

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan menurut Crumbaugh dan Maholick (dalam Aflah, 2021) menjadi salah satu sarana bagi mahasiswa dalam memperoleh nilai-nilai khusus yang mengarahkannya pada tujuan hidup. Kendati demikian, para mahasiswa selama menjalani perkuliahan mengalami berbagai tantangan dan hambatan terutama pada mahasiswa semester akhir. Hidayat (2018) mengungkapkan jika mahasiswa tingkat akhir kerap mengalami penurunan motivasi dalam menyelesaikan studi, tidak mampu mempersepsikan kegagalan dan keberhasilan secara positif, serta pemaknaan yang kabur mengenai tujuan hidupnya. Hasil penelitiannya menyatakan jika adanya tekanan akademik, dukungan sosial yang kurang, dan masa depan yang tidak pasti menjadi faktor penyebab rendahnya kebermaknaan hidup mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Penelitian dengan hasil serupa telah dilakukan Nugroho (2016) dengan pernyataan bahwa faktor rendahnya kebermaknaan hidup mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah adanya tekanan, motivasi yang kurang, dan tujuan hidup tidak jelas.

Menurut Crumbaugh dan Maholick (dalam Izzati, 2016), individu dengan kebermaknaan hidup ditandai dengan karakteristik diri seperti perasaan bahagia, bertanggung jawab, mengetahui eksistensi diri, bisa mengontrol diri, serta tidak khawatir tentang kematian. Rasa tanggung jawab menjadi karakteristik yang tidak banyak dimiliki mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Ini dibuktikan dari adanya mahasiswa yang belum menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Penelitian Lestari dan Hastuti (2023) menyebutkan jika mahasiswa menjadi tidak

bersemangat, merasa cepat bosan, malas dan menunda mengerjakan skripsi, hingga menghindari proses bimbingan dan memilih pelarian pada kegiatan lain.

Permasalahan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga dapat dilihat dari penelitian Lumowa (2021), dimana mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan kebermaknaan hidup rendah umumnya memiliki resiliensi yang rendah pula. Sehingga mahasiswa kerap mengalami stres dan sulit menyelesaikan skripsi. Bukti selanjutnya ditemukan pada hasil penelitian Muhkam et al. (2022) yang menunjukkan bahwa 49% mahasiswa semester 14 Fakultas Psikologi Universitas Negeri Makassar melakukan prokratinasi dalam mengerjakan skripsi. Semakin bertambahnya semester yang ditempuh membuat mahasiswa semakin malas menyelesaikan skripsi. Akhirnya mereka lalai dari tanggung jawab untuk menuntaskan studi selama 8 semester. Kebiasaan menunda-nunda menyelesaikan skripsi tersebut mengidentifikasi mahasiswa memiliki kebermaknaan hidup yang rendah.

Belum banyak penelitian yang secara spesifik mengukur besarnya kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, namun penelitian Musfiroh dan Sari (2020) menunjukkan bahwa 60% mahasiswa di Indonesia merasa jika hidupnya tidak bermakna dan kehilangan arah selama semester akhir terlebih ketika masa skripsi. Keadaan tersebut bisa disebabkan karena tekanan akademik, kurangnya dukungan sosial, serta keraguan tentang masa depan setelah lulus kuliah.

Seluruh data di atas menunjukkan bahwa rendahnya kebermaknaan hidup mahasiswa yang sedang menyusun skripsi terlihat dalam berbagai kondisi. Sementara pernyataan yang disampaikan Yesamine (dalam Khatira & Aviani,

2021) menyebutkan jika mahasiswa tingkat akhir dituntut berprestasi, optimis, memiliki semangat hidup tinggi, serta mampu menuntaskan persoalan akademik. Sehingga kesenjangan yang terjadi antara kondisi saat ini dengan pemenuhan tuntutan tersebut menyebabkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami *meaninglessness*, yaitu kegagalan dalam menemukan makna hidup hingga menimbulkan perasaan hampa (*meaninglessness*) dengan gejala umumnya seperti merasa kosong, tidak ada artinya, bosan, apatis, dan tidak memiliki tujuan hidup (Bastaman, 1996).

Frankl (2003) mengartikan kebermaknaan hidup sebagai proses individu menghayati keberadaan dirinya, mencakup hal-hal yang dirasa penting dan memiliki arti khusus, sehingga bisa menjadi tujuan hidup individu tersebut. Kemudian Brandstätter et al., (2012) mengungkapkan jika makna hidup merupakan persepsi individual yang artinya individu memahami segala bentuk aktivitas, nilai, dan hal-hal penting di kehidupannya. Oleh karena itu, kebermaknaan hidup dianggap seperti konsep multidimensi.

Kebermaknaan hidup penting dimiliki oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, sebab tinggi dan rendahnya tingkat kebermaknaan hidup turut memengaruhi proses penyelesaian tugas akhir. Dampak negatif dari rendahnya kebermaknaan hidup adalah mahasiswa bisa kehilangan semangat menyelesaikan skripsi, kesulitan menyelesaikan permasalahan yang hadir selama penyusunan skripsi, dan tidak mampu merespons segala peristiwa yang terjadi secara bijaksana (Hidayat, 2018). Penelitian Kim et al. (dalam Lumowa, 2021) menyebutkan mahasiswa akan mengalami susah fokus pada tujuan yang telah ditentukan, karena seharusnya kebermaknaan hidup membantu individu menyelesaikan kesulitan yang dialami dan membuat tetap fokus mencapai tujuan

masa depan. Penelitian Nugroho (2016) menyatakan jika mahasiswa menjadi lemah dan mudah pesimis, sehingga rentan menimbulkan stres dan depresi. Kemudian Kurniawan dan Widyana (2013) menyebutkan bahwa mahasiswa akan merasakan kekecewaan dan kehampaan dalam hari-harinya, sehingga keadaan yang semakin memburuk dapat mengakibatkan gangguan psikologis serta berpengaruh buruk terhadap prestasi dan penyesuaian diri. Keadaan yang semakin parah dapat menyebabkan mahasiswa mengalami psikopatologi, menurunnya kesehatan fisik, bahkan muncul keinginan bunuh diri.

