

# **BAB I**

## **PENGANTAR**

### **A. Latar belakang**

Mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar di suatu lembaga perguruan tinggi, dan mempunyai kemandirian dan kewajiban untuk menyelesaikan kewajiban akademik yang telah ditetapkan di lembaga perguruan tinggi tersebut, untuk mencapai kompetensi lulusan yang diharapkan oleh almamaternya (Ushfuriyah, 2015). Kewajiban akademik yang dimaksud seperti penyelesaian kewajiban kuliah, penyelesaian tugas lapangan, praktikum dan skripsi sebagai tugas akhir.

Mahasiswa dituntut aktif agar dapat lulus dalam rentang waktu tertentu sesuai dengan jenjang pendidikannya. Kelulusan dengan cara menyusun karya tulis berupa tugas akhir (skripsi) merupakan syarat untuk mendapatkan gelar sesuai bidang yang digeluti. Tantangan dalam penyusunan skripsi ialah kemandirian mahasiswa dalam menyelesaikan tahap demi tahap.

Gelar sarjana akan didapatkan apabila tugas akhir telah disusun sesuai ketentuan yang berlaku pada suatu perguruan tinggi. Mujahidah (2014), menyatakan bahwa menyelesaikan penyusunan skripsi merupakan syarat kelulusan seorang sarjana, apabila penyusunan skripsi belum tuntas maka kelulusan akan terhambat.

Triyana dkk (2015), mengidentifikasi bahwa kendala mahasiswa dalam menyusun skripsi ialah tidak paham pemilihan judul yang tepat, takut dan menghindari diskusi dengan dosen pembimbing, serta manajemen waktu yang kurang baik. Hal-hal tersebut menjadi kendala utama bagi mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

Kendala lainnya ialah mahasiswa merasakan berbagai persoalan dalam mengerjakan skripsi, antara lain prosedur revisi yang berulang, kesulitan menemukan bahan referensi, lamanya balasan dari dosen saat telah mengumpulkan revisi, waktu penelitian yang kurang, dan dosen yang susah dihubungi (Aulia & Panjaitan, 2019). Selain itu ditemukan beberapa persoalan lainnya yang dialami oleh mahasiswa, diantaranya adalah takut bertemu dosen pembimbing, kurangnya motivasi, rasa malas, kurangnya waktu bimbingan (Cahyani, 2017).

Fitriani (2017) menjelaskan bahwa telah terjadi kasus bunuh diri oleh mahasiswa salah satu perguruan tinggi di Kota Samarinda Provinsi Kalimantan Timur. Korban dicurigai mengakhiri hidupnya lantaran depresi tidak lulus setelah tujuh tahun menjalani kuliah tingkat sarjana. Depresi kemungkinan besar timbul karena skripsi sering kali ditolak oleh dosen pembimbing. Selain itu, korban juga sering terdiam dan terlihat muram. Korban diketahui bunuh diri di rumah kakak angkatnya pada hari Sabtu 11 Juli 2020. Sulistyowati (2016), melakukan penelitian pada 280 mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang dan mendapatkan hasil bahwa sekitar 51,11 persen mahasiswa depresi karena skripsi.

Rahmawati, Hardjajani & Karyanta (2015), menyatakan bahwa hambatan lain yang dialami mahasiswa adalah momen saat melihat angkatan di bawah atau teman seangkatannya sudah lulus. Hambatan tersebut sebagai salah satu penyebab, mahasiswa merasakan penghinaan pada diri sendiri dan mengalami ketakutan seperti rasa malu.

Hamdan (2016) seorang mahasiswa didapati meninggal di kamar kostnya. Diketahui bahwa mahasiswa tersebut salah satu mahasiswa di universitas swasta di DIY. Diduga korban meninggal karena bunuh diri. Diyakini bahwa bunuh diri karena tidak sanggup menghadapi masalah keluarga dan masalah akademik (penyusunan skripsi).

Kendala-kendala dari faktor internal lebih besar mempengaruhi mahasiswa saat menyelesaikan skripsi, dibuktikan dengan hasil penelitian 64,38% faktor internal dengan indikator memiliki minat dalam menyelesaikan skripsi, giat saat mengerjakan skripsi, dan bersungguh-sungguh dalam menyelesaikan skripsi (Yulanda, 2017). Maka mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi, perlu mengatasi tekanan dan kendala yang dialami selama dalam proses menyelesaikan skripsi yaitu salah satu caranya dengan memiliki resiliensi (Paliama, 2020).

