

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mahasiswa adalah seorang pelajar yang sedang berada di dalam proses menimba ilmu dan terdaftar pada sebuah perguruan tinggi, baik perguruan tinggi negeri maupun perguruan tinggi swasta. Seorang mahasiswa dituntut untuk dapat mengikuti dan menyelesaikan tugas-tugas kuliah. Penyelesaian masa studi bagi mahasiswa diharapkan sesuai dengan waktu ideal yakni selama delapan semester atau empat tahun (Rozik dkk., 2020). Namun nyatanya masih banyak terdapat mahasiswa yang menyelesaikan studinya lebih dari waktu yang ideal.

Dilansir dari magdalene.co yang ditulis oleh Gracia (2021), bahwa mahasiswa yang menyaksikan teman seangkatannya lulus tepat waktu bukanlah perkara mudah. Bagi mereka yang diharuskan lebih lama berjuang, hal tersebut akan menyebabkan mereka merasa tertekan dan merasa gagal (Gracia, 2021). Gracia (2021) juga menjelaskan bahwa dengan situasi tersebut maka dukungan dari lingkungan dirasa berkurang karena dianggap kurang pintar. Banyak kemungkinan yang menjadi penyebab mahasiswa tidak lulus dengan waktu ideal. Salah satunya bukan karena kurang pintar melainkan hal lain seperti mengikuti kegiatan-kegiatan positif (pertukaran pelajar atau studi banding, mengikuti organisasi di dalam dan di luarkampus, dll.), meskipun tidak menutup kemungkinan hal tersebut berpengaruh dari kendala internal.

Dalam dunia perguruan tinggi khususnya strata 1 (S1), mahasiswa wajib menyelesaikan masa studinya dengan menyelesaikan tugas akhir berupa skripsi dan non-skripsi (Faridah, 2020). Penyelesaian dengan non-skripsi berupa tugas akhir (TA), ujian komprehensif, ataupun melalui keikutsertaan perkuliahan tertentu. Namun begitu sebagian besar aturan di Indonesia mewajibkan mahasiswa untuk menyelesaikan masa studinya dengan skripsi.

Berdasarkan penjelasan di atas skripsi merupakan salah satu bentuk laporan ilmiah yang disusun oleh seorang mahasiswa S1 untuk mendapatkan gelar sarjana

(Perdana, 2021). Melalui skripsi, mahasiswa dituntut untuk melakukan kegiatan penelitian untuk memecahkan persoalan penelitian. Penyusunan skripsi bisa dilakukan pada semester akhir, idealnya yaitu di semester 7-8 dalam penyusunan dan penyelesaiannya. Namun pada kenyataannya, tidak semua mahasiswa mampu memenuhi standar masa studi ideal dalam menyelesaikan studinya. Terdapat mahasiswa yang menyelesaikan studinya melebihi dari waktu empat tahun bahkan ada diantaranya telah menempuh semester 12 atau lebih.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diharapkan dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi (Wangid & Sugianto, 2013). Penyusunan skripsi dilakukan secara individual, di mana proses belajar secara individual menuntut mahasiswa agar dapat mandiri dalam mencari pemecahan dari masalah yang dihadapi. Dalam penyusunan skripsi sering kali mahasiswa mendapati kesulitan, kesulitan ini diasumsikan sebagai beban dan tanggung jawab bagi mahasiswa.

Kesulitan yang kerap dihadapi oleh mahasiswa yaitu sulit mencari judul skripsi, sulit mencari literatur dan bahan bacaan, serta adanya kecemasan dalam menghadapi dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut bisa berkembang menjadi sikap yang negatif, dan dapat menimbulkan suatu kecemasan serta hilangnya motivasi. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa menunda menulis skripsinya, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya (Hariwijaya dalam Etika dkk., 2016). Sejalan dengan survei yang dilakukan *American College Health Association (ACHA)* pada tahun 2013 yang memperoleh data bahwa 37% merasa sangat terbebani dengan tanggung jawab akademik yang harus mereka hadapi. Terdapat 25,8% dari keseluruhan subjek merasa cemas dengan tuntutan akademik, dan 15,8% merasa depresi terhadap tekanan akademik.

Dilihat dari fenomena yang dilansir melalui Kompas.com (2020) di mana terdapat kasus bunuh diri mahasiswa karena skripsinya kerap ditolak dosen. Fenomena mahasiswa bunuh diri tersebut diduga karena depresi akibat masa studinya yang sudah menempuh tujuh tahun tak kunjung selesai, dan skripsinya kerap kali ditolak oleh dosen (Dewi, 2020). Dari kasus tersebut Ina liem selaku

konsultan pendidikan mengemukakan bahwa salah satu faktor mahasiswa yang bunuh diri karena skripsi dikarenakan tingkat ketahanan terhadap stres yang tergolong rendah.

