

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sebagaimana tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi di Republik Indonesia, orang yang terdaftar dijenjang pendidikan tinggi disebut mahasiswa (Diakses dari PDDikti, 2024). Mahasiswa yang melanjutkan pendidikan di tingkat perguruan tinggi, khususnya di universitas, memiliki tujuan utama untuk meraih gelar sarjana sebagai pencapaian akademik mereka. Namun, untuk mencapai gelar tersebut, mereka diwajibkan menempuh berbagai tahapan perkuliahan yang meliputi proses pembelajaran, penyelesaian tugas-tugas akademik, serta pencapaian kompetensi yang ditentukan oleh program studi. Tahapan ini diakhiri dengan penyusunan sebuah karya ilmiah yang dikenal sebagai skripsi (Widiantoro, dkk 2019).

Skripsi merupakan bentuk tugas akhir yang bersifat akademik, di mana mahasiswa dituntut untuk melakukan penelitian atau kajian mendalam sesuai bidang studinya. Penyusunan skripsi dilakukan di bawah arahan dan bimbingan dua dosen pembimbing yang memiliki kompetensi di bidang terkait. Kedua dosen tersebut adalah tenaga pengajar dari universitas yang bersangkutan, sehingga mereka memiliki pemahaman mendalam terhadap kurikulum dan standar akademik institusi tersebut. Dengan bimbingan tersebut, mahasiswa diharapkan mampu menghasilkan karya ilmiah yang berkualitas, orisinal, dan relevan dalam menjawab permasalahan yang diangkat (Widiantoro, Nugroho & Arief, 2019).

Mahasiswa yang terlibat dalam proses penulisan skripsi disebut dengan mahasiswa akhir (Lola & Zulmi, 2023). Selain itu, pambudhi et al. (2021) juga menjelaskan bahwa mahasiswa tingkat akhir juga merupakan mahasiswa yang menjalani tahap final dari perkuliahan dengan menjalani penyelesaian penyusunan skripsinya sebagai syarat terakhir mendapatkan gelar sarjana sehingga skripsi sangat wajib dikerjakan mahasiswa untuk mencapai tujuan akhir dari perkuliahan yang telah dijalannya. Banyak masalah yang dapat muncul dalam proses ini, seperti kesulitan dalam menentukan judul, kurangnya referensi, keterbatasan dana, waktu istirahat yang tidak memadai, rasa malas, sulitnya bertemu pembimbing, serta tantangan dalam mengelola waktu (Etika & Hasibuan, 2016). Dengan adanya berbagai masalah yang muncul, mahasiswa cenderung mengembangkan emosi negatif dalam diri mereka (Cahyani & Akmal, 2017).

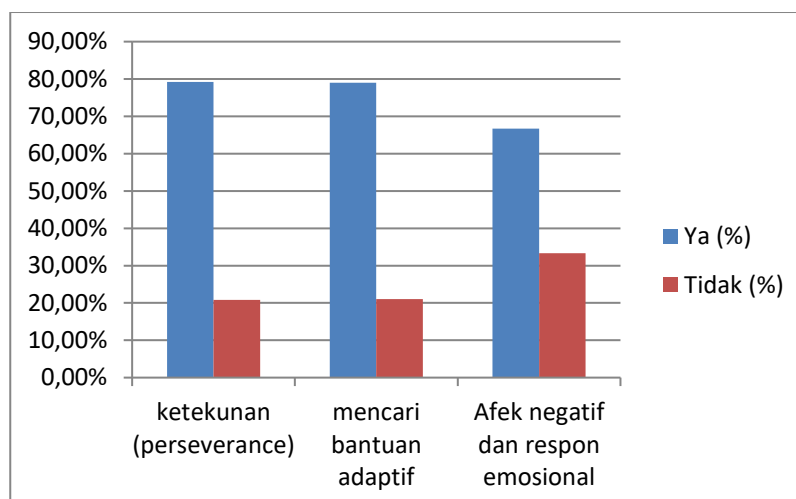
Namun, pada dasarnya, masalah yang muncul adalah bagian dari kondisi akademik yang pasti akan dihadapi oleh setiap mahasiswa (Latif & Amirullah, 2020). Oleh sebab itu, mahasiswa perlu merespon tekanan dan permasalahan tersebut dengan cara yang tepat agar dapat bertahan, sehingga mereka memerlukan resiliensi untuk terus melanjutkan (Oktasari & Wahyudin, 2021).