Hidayat (2018) mengungkapkan jika mahasiswa merupakan generasi penerus yang terdidik untuk dapat berpikir logis, visioner, dan menguasai perkembangan teknologi. Mahasiswa juga dianggap sebagai *agent of change* yang mana masyarakat menaruh harapan kepada mahasiswa untuk kemajuan bangsa. Maka penting bagi mahasiswa untuk memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi guna menumbuhkan semangat dalam mencapai impian, sehingga nantinya membawa perubahan positif yang berkelanjutan pada pola pikir dan pola hidup mahasiswa. Namun disayangkan seringkali dijumpai mahasiswa yang belum mampu mengoptimalkan diri karena rendahnya kebermaknaan hidup, seperti tampak dari berbagai hasil penelitian yang dibahas sebelumnya. Keadaan tersebut tentu berdampak pada kondisi fisik dan psikis mahasiswa selama proses penyusunan skripsi. Oleh sebab itu, perlu adanya solusi untuk mengatasi rendahnya kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Bastaman (dalam Wulandari, 2017) memaparkan faktor-faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup seseorang. Salah satu faktornya adalah *encounter* yang diartikan sebagai suatu hubungan mendalam antara individu

satu dengan individu lainnya, mencakup sikap keakraban, memahami, menghargai, menolong, penghayatan, dan menerima seutuhnya satu sama lain. Selain itu, Schultz (2010) menambahkan jika tingkat kebermaknaan hidup individu bisa dipengaruhi faktor bertindak positif, yaitu perilaku sehari-hari yang membawa manfaat untuk diri sendiri maupun orang lain. Selaras dengan faktor-faktor yang disebutkan, maka perilaku prososial menjadi salah satu bentuk *encounter* dan bertindak positif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kebermaknaan hidup. Ini sesuai dengan aspek-aspek perilaku prososial menurut Mussen et al. (dalam Nashori, 2008), yaitu menolong, berbagi rasa, kerja sama, menyumbang, dan memerhatikan kesejahteraan orang lain. Atas dasar tersebut penulis memilih perilaku prososial sebagai variabel bebas atau variabel yang memengaruhi kebermaknaan hidup, sebab saat berperilaku prososial seseorang tidak hanya mengalami peningkatan koneksi sosial tetapi juga merasakan makna hidup yang lebih besar (Rosli & Perveen, 2021).

Perilaku prososial merupakan suatu tindakan yang menguntungkan bagi individu lain dan tidak memberi keuntungan langsung bagi individu yang melakukan tindakan tersebut, bahkan sering timbul risiko akibat tindakan yang dilakukan (Baron & Byrne, 2005). Mussen et al. (dalam Izaati, 2016) juga menyebutkan jika perilaku prososial ditujukan untuk membantu individu lain, baik pertolongan fisik ataupun psikologis.

Sejumlah penemuan di bidang psikologi menunjukkan hasil serupa terkait hubungan perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup. Penelitian Delinda (2018) menghasilkan temuan bahwa terdapat hubungan positif antara perilaku prososial dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa Psikologi Universitas Islam Indonesia. Kemudian hasil penelitian Rachmawan (2019) menyatakan hubungan

signifikan antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup santri Anshofa Malang. Sementara, penelitian yang dilakukan Fransiskus (2020) dengan subjek mahasiswa selama pandemi Covid-19 menghasilkan nilai korelasi 0,373. Hal ini berarti semakin tinggi perilaku prososial mahasiswa, maka semakin tinggi pula kebermaknaan hidupnya. Begitu pula sebaliknya jika semakin rendah perilaku prososial mahasiswa, maka semakin rendah pula kebermaknaan hidupnya.

Melihat beberapa penelitian terdahulu, penulis menyuguhkan keterbaruan berupa subjek mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Banyaknya kendala dan kondisi yang menghambat mahasiswa selama proses penyusunan skripsi serta dampak yang terjadi jika tidak ditangani, menjadi ketertarikan penulis untuk meneliti mereka. Alasan lainnya karena belum banyak penelitian yang membahas variabel kebermaknaan hidup secara kuantitatif, terkhusus pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, penulis menggunakan uji regresi dibandingkan dengan uji korelasi agar hasil yang diperoleh lebih rinci, sehingga tidak hanya mencantumkan skor korelasi saja tetapi juga menunjukkan pengaruh antara kedua variabel.

Berdasarkan permasalahan yang sudah dipaparkan, maka penulis hendak melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Perilaku Prososial dengan Kebermaknaan Hidup pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara perilaku prososial dengan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

### **D. Manfaat Penelitian**

Adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara teoritis maupun praktis yang terurai sebagai berikut:

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran perilaku prososial dan kebermaknaan hidup pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, berkontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi, serta menjadi referensi bagi penelitian serupa.

#### **2. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa, termasuk yang sedang menyusun skripsi, bahwa penting memiliki kebermaknaan hidup yang tinggi sebagai bantuan dalam proses penyusunan skripsi. Sehingga mahasiswa dan berbagai pihak yang terlibat dapat menciptakan kondisi lingkungan yang mendukung terciptanya perilaku prososial.