,

memiliki kemampuan pemecahan masalah dan selera humor yang buruk serta menyesuaikan diri dengan perubahan (Oktafryadi, dkk., 2023).

Resiliensi akademik terbagi menjadi tiga dimensi, yaitu *perseverance*, *reflecting and adaptive help-seeking*, dan *negative affect and emotional responses* (Cassidy, 2016). Dimensi pertama, yaitu *perseverance*. Ketika dihadapi dengan berbagai tuntutan akademik, mahasiswa tidak akan mudah menyerah dan berusaha fokus pada tujuannya, menjadikannya motivasi untuk lebih baik lagi, serta menggunakan *feedback* untuk menyelesaikan masalah. Dimensi kedua adalah *reflecting and adaptive help-seeking*. Mahasiswa akan merefleksi hal yang menjadi kekurangan dan kelebihan, aktif mencari bantuan dan mengubah gaya belajarnya. Dimensi ketiga, yaitu *negative affect and emotional response*. Mahasiswa akan cenderung menunjukkan afek dan respon emosi negatif, seperti cemas, putus asa, dan lain-lain.

Marettih, dkk. (2022) melakukan studi pada mahasiswa tingkat akhir dan menemukan sebagian besar mahasiswa memiliki resiliensi akademik pada kategori sedang, dengan kecenderungan menuju rendah. Sampel penelitian ini terdiri dari 357 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi. Sebanyak 69% mahasiswa memiliki resiliensi akademik kategori sedang, 16% berada dalam kategori rendah, dan 15% sisanya berada dalam kategori tinggi. Di tahun yang sama, Kirana, dkk. (2022) menemukan 87 mahasiswa tahun akhir (100%) di sebuah universitas di Jakarta Barat memiliki resiliensi akademik pada kategori sedang. Sementara itu, studi lain pada tahun 2023 yang dilakukan oleh Fitriana, dkk. pada mahasiswa tahun akhir yang sedang mengerjakan skripsi dari berbagai perguruan

tinggi swasta di Jawa Tengah menemukan bahwa mayoritas mahasiswa (70,58%) memiliki resiliensi akademik pada kategori rendah dan sangat rendah. Selain itu, tidak ditemukan perbedaan signifikan dalam resiliensi akademik mahasiswa semester 7 dengan mahasiswa semester 9 dan 11.

Permasalahan dan tuntutan akademik selama proses penyusunan skripsi merupakan bagian yang tidak dapat dihindari oleh mahasiswa. Resiliensi akademik adalah kunci bagi mahasiswa untuk mengatasi permasalahan dan tuntutan akademik tersebut. Ketidaksiapan dan ketidakmampuan mahasiswa dalam mengelola permasalahan akademik ini dapat memicu stres, munculnya permasalahan yang berkaitan dengan aspek psikologis seperti demotivasi, muncul perilaku maladaptif dan *mental illness* seperti (keluhan somatik, kecemasan, depresi, dan keinginan untuk bunuh diri). Selain itu juga berdampak pada aspek akademik, seperti penurunan prestasi belajar, kinerja akademik yang buruk, dan meningkatkan risiko *drop out* (Mori, 2000; Goff, 2011; Cheng & Catling, 2015; Pascoe, dkk., 2020, Erindana, dkk., 2021). Masalah ini dapat menjadi lebih buruk bagi mahasiswa tingkat akhir, karena stres akademik selama mengerjakan skripsi. Ketidakmampuan mahasiswa dalam mengatasi hambatan dalam penyusunan skripsi dapat memperburuk keadaan emosional mahasiswa, yang pada gilirannya berpotensi memengaruhi kinerja akademik mereka serta memperpanjang waktu penyelesaian studi mereka.