Dengan adanya kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa di atas disimpulkan bahwa skripsi merupakan beban bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Beban tersebut akan bertambah ketika mahasiswa sedang beradapada situasi di mana mereka menyusun skripsi di luar masa studi ideal. Beban tersebut bertambah karena mahasiswa tidak hanya memikirkan tentang penulisan skripsinya saja, melainkan ada hal-hal lain yang menjadi tekanan dari lingkungan sekitar.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fadillah (2013) diketahui bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi cenderung mengalami hambatan seperti sulit membagi waktu antara skripsi dan pekerjaan, serta sulit memperoleh referensi. Kemudian terdapat hambatan dari lingkungan sekitar seperti sulit menemui dosen pembimbing, dan kurangnya sarana prasarana seperti internet dan media pengerjaan (*personal computer*). Hambatan-hambatan tersebut juga terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal. Maka dari itu hambatan-hambatan tersebut dapat menimbulkan stres dan menurunkan motivasi pada diri mahasiswa.

Faktor penghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi di luar masa studi ideal bisa datang dari dalam diri dan juga lingkungan sekitar. Sejalan dengan Asmawan (2016), faktor yang menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi ada dua faktor, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang bersumber dari diri sendiri (mahasiswa), meliputi motivasi dan kemampuan mahasiswa dalam menulis skripsi. Kemudian faktor eksternal merupakan faktor yang bersumber dari luar, meliputi lingkungan, sistem pengelolaan skripsi oleh Fakultas, Dosen Pembimbing.

Hambatan atau tekanan yang dialami mahasiswa akan mempengaruhi proses penyusunan skripsi, maka mahasiswa perlu memiliki sebuah kemampuan untuk mengatasi hambatan tersebut. Kemampuan dalam mengatasi hambatan yang

menekan dalam aktivitas belajar, dan bangkit dari pengalaman emosional yang negatif disebut dengan resiliensi akademik (Hendriani, 2018). Resiliensi akademik merupakan sebuah proses di mana individu memiliki suatu kemampuan untuk bisa beradaptasi dalam menghadapi tekanan akademiknya (Cassidy, 2015). Andersen (2020) menyatakan bahwa resiliensi akademik harus dimiliki oleh seorang mahasiswa, sehingga mampu beradaptasi dengan berbagai kesulitan saat mengerjakan skripsi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sholichah dkk., (2018) bahwa mahasiswa perlu memiliki bekal untuk menangani kesulitan-kesulitan dalam bidang akademik, salah satunya yaitu dengan resiliensi akademik yang baik.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Triyana dkk., (2015) bahwa mahasiswa yang memiliki resiliensi tinggi adalah mahasiswa yang berhasil keluar dari permasalahan yang dihadapi dan sukses dalam menjalani masa studinya. Kemudian mahasiswa dapat menganggap masalah tersebut adalah bagian dari tantangan dan bukan hal yang harus dijadikan alasan untuk terpuruk. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hendriani (2017), resiliensi akademik akan dimiliki mahasiswa apabila telah mampu melakukan penyesuaian personal dalam diri. Menurutnya penyesuaian diri dapat dilakukan dengan mengutamakan respon perilaku positif dalam berbagai pengalaman negatif yang menekan dan menghambat selama proses studi. Penyesuaian diri yang dimaksud seperti masalah pembagian waktu, masalah dengan pembimbing dan penguji, serta masalah dalam pelaksanaan penelitian. Seorang mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi, cenderung dapat mengatasi berbagai tantangan yang sulit, menekan, dan menghambat selama proses perkuliahan. Dengan demikian mahasiswa dengan resiliensi akademik yang tinggi akan mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik.

Mahasiswa yang memiliki resiliensi akademik yang rendah tentunya akan mengalami kesulitan dalam menjalani tuntutan dan hambatan akademik. Hal ini sesuai dengan Cheng dan Catling (dalam Pradana, 2021) yang menyatakan bahwa mahasiswa dengan resiliensi akademik rendah cenderung memiliki penyakit mental

dan mudah stres karena tidak mampu mengatasi tekanan dan perubahan akademis. Mahasiswa dengan resiliensi akademik rendah dapat menimbulkan permasalahan psikososial yang semakin parah seperti depresi dan menarik diri (Sari dkk., 2017). Kemudian didukung oleh Nisa dan Muis (2016) bahwa individu yang memiliki tingkat resiliensi rendah akan menunjukkan sikap tertutup dengan orang lain dan lebih memilih untuk menghindari masalah yang sedang mereka hadapi.