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 18 September 2024 - 22 September 2024 menggunakan GoogleForm untuk variabel resiliensi akademik pada 41 mahasiswa yang menyusun skripsi di

Universitas Malikussaleh angkatan 2020, 2021 dan 2022 di dapat hasil sebagai berikut :

Gambar 1.1

Diagram hasil survei awal resiliensi akademik



Berdasarkan diagram survei awal variabel resiliensi akademik di atas pada aspek ketekunan (*perseverance*) menunjukkan 78% mahasiswa menjawab “Ya” dan 22% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa memiliki ketekunan yang tinggi dalam menyelesaikan tugas akhir. Hal ini juga mencerminkan kemampuan mereka untuk tetap bertahan dan gigih meskipun menghadapi tantangan dalam proses penyusunan skripsi. Ketekunan merupakan komponen utama dalam resiliensi akademik yang memperkuat daya tahan terhadap tekanan akademik.

Selanjutnya pada aspek mencerminkan dan mencari bantuan adaptif (*reflecting and adaptive help-seeking*) menunjukkan 79% mahasiswa menjawab “Ya” dan 21% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan bahwa mereka mampu mengenali keterbatasan pribadi dan mengambil langkah

konstruktif dengan memanfaatkan dukungan sosial atau sumber daya lain. Strategi ini berkontribusi positif terhadap resiliensi akademik mereka.

Sementara itu, pada aspek afek negatif dan respon emosional (*negative affect and emotional response*) menunjukkan 66% mahasiswa menjawab “Ya” dan 34% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan meskipun mayoritas mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi masih mampu mengelola afek negatif dan respon emosional, persentasenya lebih rendah dibanding dua aspek sebelumnya. Hal ini juga menunjukkan bahwa aspek emosional masih menjadi tantangan bagi sebagian mahasiswa. Mereka mungkin mengalami kecemasan, frustrasi atau stres yang lebih intens ketika menghadapi tekanan akademik.

Secara keseluruhan, hasil survei awal pada variabel resiliensi akademik ini menunjukkan bahwa mahasiswa akhir yang menyusun skripsi memiliki resiliensi yang baik, terutama dalam aspek ketekunan dan kemampuan adaptasi. Namun, ada ruang untuk perbaikan dalam manajemen emosi dan pengurangan afek negatif.

Resiliensi merupakan kemampuan esensial yang harus dimiliki oleh setiap individu untuk menghadapi berbagai tantangan serta beradaptasi dengan situasi yang penuh tekanan. Kemampuan ini memungkinkan individu untuk tetap bertahan dalam kondisi sulit dan melanjutkan aktivitasnya demi mewujudkan tujuan yang telah ditetapkan (Pratiwi & Yuliandri, 2022). Senada dengan pandangan tersebut, Mahmood dan Ghaffar (2014) mengungkapkan

bahwa resiliensi dapat dipahami sebagai suatu proses adaptasi yang dilakukan individu dalam merespons berbagai peristiwa traumatis yang memicu stres.

Dalam ranah akademik, istilah resiliensi seringkali diartikan secara lebih spesifik sebagai resiliensi akademik (Latif & Amirullah, 2020). “Resiliensi akademik dapat didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mencapai prestasi pendidikan yang optimal meskipun dihadapkan pada berbagai faktor risiko yang secara statistik terkait dengan rendahnya kinerja akademik” (Morales, 2008). Konsep ini mencakup kapasitas untuk menghadapi tekanan, mengelola stres dengan efektif, serta bertahan dan mengatasi berbagai kesulitan yang muncul dalam lingkungan pendidikan (Wardhana & Kurniawan, 2018). Dalam konteks pendidikan tinggi, pengembangan resiliensi akademik pada mahasiswa menjadi aspek penting karena merupakan bagian integral dari pembentukan karakter yang kokoh dan tangguh namun pada kenyataannya tidak semua mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang tinggi (Bustam et al., 2021).

Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik tinggi tidak akan mudah menyerah ketika menghadapi berbagai kesulitan dalam aspek akademik. Mereka mampu berpikir positif dan mencari solusi yang baik untuk setiap tantangan dan permasalahan yang dihadapi (Harahap et al., 2020). Disisi lain, mahasiswa dengan resiliensi rendah lebih rentan terhadap stres, karena mereka cenderung berpikir negatif dan memiliki sikap pesimis (Linggi et al., 2021; Putri & Laksmiwati, 2022).

Dalam penyusunan resiliensi akademik, terdapat berbagai faktor yang memengaruhi perkembangannya, salah satu faktor penting yang berperan signifikan dalam membentuk resiliensi akademik adalah optimisme (Musafiri & Umroh, 2022). Gomez-Molinero et al (2018) mengatakan bahwa resiliensi akademik secara signifikan dapat diukur melalui sikap optimis yang dimiliki seseorang. Optimisme merupakan suatu cara pandang yang ditandai dengan kemampuan individu untuk berpikir positif, sehingga memungkinkan seseorang untuk melihat berbagai sisi baik dalam setiap situasi yang dihadapi serta memiliki keyakinan bahwa setiap tujuan yang diharapkan dapat dicapai (Schueller & Seligman, 2008). Dalam konteks yang senada, Gomes dan Izzati (2021) mengungkapkan bahwa optimisme mencakup kepercayaan bahwa semua tujuan yang diinginkan dapat terwujud. Individu yang memiliki sifat optimis cenderung memiliki harapan terhadap hasil yang positif, meskipun harus menghadapi tantangan atau kondisi yang sangat sulit, hal ini berkontribusi pada terbentuknya perasaan serta emosi yang lebih stabil dan positif (Carver et al., 2010).

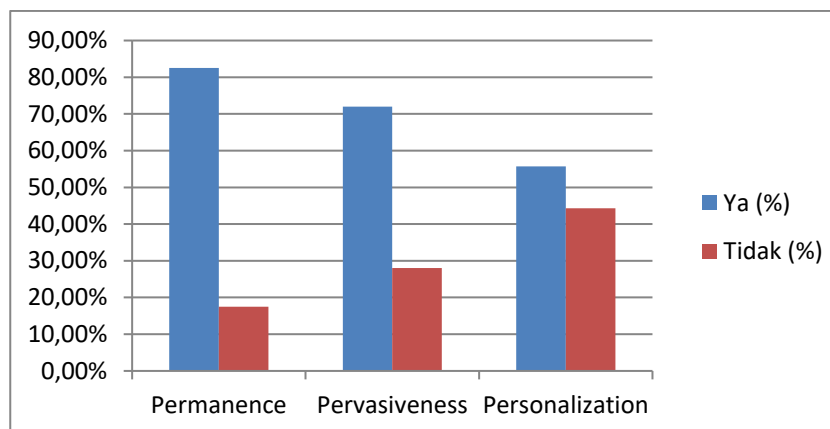
Lebih lanjut, optimisme juga berperan sebagai kekuatan pendorong internal yang dapat membantu seseorang untuk tetap termotivasi dan menghadapi tekanan dalam berbagai situasi, termasuk dalam proses penyusunan skripsi yang sering kali menjadi sumber stres bagi mahasiswa. Dalam hal ini, optimisme tidak hanya menjadi mekanisme adaptif, tetapi juga alat yang efektif untuk mengelola tekanan dan tantangan akademik, sebagaimana dinyatakan oleh Musafiri dan Umroh (2022). Dengan demikian,

optimisme memiliki peran yang signifikan dalam mendukung kesejahteraan emosional dan keberhasilan individu, terutama dalam konteks akademik dan kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 18 September 2024 - 22 September 2024 menggunakan GoogleForm untuk variabel optimisme pada 41 mahasiswa yang menyusun skripsi di Universitas Malikussaleh angkatan 2020, 2021, dan 2022 di dapat hasil sebagai berikut :

