

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Seorang mahasiswa adalah seseorang yang terdaftar dalam pendidikan perguruan tinggi. Maslikhah (2019), menjelaskan bahwa terdapat beberapa kompetensi yang diharapkan muncul pada mahasiswa antara lain dalam segi pengetahuan, keterampilan dan sikap. Umumnya mahasiswa menempuh masa studi antara tiga sampai empat tahun.

Peraturan Menteri Pendidikan dan Budaya yang mengatur tentang standar masa studi dalam jenjang perguruan tinggi strata satu yang mana dalam peraturan Nomor 49 Tahun 2014 Pasal 17 menjelaskan bahwa masa standar studi mahasiswa yang menempuh perguruan tinggi jenjang strata satu adalah sekitar 4 hingga 5 tahun, dan dengan beban studi 144 sks. Peraturan Menteri Riset, Teknologi Dan Perguruan Tinggi yang mengatur mengenai batas maksimum masa studi pada mahasiswa yang menempuh perguruan tinggi strata satu dituangkan dalam Peraturan Nomor 44 Tahun 2015 mengenai Standar Nasional Perguruan Tinggi yaitu selama 7 tahun. Namun ternyata tidak semua mahasiswa dapat menyelesaikan durasi waktu secara tepat waktu dan banyak yang mengalami keterlambatan hingga terancam Drop Out (DO). Dari pemaparan diatas dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang berada dalam semester 11 hingga 14 merupakan mahasiswa yang tergolong lambat dalam menyelesaikan studinya.

Realitanya bahwa mahasiswa yang sedang menempuh masa kuliah banyak juga yang mengalami keterlambatan. Ada beberapa faktor dan dinamika psikologi yang menyebabkan mahasiswa mengalami keterlambatan. Faktor tersebut meliputi internal dan eksternal. Faktor eksternal meliputi komunikasi dengan dosen pembimbing, tingkat kesulitan dalam pengerjaan tugas akhir, kondisi finansial, dan tekanan dari orang-orang di lingkungan sekitarnya. Faktor internal meliputi motivasi, minat, pengetahuan dan sikap dari mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya tersebut. Dinamika psikologi pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan meliputi perasaan bosan akibat proses revisi yang dirasa terlalu banyak pengulangan, yang mana nantinya hal ini akan menimbulkan perasaan malas, stress dan putus asa dan pada akhirnya akan membuat mahasiswa mengalami ketakutan atau ragu ketika hendak menghubungi atau bertemu dengan dosen pembimbing. Disatu sisi mahasiswa yang mengalami keterlambatan juga merasakan adanya rasa cemas dan tekanan untuk segera lulus mengingat banyaknya semester yang telah ditempuh dan adanya peraturan batasan maksimal masa studi. Mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan pendidikannya akan kurang percaya diri dengan kemampuannya sendiri.

Efikasi diri adalah keyakinan atau kepercayaan diri atas kemampuan yang dimiliki seorang individu dalam melakukan suatu pekerjaan yang dimiliki (Ahsani, 2019). Bandura (1997) menyatakan bahwa efikasi diri adalah keyakinan seseorang pada kapasitas yang dimiliki ketika menangani pekerjaan demi mencapai tujuan yang diinginkan. Efikasi diri sebagai sebuah penilaian pada diri atas kemampuan yang dimiliki untuk mengatasi suatu hambatan (Alwisol, 2009). Dua kategori penggolongan efikasi diri yaitu individu yang mempunyai efikasi diri