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dilihat bahwa penting bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi terutama pada mahasiswa yang berada di luar masa studi ideal untuk memiliki resiliensi akademik. Resiliensi akademik penting agar mahasiswa mampu menghadapi berbagai pengalaman negatif atau tantangan yang sulit, menekan, dan menghambat selama proses perkuliahan. Hal tersebut dapat membuat mahasiswa mampu beradaptasi dan melaksanakan setiap tuntutan akademik dengan baik.

Dalam proses menghadapi hambatan yang di mana menuntut mahasiswa lebih resilien dalam kemampuan akademiknya, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan dalam meregulasi dirinya. Regulasi diri memiliki peran yang penting bagi kehidupan mahasiswa, di mana regulasi diri memiliki sifat reaktif dan proaktif dalam mencapai sebuah tujuan. Maka dari itu mahasiswa bisa fokus dalam mencapai tujuan perkuliahannya. Keberadaan dari regulasi diri seseorang tidak lepas dari adanya pengaruh faktor internal dan eksternal yang ada di dalam diri individu. Di mana kedua faktor tersebut saling berinteraksi, dan tidak lepas dari kegiatan yang mereka lakukan setiap harinya (Alfiana, 2013).

Regulasi diri merupakan proses individu untuk mengatur dan memperbaiki diri serta mempunyai tujuan yang ingin dicapai atau target (Manab, 2016). Manab (2016) juga menyebutkan ketika selesai pada pencapaian maka ada proses mengevaluasi pada pencapaian tersebut. Proses pencapaian yang dilakukan secara maksimal akan membuat individu merasakan kepuasan dalam dirinya. Sejalan dengan pembahasan tersebut Fathoni (2021) menjelaskan bahwa regulasi diri merupakan penggunaan suatu proses yang mengaktivasi pemikiran, perilaku dan perasaan yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan. Maka regulasi

dapat dikatakan sebagai proses seseorang untuk mengatur, mengontrol, dan memperbaiki perilakunya sendiri guna mencapai tujuan yang ingin dicapai.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fathoni (2021), terdapat hubungan yang positif antara regulasi diri dan resiliensi, sehingga regulasi diri memiliki peran dalam meningkatkan resiliensi akademik. Mahasiswa perlu meregulasi diri dalam perkuliahan, membangun rasa terlibat dengan proses studi, serta perlu memiliki resiliensi (Pattynama dkk., 2019). Dalam Pattynama dkk., (2019) juga menjelaskan bahwa resiliensi berguna untuk mahasiswa agar memiliki intensi rendah dalam mengundurkan diri dari perkuliahan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Poerwanto dan Wiwik (2017) menunjukkan bahwa regulasi diri menjadi salah satu prediktor resiliensi akademik, dan keduanya memiliki korelasi yang sangat signifikan. Dengan demikian dalam meningkatkan resiliensi akademik, mahasiswa diharapkan dapat meregulasi dirinya dengan baik dalam menghadapi hambatan yang ada.

Terdapat juga penelitian dengan hasil yang berbeda dari beberapa penelitian yang dipaparkan di atas. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Makila, Marecia, dan Wasanga (2017) mengenai pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi, di manatidak memiliki pengaruh yang signifikan. Menurutnya, regulasi diri adalah hal penting untuk kemampuan individu dalam menghadapi situasi sulit atau tertekan. Kemampuan individu dalam meregulasi juga dipengaruhi oleh pengalaman individu dalam menghadapi tekanannya. Hal tersebut yang dapat menyebabkan penelitian yang dilakukan oleh, Makila, Marecia, dan Wasanga (2017) memiliki hasil yang berbanding terbalik dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Berdasarkan pemaparan di atas, penelitian mengenai hubungan antara regulasi diri dan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi penting untuk diteliti. Regulasi diri pada penelitian ini berfokus pada lima dimensi yang terkait dengan resiliensi akademik yaitu *Control of learning beliefs*, *Self-Efficacy for Learning and Performance*, *Metacognitive self-regulation*, *Time & study environment*, dan *Effort regulation*. Dengan demikian penelitian ini akan

lebih dapat menggambarkan pengaruh regulasi diri secara komprehensif terhadap resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal.