Desmita (2017), menjelaskan bahwa resiliensi merupakan ketahanan individu yang menguatkan individu dalam menghadapi bahkan memperbaiki sesuatu yang menyusahkan menjadi sesuatu yang dapat diatasi. Penting untuk dipahami bahwa kendala dalam proses penyusunan skripsi pasti dialami oleh semua mahasiswa. Mahasiswa harus sadar bahwa kendala dan tantangan tersebut adalah bagian dari kehidupan yang harus dilewati (Paliama, 2020). Seringkali keputusan menyebabkan mahasiswa merasa malu serta tidak percaya diri dengan keahlian yang dimilikinya, bahkan khawatir dengan masa depan yang belum pasti (Hidayah, 2012). Sehingga didapati bahwa kritik terhadap diri sendiri tidak dapat menjadi solusi atas tekanan hidup yang dialami (Paliama, 2020).

Dengan demikian mahasiswa yang masih menyelesaikan tugas akhir penting mengeluarkan emosi negatif, yakni dengan mempunyai kesadaran dengan respons yang setara serta sadar bahwa setiap orang pasti akan mengalami persoalan hidup. Maka dari itu, perlu untuk menerapkan sikap *self-compassion* (Neff & Knox, 2017).

Menurut Neff (2003), sikap kepedulian pada diri sendiri dalam menjalani persoalan hidup disebut dengan istilah *self compassion*. Seorang dengan sikap *self compassion* sadar bahwa penderitaan dan kegagalan adalah bagian dalam kehidupannya.

Hatari & Setyawan (2020) meneliti kaitan *self-compassion* dan resiliensi. Penelitian Sofia Chudairi & Hatari (2018) melibatkan 88 mahasiswa di Universitas Diponegoro Fakultas Psikologi yang sedang dalam proses penyusunan skripsi sebagai responden. Hatari & Setyawan (2020) menemukan bahwa *self-compassion* dan resiliensi berkaitan signifikan satu sama lain. Hatari & Setyawan (2020) menyatakan bahwa mahasiswa dengan *self-compassion* yang baik, cenderung memiliki resiliensi yang baik, hal ini sebaliknya. Hatari & Setyawan (2020) mengungkapkan bahwa resiliensi berguna untuk mengatasi kesulitan, rasa frustrasi, stres, depresi, dan segala permasalahan dalam diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian sebelumnya, yang membuktikan bahwa adanya kaitan antara *self compassion* dengan resiliensi peneliti ingin meneliti pengaruh *self compassion* terhadap resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas merdeka Malang.

Penelitian ini dilakukan di Universitas Merdeka Malang. Berdasarkan hasil dari wawancara yang dilakukan pada 11,12 Juli 2021, kepada 5 mahasiswa 2

laki-laki dan 3 perempuan semester akhir semester 8 dan 10 atau yang sedang mengerjakan skripsi. Pernyataan dari beberapa mahasiswa tersebut menyatakan bahwa selama mengerjakan skripsi mahasiswa tersebut mengalami hambatan-hambatan internal dan eksternal sehingga membuat mahasiswa tersebut merasakan tekanan, susah tidur dan merasa frustrasi serta hal lainnya termasuk saat teman seangkatan atau adik tingkat telah lulus terlebih dahulu.

Peneliti juga menyebarkan angket yang berisi indikator mengenai resiliensi menggunakan *google form*. Berdasarkan penyebaran angket tersebut, dapat dilihat bahwa beberapa mahasiswa Universitas Merdeka Malang yang sedang menyelesaikan skripsi memiliki resiliensi yang cukup rendah. Penyebaran angket pra-penelitian tersebut didapatkan 59 responden dari Mahasiswa Universitas Merdeka Malang yang sedang mengerjakan skripsi. Kendala-kendala dalam menyusun tugas akhir (skripsi) menjadi masalah yang serius bagi mahasiswa. Kendala-kendala dalam menyusun tugas akhir dapat menjadi pemicu timbulnya perasaan negatif seperti khawatir, rendah diri, frustrasi serta kehilangan motivasi (Cahyani, 2017).

Berdasarkan pada fenomena dan uraian di atas, perlunya kesadaran mengatasi hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa semester akhir selama menyelesaikan skripsi dengan cara meningkatkan *self-compassion* yang diharapkan akan meningkatkan resiliensi mahasiswa. Penelitian-penelitian terdahulu membuktikan adanya hubungan signifikan antara *self-compassion* dengan resiliensi. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh *self-compassion* terhadap resiliensi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

## B. Rumusan permasalahan

Berdasarkan penjelasan fenomena diatas, maka rumusan permasalahan penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh *self-compassion* terhadap resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi?”.