Gambar 1.2

Diagram hasil survei awal optimisme



Berdasarkan diagram hasil survei awal variabel optimisme diatas pada aspek *permanence* menunjukkan 82,50% mahasiswa menjawab “Ya” dan 17,50% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memandang peristiwa positif dalam kehidupan akademiknya sebagai sesuatu yang bersifat menetap atau berkelanjutan. Hal ini mencerminkan pola pikir optimis, dimana individu meyakini bahwa keberhasilan atau kemajuan yang dialami bukanlah hal yang kebetulan atau sementara, melainkan hasil dari kemampuan yang stabil.dalam konteks

mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, pandangan ini dapat memperkuat ketekunan dan motivasi karena mereka melihat pencapaian sebagai hasil yang bisa dipertahankan dalam jangka panjang.

Selanjutnya pada aspek *pervasiveness*, 72% mahasiswa menjawab “Ya” dan 28% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini berarti menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa menilai keberhasilan disatu bidang (misalnya dalam menyusun skripsi) dapat meluas kebidang kehidupan lainnya. Ini menandakan adanya generalisasi positif yang dapat meningkatkan keyakinan diri dan keberfungsian psikologis secara menyeluruh. Namun, persentase yang lebih rendah dibanding aspek *permanence* menunjukkan bahwa tidak semua individu secara otomatis mengaitkan keberhasilan dalam satu domain dengan keberhasilan dalam domain lainnya.

Dan terakhir pada aspek *personalization*, 55,70% mahasiswa menjawab “Ya”, dan 44,30% mahasiswa menjawab “Tidak”. Hal ini menunjukkan bahwa sekitar setengah dari mahasiswa memandang diri mereka sebagai penyebab utama dari peristiwa positif yang mereka alami. Artinya, sebagian mahasiswa memiliki *locus of control internal* dan percaya bahwa keberhasilan akademik yang mereka raih adalah hasil dari kemampuan atau usaha pribadi. Namun, tingginya proporsi jawaban “Tidak” juga mengindikasikan bahwa masih terdapat kelompok mahasiswa yang memandang keberhasilan tersebut lebih dipengaruhi oleh faktor eksternal seperti bantuan orang lain atau situasi yang mendukung.

Hasil survei awal pada penelitian ini menunjukkan hasil positif mengenai variabel optimisme dan resiliensi akademik. Namun, terdapat kesenjangan dalam penelitian terdahulu yang mencakup variasi populasi, metode pengukuran yang berbeda, serta kurangnya eksplorasi terhadap variabel lain. Oleh karena itu, penelitian ini perlu mengisi kesenjangan ini dan memberikan wawasan yang lebih komprehensif mengenai bagaimana optimisme dapat berkontribusi terhadap peningkatan resiliensi akademik di kalangan mahasiswa. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti tertarik untuk mengangkat tema ini dengan judul “Hubungan antara Optimisme dengan Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Menyusun Skripsi di Universitas Malikussaleh”.

1.2 Keaslian Penelitian

Dalam konteks penelitian ini, terdapat beberapa tema yang serupa dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Penelitian oleh Nasution R & Anastasya Y (2022) berjudul “Hubungan Optimisme dengan Orientasi Masa Depan pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Malikussaleh”. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara optimisme dengan orientasi masa depan pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Malikussaleh. Semakin tinggi optimisme individu maka orientasi masa depan juga akan tinggi dan sebaliknya jika optimisme individu rendah maka orientasi masa depan juga akan rendah. Keunikan penelitian ini terletak pada pemilihan variabel dependen yang berbeda dibandingkan penelitian sebelumnya. Penelitian terdahulu cenderung menggunakan orientasi masa depan sebagai variabel

dependen, sedangkan penelitian ini lebih spesifik dengan menjadikan resiliensi akademik sebagai variabel dependen. Fokus pada resiliensi akademik memberikan kontribusi baru dalam memahami bagaimana optimisme berperan dalam konteks pendidikan, sehingga memperluas cakupan studi terkait kedua variabel tersebut.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Marchya & Maria (2022) dengan judul “Resiliensi Akademik pada Mahasiswa: Bagaimana Kaitannya dengan Optimisme selama masa Pembelajaran Daring?”.