Walaupun penelitian mengenai regulasi diri dengan resiliensi akademik sudah pernah diteliti oleh Nafila (2010) dalam konteks siswa sekolah menengah atas. Selain itu, Perdana dan Wijaya (2021) juga meneliti terkait dengan hubungan regulasi diri dengan resiliensi akademik pada mahasiswa. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk lebih mendalami hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi akademik dalam konteks yang berbeda yaitu pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal. yang terlambat menyelesaikan studi dan hanya tinggal menyelesaikan tugas akhirnya memiliki kondisi spesifik yang sering kali mengalami masalah atau tantangan. Hasil observasi dan data yang dikumpulkan oleh Salmu dan Solichin (2017) menunjukkan bahwa terdapat persebaran yang tidak seimbang antara jumlah mahasiswa yang masuk dan keluar dalam menyelesaikan masa studinya. Dari hasil pengamatannya jumlah mahasiswa masuk lebih besar, namun jumlah mahasiswa yang lulus tepat waktu dalam menyelesaikan masa studinya jauh lebih sedikit (Salmu & Solichin, 2017). Dengan hal ini, stigma yang muncul bagi mahasiswa telat lulus beragam dan memunculkan fenomena. Dilansir dari Wolipop.Detik.Com, seorang mahasiswa berjuang untuk lulus kuliah setelah 18 kali gagal dalam sidang skripsi dan berniat untuk bunuh diri. Mahasiswa tersebut mengungkapkan alasannya ingin bunuh diri dikarenakan tekanan akibat teman-temannya sudah lulus tepat waktu dan sudah memulai karier (Mayasari, 2019).

Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu juga dapat memunculkan stigma. Stigma yang ada terkait dengan mahasiswa yang belum dapat menyelesaikan skripsi terkesan seperti beban. Beban itu sendiri bisa dirasakan oleh mahasiswa tersebut, orang tua, dan juga prodi. Beban tersebut terkesan bahwa mahasiswa yang belum dapat menyelesaikan skripsi belum bisa melanjutkan karier maupun kehidupan selanjutnya. Hal tersebut yang membuat kebanyakan orang tua merasa terbebani dengan anaknya yang belum kunjung menyelesaikan skripsinya.

Mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi tepat waktu menjadi tuntutan untuk prodi. Prodi memiliki kewajiban untuk dapat mendukung mahasiswa dalam menyelesaikan perkuliahannya dan meraih cita-citanya.

Tuntutan dalam hal ini juga dirasakan oleh Universitas di mana terdapat Badan Akreditasi Nasional Perguruan Tinggi. Badan tersebut mengembangkan sistem akreditasi dalam perguruan tinggi yaitu semakin cepat selesai semakin tinggi akreditasinya. Secara teori kampus memiliki cita-cita untuk menyelesaikan mahasiswa itu tamat tepat waktu, misalnya menyelesaikan studi 3,5 sampai 4 tahun. Namun pada kenyataannya masih banyak terdapat mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan masa studinya sesuai standar studi yang ideal. Hal ini juga menjadi tuntutan prodi agar dapat membantu mahasiswa bisa menyelesaikan masa studinya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka hal yang membedakan penelitian terdahulu dengan penelitian ini adalah penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu regulasi diri dan resiliensi akademik. Hal ini karena penelitian terdahulu yang menggunakan kedua variabel yang sama masih jarang. Kemudian peneliti mengambil subjek mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal, karena penelitian terdahulu dengan kedua variabel yang sama masih belum ada yang meneliti dengan subjek tersebut. Pada penelitian ini peneliti melakukan uji pengaruh, yang di mana masih jarang dilakukan pada dua variabel ini. Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan sebelumnya, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Regulasi Diri Terhadap Resiliensi Akademik Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Luar Masa Studi Ideal”**. Penelitian ini akan berusaha mencari tahu bagaimana hubungan antara regulasi diri dengan resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, maka masalah yang muncul dalam penelitian ini yaitu:

- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terkait *Control of learning beliefs*

terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal?

- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terkait *Self-Efficacy for Learning and Performance* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal?
- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terkait *Metacognitive self-regulation* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal?
- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terkait *Time & study environment* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diluar masa studi ideal?
- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terkait *Effort regulation* terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas yang telah dijabarkan, maka fokus penelitian ini akan dibatasi pada pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah disampaikan, penelitian ini akan berfokus pada:

- Apakah terdapat pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu:

- Untuk mengetahui pengaruh regulasi diri terhadap resiliensi akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di luar masa studi ideal.

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat yang banyak untuk peneliti dan orang lain.

1.6.1 Manfaat Teoritis

- Sebagai penambah wawasan serta ilmu pengetahuan baru yang berkaitan dengan fenomena yang terjadi di lingkungan masyarakat.
- Menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya yang memiliki fenomena yang sama ataupun terkait.
- Menjadi salah satu sumbangan yang bermanfaat bagi perkembangan penelitian psikologi di Indonesia terutama dalam keilmuan Psikologi Pendidikan.
- Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan acuan atau sumber referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

- Bagi Institut Perguruan Tinggi

Perguruan tinggi dalam hal ini secara praktis dapat memanfaatkan temuan dari hasil penelitian yang dapat dijadikan masukan dalam melihat dan meneliti ulang kehidupan mahasiswa dalam memahami permasalahan resiliensi akademik serta regulasi diri yang dimiliki mahasiswa.

- Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru bagi mahasiswa dalam menumbuhkan resiliensi akademik dan juga regulasi di dalam diri.