## C. Tujuan dan manfaat

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh *self compassion* terhadap resiliensi mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Merdeka Malang. Berikut adalah paparan manfaat dalam penelitian :

1. Manfaat teoritis
  - a. Hasil penelitian bisa menjadi sumbangsih pengetahuan dalam berbagai bidang yaitu pada bidang psikologi positif dan psikologi pendidikan yang berhubungan dengan *self compassion* dan resiliensi.
  - b. Penelitian dapat dijadikan referensi untuk pihak yang akan meneliti lebih lanjut mengenai *self compassion* dan resiliensi.
2. Manfaat praktis
  - a. Memberikan informasi dan wawasan untuk pembaca tentang pengaruh *self compassion* terhadap resiliensi.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan membantu mahasiswa tingkat akhir untuk memahami dan menyadari pentingnya pengaruh *self-compassion* terhadap resiliensi mahasiswa.
  - c. Bagi instansi terkait penyelenggaraan tugas akhir di Universitas Merdeka Malang agar memperhatikan mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir dan memberikan gambaran yang positif mengenai skripsi melalui *self compassion* dan resiliensi.

#### D. Perbedaan dengan penelitian sebelumnya

Penelitian sebelumnya dipaparkan untuk memberikan gambaran secara gamblang sebagai bahan perbandingan dan sumber referensi. Berikut merupakan pemaparan mengenai penelitian sebelumnya serta perbedaannya dengan penelitian ini:

Amiman R.V (2020) melakukan penelitian tentang pengaruh *conscientiousness* terhadap resiliensi mahasiswa. Metode pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah Jabodetabek dengan melibatkan 60 orang mahasiswa sebagai responden. Amiman R.V (2020) menggunakan *purposive sampling* dalam memilih responden serta menggunakan kuesioner sebagai instrumen dalam mengumpulkan data. Amiman R.V (2020) menemukan bahwa *conscientiousness* berpengaruh signifikan terhadap resiliensi mahasiswa. Adapun kedua variabel memiliki hubungan yang negatif. Artinya, apabila *conscientiousness* meningkat, maka resiliensi akan menurun. Perbedaan antara penelitian Amiman R.V (2020) dengan penelitian ini terletak pada variabel bebas (X) yang dilibatkan. Amiman R.V (2020) menggunakan *conscientiousness* sebagai variabel bebas (X), sedangkan penelitian ini melibatkan *self compassion* sebagai variabel bebas (*independent*). Perbedaan lainnya terletak pada subjek penelitian. Subjek pada penelitian Amiman R.V (2020) yaitu mahasiswa di wilayah jabodetabek, sedangkan subjek pada penelitian ini yaitu mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi di Universitas Merdeka Malang.

Penelitian serupa dilakukan oleh Budiarto, K. (2020). Budiarto, K. (2020) meneliti kaitan kemampuan *problem solving* dan resiliensi mahasiswa dalam

proses penyusunan skripsi. Budiarto, K. (2020) melibatkan 60 mahasiswa sebagai responden yang ditentukan dengan *simple random sampling*. Hasil penelitian menyatakan bahwa adanya kaitan antara kemampuan *problem solving* dan resiliensi mahasiswa. Bentuk hubungan antara dua variabel ini adalah positif.

Terdapat dua perbedaan penelitian Budiarto, K. (2020) dengan penelitian ini, yaitu pada aspek variabel independen (X) dan teknik sampling yang digunakan. Budiarto, K. (2020) menggunakan variabel independen (X) kemampuan *problem solving* dalam penelitian ini menggunakan *self compassion*. Teknik sampling pada penelitian Kukuh (2020) adalah *simple random sampling* (SRS), sedangkan penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*.

Hatari & Setyawan (2020) melakukan penelitian kaitan antara *self compassion* mahasiswa dengan resiliensinya dalam proses penyusunan tugas akhir (skripsi). Penelitian ini melibatkan 88 mahasiswa sebagai responden yang ditentukan menggunakan teknik *cluster sampling*. Penelitian ini dilakukan di Semarang, tepatnya di Universitas Diponegoro. Hatari & Setyawan (2020) menemukan bahwa *self compassion* berpengaruh signifikan positif terhadap resiliensi. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian Hatari & Setyawan (2020) yaitu pada lokasi dan teknik pengambilan sampel.