Penemuan dalam penelitian ini mengungkapkan adanya hubungan yang signifikan dengan arah positif antara optimisme dan resiliensi akademik. Hubungan tersebut ditunjukkan oleh nilai signifikansi sebesar 0,02 ($p < 0,05$) dan nilai korelasi $r = 0,136$, yang diperoleh melalui uji korelasi *Product Moment Spearman*. Temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat optimisme yang lebih tinggi cenderung memiliki tingkat resiliensi akademik yang lebih kuat, khususnya dalam menghadapi berbagai tantangan atau masalah yang muncul selama pembelajaran daring. Dengan kata lain, semakin besar keyakinan mahasiswa terhadap hasil positif di masa depan, semakin baik kemampuan mereka untuk bertahan dan beradaptasi terhadap tekanan akademik. Penelitian ini memiliki beberapa perbedaan mendasar dibandingkan penelitian sebelumnya, terutama dalam hal lokasi, subjek, dan konteks penelitian. Penelitian sebelumnya dilakukan di Universitas Kristen Satya Wacana dengan fokus pada mahasiswa Fakultas Psikologi selama pembelajaran daring. Tujuannya adalah untuk menganalisis hubungan antara

optimisme dan resiliensi akademik dalam konteks tersebut. Sebaliknya, penelitian ini mengambil lokasi di Universitas Malikussaleh dan berfokus pada mahasiswa tingkat akhir. Tujuan utamanya adalah untuk mengeksplorasi hubungan serupa, tetapi dengan memperhatikan karakteristik dan tantangan unik yang dihadapi oleh mahasiswa tingkat akhir di universitas tersebut. “Dengan pendekatan ini, penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam terkait faktor psikologis yang memengaruhi ketahanan akademik mahasiswa dalam konteks yang berbeda.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Passela & Yusra (2023) dengan judul “Kontribusi Optimisme terhadap Resiliensi Akademik pada Mahasiswa Tingkat Akhir”. Dalam penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa tingkat optimisme mahasiswa tingkat akhir di Universitas Negeri Padang menunjukkan kategori yang tinggi. Hal ini mencerminkan kecenderungan mahasiswa untuk berpikir positif serta memiliki keyakinan diri yang kuat bahwa setiap tujuan dan aspirasi yang mereka tetapkan dapat tercapai. Lebih lanjut, penelitian ini juga mengungkapkan bahwa optimisme memiliki kontribusi yang signifikan dan positif terhadap resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir di universitas tersebut. Adapun perbedaan utama penelitian ini dengan studi sebelumnya terletak pada lokasi, subjek dan penentuan sampel. Penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Negeri Padang, penentuan sampel pada penelitian sebelumnya menggunakan teknik sampel kluster. Sebaliknya, penelitian yang direncanakan ini menggunakan subjek mahasiswa tingkat akhir

dari Universitas Malikussaleh yang juga sedang menyelesaikan skripsi mereka dan penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *simple random sampling*. Dengan demikian, perbedaan konteks ini memberikan peluang untuk menggali lebih dalam mengenai hubungan optimisme dan resiliensi akademik pada latar universitas yang berbeda.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Danianta & Khootimah (2024) dengan judul “Resiliensi Akademik Mahasiswa Akhir: Peran Optimisme dan Dukungan Teman Sebaya”. Dalam penelitian ini, hasil analisis data mengungkapkan bahwa terdapat korelasi positif antara optimisme dan resiliensi akademik. Variabel optimisme berkontribusi secara efektif sebesar 21,8% terhadap resiliensi akademik. Selain itu, variabel dukungan dari teman sebaya juga menunjukkan hubungan positif dengan resiliensi akademik, dengan kontribusi efektif yang lebih besar, yakni sebesar 32,9%. Uji statistik F menunjukkan bahwa hubungan antara optimisme, dukungan teman sebaya, dan resiliensi akademik memiliki signifikansi yang bermakna, di mana kedua variabel tersebut secara bersama-sama memengaruhi resiliensi akademik dengan kontribusi total sebesar 54,9%. Adapun sisanya, yaitu 45,1%, dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Perbedaan utama antara penelitian ini dan penelitian sebelumnya terletak pada jumlah dan jenis variabel yang dianalisis. Penelitian sebelumnya melibatkan tiga variabel utama, yaitu resiliensi akademik sebagai variabel dependen serta optimisme dan dukungan teman sebaya sebagai variabel independen. Sebaliknya, penelitian ini hanya berfokus pada dua variabel, yaitu resiliensi

