

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap tahun, ribuan siswa sekolah menengah atas yang telah menyelesaikan masa studi akan melanjutkan pendidikan ke tingkat perguruan tinggi (Henry, 2013). Data yang didapatkan dari ristekdikti.go.id pada tahun 2016 jumlah siswa sekolah menengah atas yang mendaftar ke perguruan tinggi mengalami peningkatan dari tahun-tahun sebelumnya. Hal tersebut menunjukkan pada setiap tahun terjadi peningkatan terhadap minat siswa sekolah menengah atas dan sederajat untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Menurut Nurdin, Ahmad, dan Kurniati (2016) siswa yang memasuki perguruan tinggi akan memfokuskan diri untuk mempelajari ilmu yang lebih spesifik dibandingkan ketika berada ditingkat sekolah menengah atas, yang mana ketika berada di perguruan tinggi siswa tersebut akan difokuskan pada jurusan pilihannya.

Menurut Masriah, Malay dan Fitriani (2018) pilihan jurusan pada perguruan tinggi semakin bervariasi pada setiap tahunnya, yang mana hal tersebut menyesuaikan dengan kebutuhan dan zaman. Pemilihan jurusan merupakan hal yang sangat penting karena jurusan yang dipilih akan menentukan kelanjutan karir dimasa yang akan datang (Masriah,dkk, 2018). Menurut Susilowati (2008) terdapat beberapa faktor yang harus dipertimbangkan dalam pemilihan jurusan di perguruan tinggi, diantaranya; kemampuan, minat, bakat dan juga kepribadian.

Banyak diantara mahasiswa yang masuk ke perguruan tinggi dalam memilih jurusan tidak sesuai dengan minat, bakat dan kemampuan mereka. Hal itu didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Gordon (Freedman, 2013) menjelaskan sekitar 20 sampai 50% mahasiswa di perguruan tinggi memiliki keraguan dalam memilih jurusan yang tidak sesuai dengan minat mereka, dan 75% dari mahasiswa tersebut mengubah jurusan mereka setidaknya sekali sebelum lulus. Penelitian yang dilakukan oleh *Indonesian Career Center Network* pada tahun 2017, yang menunjukkan bahwa sebanyak 87% mahasiswa yang duduk diperguruan tinggi mengalami salah jurusan.

Intani dan Surjaningrum (2010) mengatakan bahwa mahasiswa salah jurusan dapat dipahami sebagai: (1) mahasiswa yang telah memahami bakat dan minat yang dimilikinya sebelum ia memilih untuk masuk ke perguruan tinggi, (2) ketika memasuki perguruan tinggi mahasiswa menyadari bahwasannya jurusan yang ia pilih tidak sesuai dengan minatnya, (3) pemilihan jurusan yang salah disebabkan beberapa hal seperti kurangnya informasi mengenai jurusan yang akan diambil, mempertimbangkan *passing grade* yang rendah, dan pengaruh dari *significant person* seperti orang tua, teman, atau pacar.

Mahasiswa yang mengalami salah jurusan akan mengalami berbagai konflik akibat salah dalam mengambil jurusan, diantaranya yaitu konflik psikologis, konflik akademik, dan konflik rasional (Susilowati, 2008). Penelitian yang dilakukan oleh Intani dan Surjaningrum (2010) mengatakan bahwa konflik psikologis yang dirasakan mahasiswa salah jurusan ialah tertekan, depresi, dan lainnya, kemudian konflik akademik seperti nilai mata kuliah rendah, sering mengulang mata kuliah, malas dalam belajar, bolos, setelah itu konflik relasional seperti minder, diremehkan, konflik dengan dosen, dan *labeling negative*. Hal tersebut sesuai dengan data yang diperoleh peneliti melalui wawancara dari salah satu mahasiswa salah jurusan yang mengalami konflik psikologis seperti stres, panik, konflik akademik seperti malas belajar, bolos kuliah, sulit memahami mata kuliah dan konflik relasional seperti mengurung diri, tidak

mandi, tidak makan, bahwa ia merasa putus asa dengan mengurung diri dikamar selama seminggu lebih dan melarikan diri keluar daerah dan sama sekali tidak memberikan kabar kepada kedua orang tuanya dan sesekali ia menyakiti dirinya sendiri karena merasa tertekan dengan dengan perkuliahan yang ia jalani karena salah jurusan.