tinggi dan individu yang mempunyai efikasi diri yang rendah. Seseorang yang mempunyai efikasi diri tinggi akan memiliki keyakinan atau kepercayaan diri yang tinggi atas kemampuannya ketika menyelesaikan pekerjaan. Hal ini dikarenakan individu menyukai tantangan dan merasa optimis dalam menyelesaikan sesuatu meskipun terdapat beberapa hambatan dalam proses pengerjaannya tersebut. Seseorang yang mempunyai efikasi diri yang rendah akan memiliki kepercayaan diri yang rendah pula atas kapasitas yang dimiliki ketika menyelesaikan pekerjaan yang membuatnya akan lebih mudah menyerah dan terpengaruh oleh lingkungan sekitarnya (Santrock, 2007).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan penulis selama tiga hari mulai dari tanggal 29 hingga 31 Oktober 2021 melalui sosial media WhatsApp bersama 10 mahasiswa di Universitas Merdeka Malang didapatkan hasil bahwa dari 10 mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan studinya, 7 diantaranya mempunyai efikasi diri rendah. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya hasil wawancara awal yang telah dilakukan bersama para mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya. Salah satu mahasiswa yang berinisial PR yang sedang menempuh semester 14 mengatakan bahwa "Saya merasa sangat onfire dan lumayan underpressure dalam menyelesaikan tugas akhir disemester 14 ini, hal ini dikarenakan adanya tekanan untuk harus menyelesaikan kuliah pada satu semester ini karena jika tidak akan terancam drop out", selain itu ia juga mengatakan bahwa "Kendala yang saya alami saat ini sempat mempengaruhi kepercayaan diri saya dalam menyelesaikan tugas akhir ini". Selanjutnya mahasiswa yang berinisial PS semester 11 dan NF semester 13 mengatakan bahwa "Pendapat orang-orang disekitar saya dapat mempengaruhi keyakinan

saya dalam mengerjakan tugas akhir disemester ini dan saya menjadi lebih sensitif". Selain itu mahasiswa yang berinisial RL, BA dan ID yang sedang menempuh semester 11 juga mengatakan bahwa "saya tidak yakin dapat menyelesaikan tugas akhir disemester ini karena adanya kendala atau tantangan yang saya alami saat ini". Selanjutnya mahasiswa yang berinisial NK, ID dan BA semester 11 mengatakan bahwa "Saya tidak yakin dapat konsisten dalam topic dan proses pengerjaan yang saya pilih untuk menyelesaikan tugas akhir ini". Dari wawancara tersebut didapatkan data penyebab rendahnya efikasi diri pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan studi yaitu dari adanya kendala yang dirasakan. Kendala tersebut diantaranya faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal meliputi komunikasi dengan dosen pembimbing, persepsi dan progress kerja orang lain, dan kegiatan diluar kampus. Faktor internal meliputi, sikap, emosional, kesehatan, dan pengetahuan. Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk menghubungkannya dengan *self compassion*.

Self Compassion adalah rasa berbelas kasih diri saat mengalami kesulitan dengan cara menerima atau menyadari bahwa setiap manusia mempunyai kekurangan dan kelebihan sendiri (Reyes, 2011). Neff (2011), emosi negatif dapat ditangani menggunakan *self compassion* yang mana hal ini dapat membebaskan adanya siklus destruktif yang disebabkan oleh reaksi emosi tersebut. Neff & McGehee (2010) menyatakan bahwa cara adaptif bagi seseorang yang sedang mengalami kekurangan pribadi atau kesulitan hidup adalah dengan menanamkan *self compassion* pada individu itu sendiri. Neff (2003) menyatakan seseorang yang berhasil menanamkan *self compassion* pada dirinya tidak akan menghindari perasaan sakit yang dimilikinya dan akan membuatnya mengakui dan merasakan *compassion* itu sendiri sebagai sebuah

pengalaman. Berdasarkan hasil wawancara awal yang telah penulis lakukan bersama para mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya diketahui bahwa banyak dari individu yang tidak menyadari atau tidak mengetahui cara dalam mengatasi efikasi diri rendah yang dialami saat ini.

Berdasarkan pemaparan fenomena diatas maka peneliti merasa perlu adanya dilakukan penelitian terkait *self compassion* dan efikasi diri pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya. Penelitian ini sangat penting dilakukan untuk membantu mahasiswa yang sedang mengalami rasa kurang percaya diri (efikasi diri) dalam mengerjakan tugas akhir. Jika penelitian ini tidak dilakukan maka akan sangat banyak mahasiswa semester tua yang tidak tahu bagaimana cara mengatasi permasalahan efikasi diri pada saat mengerjakan tugas akhir yang nantinya apabila efikasi dirinya rendah akan membuat usaha yang dikeluarkan semakin tidak maksimal sehingga dapat menyebabkan pelalaian tugas akhir dan gagal dalam memenuhi tanggung jawabnya sebagai seorang mahasiswa atau bahkan dapat terancam DO (*Drop Out*). Penelitian ini berfokus pada bagaimana hubungan *self compassion* dan keyakinan pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya. Oleh karena itu penulis tertarik untuk mengambil judul penelitian yaitu “Hubungan *Self Compassion* dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Akan Habis Masa Studinya”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu apakah terdapat hubungan *self compassion* dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan *self compassion* dan efikasi diri pada mahasiswa mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya.