Penelitian tentang resiliensi akademik pada mahasiswa secara umum menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat resiliensi yang rendah lebih rentan terhadap stres, kecemasan, dan masalah mental lainnya yang dapat menghambat

kinerja akademik mereka (Cohen & Wills, 1985). Dampak tersebut menjadi lebih signifikan pada mahasiswa tahun akhir yang sedang mengerjakan skripsi, karena mereka menghadapi tekanan yang lebih tinggi dalam menyelesaikan tugas besar seperti penelitian skripsi, yang membutuhkan tingkat fokus dan ketekunan yang lebih tinggi. Mahasiswa tahun akhir dengan resiliensi rendah cenderung kesulitan mengelola beban tugas yang berat dan stres akademik yang berkepanjangan yang berpotensi meningkatkan risiko prokrastinasi dan mengganggu kemampuan mereka untuk menyelesaikan skripsi dengan baik dan keterlambatan penyelesaian skripsi.

Ketidaksiapan dan ketidakmampuan mahasiswa dalam mengatasi permasalahan dan tuntutan akademik dapat memicu stres akademik. Beberapa penelitian telah menunjukkan data terkait stres akademik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Studi oleh Wulandini, dkk. (2023) menunjukkan bahwa 62,3% mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi mengalami stres pada kategori sedang, sementara 22,8% mengalami stress pada kategori berat. Setelah itu, studi lain oleh Marfuatunnisa dan Sandjaja (2023) menemukan bahwa terdapat 43,13% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada dalam kategori stres sedang, 25,63% dalam kategori tinggi, dan 1,88% dalam kategori sangat tinggi.

Seperti yang sudah disebutkan sebelumnya, dampak stres yang berkelanjutan tidak hanya berdampak pada kinerja akademik, tapi juga dapat memicu masalah kesehatan mental yang lebih serius, seperti bunuh diri. Menurut laporan *Jatim Times* (2020) bahwa sejak tahun 2014, terdapat setidaknya 13 kasus bunuh diri di kalangan mahasiswa yang terkait dengan tekanan dalam mengerjakan skripsi yang

dipublikasikan di media. Fenomena bunuh diri ini masih terus berlanjut, laporan terbaru di awal tahun ini, seorang mahasiswa bunuh diri dengan terjun ke Sungai Brantas akibat depresi mengerjakan skripsi. Kasus-kasus ini menyoroti bahwa mahasiswa tahun akhir rentan mengalami stress dan depresi hingga mengakibatkan bunuh diri. Hal ini mengindikasikan rendahnya resiliensi akademik mahasiswa dalam menghadapi kesulitan dan tantangan dalam proses penyusunan skripsi.

Resiliensi akademik sangat penting karena mahasiswa, pada titik tertentu akan mengalami kinerja, tantangan dan tekanan yang buruk (Martin & Marsh, 2006). Resiliensi akademik memungkinkan mahasiswa untuk membalikkan kegagalan dan kesulitan, sementara siswa lain gagal dan berprestasi buruk (Martin & Marsh, 2006). Individu dengan tingkat resiliensi yang tinggi biasanya memiliki harga diri, kepercayaan diri, kedisiplinan yang tinggi, keberanian dan optimisme yang lebih besar dalam menghadapi kegagalan, kapasitas kognitif di atas rata-rata dan tidak mudah stres (Portzky, dkk., 2010). Septiani dan Fitria (2016) juga menyebutkan mahasiswa dengan resiliensi yang tinggi mampu menemukan solusi dan membuat keputusan dalam situasi sulit. Mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik dipandang akan mampu menemukan cara yang efektif dan adaptif dalam menghadapi kesulitan dalam proses pembelajaran (Afriyeni, dkk., 2021).

Selain itu, resiliensi akademik juga berkontribusi dalam memprediksi kemampuan mahasiswa memenuhi tuntutan akademik yang berkelanjutan selama perkuliahan (McLafferty, dkk., 2012). Sejumlah penelitian lainnya turut mendukung hal ini. Obeng, dkk. (2025) menemukan bahwa resiliensi akademik berkontribusi dalam meningkatkan *grit* dan motivasi akademik yang menjadi kunci

bagi mahasiswa untuk mempertahankan komitmen jangka panjang dalam menyelesaikan tugas-tugas akademik. Au, dkk. (2023) juga menemukan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologis individu, seperti *personal growth*, *self-acceptance*, dan *purpose in life*. Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi akademik tidak hanya membantu mahasiswa bertahan dalam kesulitan, tapi juga mendorong perkembangan akademik dan emosional mahasiswa.