akademik sebagai variabel dependen dan optimisme sebagai variabel independen. Fokus yang lebih sempit ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara lebih mendalam hubungan antara optimisme dan resiliensi akademik tanpa melibatkan faktor dukungan teman sebaya.

Selanjutnya ada penelitian yang dilakukan oleh Takril & Herdi (2022) dengan judul “Hubungan Resiliensi Akademik dan Optimisme dengan Stres Akademik Peserta Didik Sekolah Menengah Atas Tahun Pertama di *Boarding School*”. Dalam kajian ini, temuan penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara resiliensi akademik dan optimisme dengan stres akademik pada peserta didik kelas satu di sekolah menengah atas di *Boarding School*. Hasil analisis menunjukkan koefisien korelasi (R) sebesar -0,162 dengan nilai signifikansi 0,027 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan adanya hubungan yang lemah namun signifikan antara kedua variabel tersebut dan stres akademik. Perbedaan mendasar antara penelitian ini dengan studi-studi sebelumnya terletak pada subjek penelitian, variabel yang diteliti, serta lokasi penelitian. Penelitian terdahulu melibatkan tiga variabel, yakni resiliensi akademik, optimisme, dan stres akademik, dengan subjek peserta didik kelas satu di *Boarding School*. Sebaliknya, penelitian yang sedang dilakukan ini hanya berfokus pada dua variabel utama, yaitu optimisme dan resiliensi akademik, dengan subjek yang lebih spesifik, yakni mahasiswa tingkat akhir di Universitas Malikussaleh. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru dalam memahami hubungan antara variabel-variabel tersebut,

serta memperkaya literatur yang ada terkait stres akademik pada konteks pendidikan tinggi.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, permasalahan utamanya dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara optimisme dan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di Universitas Malikussaleh?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi hubungan antara optimisme dengan resiliensi akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi di Universitas Malikussaleh.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat :

1.5.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini sangat signifikan dalam konteks pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan psikologi positif. Penelitian ini berkontribusi dalam memperluas pemahaman tentang optimisme dan resiliensi akademik, dua konsep yang penting dalam psikologi pendidikan dan psikologi positif.

Selanjutnya hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar untuk merancang intervensi atau program pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan optimisme mahasiswa, yang pada gilirannya dapat meningkatkan resiliensi mereka. Pada Intervensi Psikologi hasil penelitian

dapat membantu psikolog dan konselor dalam merancang intervensi yang fokus pada pengembangan optimisme dan resiliensi akademik.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir: Penelitian ini memberikan wawasan bagi mahasiswa tingkat akhir mengenai pentingnya optimisme dalam membangun resiliensi akademik. Dengan memahami hubungan kedua variabel tersebut, mahasiswa diharapkan mampu mengelola stres, mempertahankan motivasi, dan menerapkan strategi adaptif untuk menghadapi tantangan selama proses penyusunan skripsi.
- b. Bagi Tenaga Pendidik dan Pembimbing Akademik: Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh dosen pembimbing, konselor akademik, dan pihak fakultas dalam merancang program pendampingan atau pelatihan yang berfokus pada peningkatan optimisme dan kemampuan bertahan menghadapi tekanan akademik, sehingga membantu mahasiswa menyelesaikan tugas akhir secara efektif dan dengan psikologis yang sehat.
- c. Bagi Universitas Malikussaleh: Universitas Malikussaleh dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai dasar penyusunan kebijakan dan kegiatan pengembangan diri yang mendukung resiliensi mahasiswa, seperti program pelatihan manajemen stres, mentoring akademik, dan *workshop* pengembangan mindset positif.

- d. Bagi Peneliti selanjutnya: Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji hubungan optimisme dengan variabel psikologis lainnya.