D. Manfaat Penelitian

1. Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai panduan untuk penelitian masa depan tentang *self-compassion* dan *self-efficacy* pada mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studi.
2. Temuan penelitian ini dapat secara signifikan memajukan psikologi, khususnya psikologi pendidikan.
3. Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu alternatif bagi mahasiswa untuk mengatasi permasalahan efikasi diri yang dirasakan pada saat mengalami kesulitan.

E. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Terdapat tiga jurnal penelitian sebelumnya yang serupa dengan topik penelitian yang saya pilih pada tugas akhir ini yaitu jurnal pertama yang berjudul "Hubungan Antara *Self Compassion* dan Efikasi Diri Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Tugas Akhir" ditulis oleh Siswati dan Frida pada tahun 2017. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kuantitatif korelasional yang subjeknya adalah mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Hasil yang diperoleh yaitu koefisien korelasi sebesar 0.741 dengan

$p=0.000$ ($p<0.05$) yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *self-compassion* dan efikasi diri. Berdasarkan data jurnal diatas maka perbedaan penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada karakteristik subjek dan teknik pengambilan sampel. Jurnal pertama menggunakan subjek mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir dan berada pada semester 6 Fakultas Psikologi di Universitas Y dan teknik *simple random sampling*. Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya dengan kriteria mahasiswa yang sedang berada di semester 11-14, sedang mengerjakan tugas akhir dan teknik *non-probability sampling* yaitu *accidental sampling*.

Pada jurnal kedua yang berjudul “Hubungan Antara *Self Compassion* Dengan Efikasi Diri Pada Santri Penghafal Al-Qur’an” ditulis oleh Ahsani pada tahun 2019. Metode yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah kuantitatif korelasional yang subjeknya yaitu santri penghafal Al-Qur’an. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *simple random sampling*. Hasil yang didapatkan yaitu nilai korelasi 0,000 dan nilai signifikan 0,716 yang artinya terdapat hubungan yang searah antara variabel *self compassion* dan efikasi diri, yang berarti semakin tinggi *self compassion* yang dimiliki santri penghafal al qur’an, maka semakin tinggi pula efikasi dirinya dalam tugas menghafal al-qur’an. Berdasarkan data jurnal diatas maka perbedaan penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada karakteristik subjek dan teknik pengambilan sampel. Jurnal kedua menggunakan subjek penghafal Al-Qur’an yang merupakan santri dari pondok pesantren Al-Hasan Ponorogo dan teknik *simple random sampling*. Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya dengan

kriteria mahasiswa yang sedang berada di semester 11-14, sedang mengerjakan tugas akhir dan teknik *non-probability sampling* yaitu *accidental sampling*.

Pada jurnal ketiga yang berjudul “Belas Kasih Diri (Self Compassion) Pada Mahasiswa” ditulis oleh Karinda pada tahun 2020. Metode yang digunakan kuantitatif deskriptif yang subjeknya merupakan mahasiswa secara umum. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *convenience sampling*. Hasilnya yang didapatkan yaitu belas kasih diri (*self compassion*) mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang masuk dalam kategori tinggi. Berdasarkan data jurnal diatas maka erbedaan penelitian penulis dengan penelitian sebelumnya yaitu terletak pada karakteristik, fokus variabel dan teknik pengambilan sampel. Jurnal ketiga menggunakan subjek mahasiswa secara umum dengan kriteria dewasa awal yang berusia 17-24 tahun, berfokus pada satu variabel *self compassion* dan teknik sampel *convenience*. Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa yang mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan masa studinya dengan kriteria mahasiswa yang sedang berada di semester 11-14, sedang mengerjakan tugas akhir, fokus pada dua variabel yaitu efikasi diri dan *self compassion* dan teknik *non-probability sampling* yaitu *accidental sampling*.