Adapun studi mengenai gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi menunjukkan perbedaan hasil dari studi-studi yang telah dipaparkan sebelumnya. Raodah (2021) menemukan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Psikologi Universitas Bosowa Makassar, sebanyak 79 orang memiliki resiliensi akademik pada kategori tinggi. sementara 50 mahasiswa lainnya berada dalam kategori sedang. Studi lain oleh Okvellia dan Setyandari (2022) pada mahasiswa tingkat akhir Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sanata Dharma Yogyakarta juga menemukan hasil serupa, dimana mayoritas, sebanyak 36 mahasiswa (78%) memiliki resiliensi akademik tinggi menuju sangat tinggi. Setahun setelahnya, studi Noviana, dkk. (2023) pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Malikussaleh menemukan bahwa mayoritas mahasiswa sebanyak 46 orang memiliki resiliensi akademik pada kategori tinggi, sisanya 43 mahasiswa berada dalam kategori rendah.

Berangkat dari fenomena di Universitas Andalas bahwa kelulusan tepat waktu cenderung fluktuatif, temuan studi pendahuluan yang menunjukkan mahasiswa tingkat akhir menghadapi berbagai kesulitan dalam penyusunan skripsi, serta hasil penelitian sebelumnya terkait resiliensi akademik, maka resiliensi akademik

menjadi aspek penting untuk diperhatikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Andalas guna mendapatkan gambaran resiliensi akademik mahasiswa secara lebih luas. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam mengembangkan program atau strategi dukungan akademik untuk mahasiswa.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, adapun rumusan masalah penelitian ini, yaitu seperti apa gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Andalas?

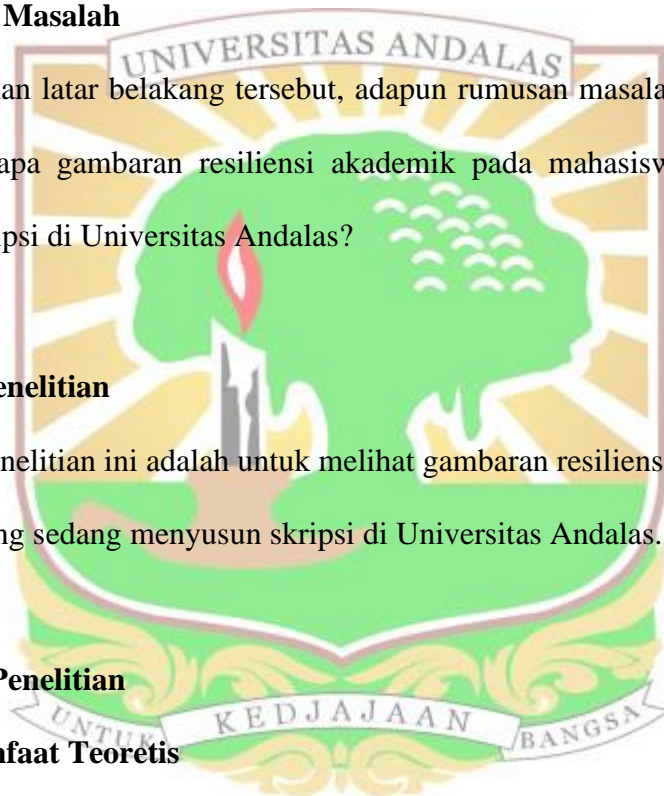
1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat gambaran resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu dan memperbanyak kepustakaan psikologi di bidang psikologi pendidikan terkait resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi.



1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh:

1. Mahasiswa untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya resiliensi akademik agar lebih proaktif mencari dukungan dan mengelola tekanan yang mereka hadapi.
2. Konselor dan psikolog perguruan tinggi sebagai referensi data empiris untuk merancang program yang lebih sesuai dengan kebutuhan mahasiswa.