Penelitian yang dilakukan oleh Zubaidi (2016) mendapatkan hasil bahwa mahasiswa salah jurusan banyak mengalami kesulitan dalam hal memahami materi perkuliahan yang menyebabkan konflik personal yang berpengaruh terhadap jalannya perkuliahan. Konflik seringkali muncul karena berbagai kegiatan-kegiatan akademik yang dijalani oleh mahasiswa di perguruan tinggi seringkali dihadapkan dengan berbagai macam tugas dan tuntutan selama masa perkuliahan yang dirasakan mahasiswa sebagai sebuah tekanan (Mustofa, 2015). Tekanan dan konflik yang dialami oleh mahasiswa salah jurusan dalam menjalani perkuliahan dapat mempengaruhi pencapaian prestasi akademik dan juga dapat memicu munculnya kondisi stres (Nurdin, Ahmad, dan Kurniat, 2016).

Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan bahwa individu yang sedang mengalami keadaan stres dapat menimbulkan efek yang kurang baik secara fisiologis maupun psikologis. Dengan begitu individu tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi pada dirinya, sehingga ia akan melakukan suatu tindakan untuk *mengatasinya* yang dinamakan dengan strategi *coping* (Maryam, 2017). Lazarus dan Folkman (1984) mengatakan strategi *coping* adalah usaha-usaha baik secara kognitif maupun perilaku untuk mengatasi, meredakan dan mentolerir tuntutan-tuntutan internal maupun eksternal. Tuntutan tersebut disebabkan oleh interaksi antara individu dengan peristiwa-peristiwa yang dinilai dapat menimbulkan stress (Lazarus & Folkman, 1984). Ketika individu melakukan *coping* mereka akan dapat beradaptasi terhadap berbagai tekanan dan perubahan yang terjadi termasuk pada konteks salah jurusan (Intani dan Surjaningrum, 2010).

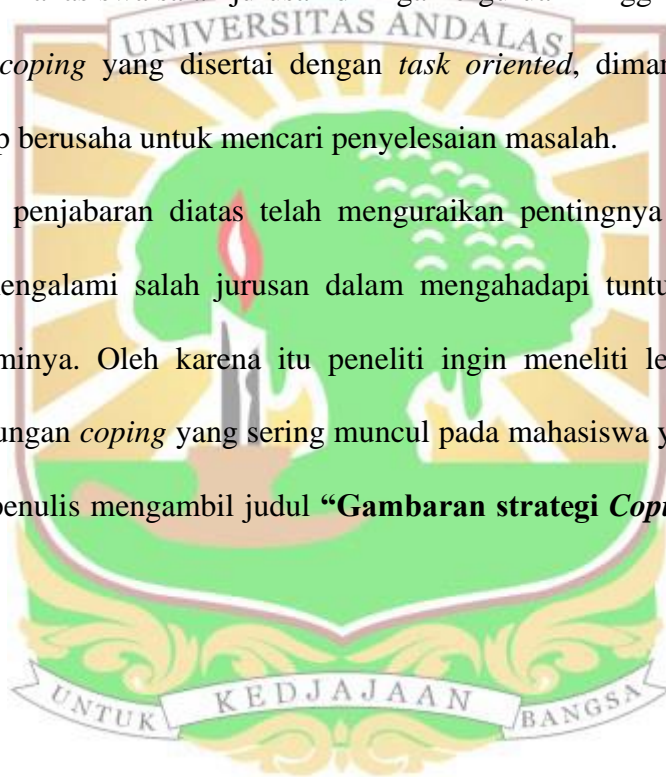
Manfaat yang didapatkan ketika individu melakukan *coping* ialah selain dapat mengarah pada perbaikan dari suatu masalah, *coping* dapat membantu individu untuk mengubah persepsinya atas pertentangan yang ada dalam situasi stres (Greenberg, 2002). Individu yang tidak melakukan *coping* akan berada pada keadaan yang tidak berdaya atau berada pada kondisi yang lemah sehingga dapat menimbulkan tekanan-tekanan dalam diri individu tersebut dan ketika tekanan melebihi batas kemampuan individu maka memunculkan dampak negatif (Shabarcq 2003). Strategi *coping* bertujuan untuk mengatasi situasi dan tuntutan yang dirasa membebani atau menekan individu melebihi sumberdaya (*resources*) yang dimilikinya. Sumberdaya *coping* yang dimiliki oleh individu akan sangat mempengaruhi strategi *coping* mana yang akan dilakukan dalam menyelesaikan berbagai permasalahan (Maryam, 2017). Menurut Lazarus & Folkman (1986) terdapat dua strategi *coping*, yaitu *coping* yang berfokus pada masalah (*problem focused coping*) dan *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*). Aspek dari *problem focused coping* terdiri dari *confrontative*, *seeking social support*, dan *planful problem solving*, sedangkan aspek dari *emotion focused coping* terdiri dari *self control*, *distancing*, *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *escape* atau *avoidance*.

Individu yang cenderung memilih strategi *problem focused coping* akan melakukan suatu tindakan yang mengarah pada pemecahan masalah atau dengan cara mengubah situasi. Individu cenderung menilai suatu kondisi, situasi atau peristiwa yang akan dihadapi dan secara efektif mencari penyelesaian dari masalah untuk menghilangkan kondisi atau situasi yang akan menimbulkan stress (Billing & Moos, 1984). Sedangkan individu yang cenderung memilih strategi *emotional focused coping* akan mengatur respon emosional terhadap stres yaitu dengan cara meniadakan fakta yang tidak menyenangkan melalui strategi kognitif bila individu tidak mengubah kondisi stres, individu akan cenderung mengatur emosinya (Lazarus dan

Folkman,1986). Jenis *coping* mana yang akan digunakan dan bagaimana dampaknya sangat tergantung pada jenis stres atau masalah yang dihadapi (Evans & Kim, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Mustofa (2015) yang mengatakan mayoritas mahasiswa Fakultas X Universitas X yang mengalami salah jurusan lebih dominan menggunakan jenis strategi *emotional focused coping* , yang artinya mahasiswa lebih cenderung untuk mengatasi emosinya dalam menghadapi permasalahan salah jurusan jika dibandingkan dengan melakukan pemecahan masalah. Penelitian lain juga dilakukan oleh Syamsiah (2020) mengatakan bahwa strategi *coping* stres mahasiswa salah jurusan di Tiga Perguruan Tinggi Negeri menggunakan *emotional focused coping* yang disertai dengan *task oriented*, dimana subjek melakukan pelarian namun tetap berusaha untuk mencari penyelesaian masalah.

Berdasarkan penjabaran diatas telah menguraikan pentingnya strategi *coping* bagi mahasiswa yang mengalami salah jurusan dalam menghadapi tuntutan-tuntutan maupun konflik yang dialaminya. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti lebih dalam mengenai gambaran kecenderungan *coping* yang sering muncul pada mahasiswa yang mengalami salah jurusan. Untuk itu penulis mengambil judul **“Gambaran strategi *Coping* pada Mahasiswa Salah Jurusan”**.



1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dari penelitian ini ialah : Seperti apa gambaran strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan dilakukannya penelitian ini, sehingga didapatkan manfaat teoritis dari penelitian ini:

1. Diharapkan dapat memberikan sumbangsih teoritis guna memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang ilmu Psikologi, dan khususnya pada bidang ilmu Psikologi Pendidikan mengenai gambaran strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan.
2. Memberikan tambahan informasi bagi peneliti yang akan melakukan penelitian dengan judul atau tema yang sama yaitu gambaran strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan, dan menambah ilmu pengetahuannya serta penambahan data, sehingga dapat dijadikan acuan oleh peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian dengan topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini diharapkan akan diketahui bagaimana gambaran strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan, dengan demikian:

1. Bagi mahasiswa, memberikan gambaran strategi *coping* yang muncul pada mahasiswa ketika menghadapi salah jurusan.
2. Diharapkan institusi pendidikan menyediakan layanan konseling kepada mahasiswa yang mengalami permasalahan agar tidak terpuruk dengan keadaan.
3. Bagi ilmuwan dan praktisi dibidang pendidikan dan psikologi, hasil penelitian ini dapat dijadikan data acuan dalam penelitian lanjutan yang menggali lebih dalam tentang strategi *coping* mahasiswa salah jurusan.

1.5 Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Bab ini memberikan gagasan tentang penelitian yang akan dilakukan. Dengan pendahuluan, pembaca dapat mengetahui latar belakang, rumusan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat penelitian.

BAB II: LANDASAN TEORI

Landasan teori membahas tentang teori-teori yang digunakan dalam penelitian. Hal-hal yang dijelaskan pada bab ini adalah mengenai strategi *coping* yang terdiri dari definisi strategi *coping*, aspek strategi *coping*, dan faktor-faktor yang mempengaruhi strategi *coping*. Pada subbab selanjutnya dijelaskan mengenai mahasiswa salah jurusan, dengan uraian berupa definisi mahasiswa salah jurusan. Pada akhir bab ini dilengkapi dengan kerangka berpikir sebagai ringkasan dari gagasan dan arah penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Bab ini berisi penjelasan mengenai metode penelitian yang berisikan tentang metode penelitian kuantitatif, metode pengumpulan data, alat bantu pengumpulan data, responden penelitian, prosedur penelitian, dan prosedur analisis data.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini menjelaskan gambaran umum subjek penelitian dan deskripsi statistik strategi *coping* pada mahasiswa salah jurusan.

BAB V : KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisikan kesimpulan mengenai hasil penelitian beserta saran penelitian untuk peneliti selanjutnya yang akan meneliti dengan topik penelitian yang serupa.