

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Belajar merupakan suatu proses yang dilakukan untuk memperoleh perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, yang berasal dari hasil pengalamannya sendiri melalui interaksinya dengan lingkungan (Slameto, 2010). Proses belajar yang dapat dijalankan oleh seluruh individu melalui pendidikan formal yang tersedia di Indonesia. Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, jenjang pendidikan formal di Indonesia terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Setiap individu belajar di tingkatnya masing-masing bertujuan untuk mendapatkan suatu perubahan tingkah laku dari hasil pengalamannya dengan lingkungan yang termasuk dalam ranah kognitif, afektif, dan psikomotor (Djamarah, 2008). Ketiga ranah tersebut dapat dikembangkan ke dalam mata pelajaran dan hasilnya terlihat melalui prestasi belajar.

Prestasi belajar merupakan hasil usaha belajar siswa pada bidang akademik di sekolah dalam jangka waktu tertentu (biasanya satu semester) yang kemudian dicatat dalam bukti laporan berbentuk buku rapor (Thalib, 2013). Rapor berisi informasi tentang pencapaian kompetensi yang telah ditetapkan dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan. Nilai yang tercantum pada rapor adalah nilai mata pelajaran yang menggambarkan kemampuan peserta didik. Nilai tersebut diperoleh dengan cara menggabungkan nilai proses (nilai harian, tugas, pengamatan) dan nilai akhir (nilai ujian tengah semester dan ujian akhir semester). Selanjutnya, pada mahasiswa prestasi belajar mahasiswa dilihat dari tinggi-rendahnya Indeks Prestasi yang diperoleh setiap semester. Indeks Prestasi (IP) merupakan gambaran kemampuan mahasiswa yang diperoleh dari hasil penilaian proses belajar dalam mencapai tujuan pembelajaran (Djalal, 1986).

Prestasi belajar merupakan salah satu aspek penting pada kalangan mahasiswa (Siraj, Salam, & Roslan, 2014). Pada era globalisasi saat ini, banyak perusahaan

industri maupun organisasi yang merekrut calon pegawai dengan memberikan syarat minimal nilai IPK. Menurut Adjani dan Helmy (2013), prestasi belajar yang dimiliki oleh mahasiswa menjadi perhatian perusahaan dalam memilih tenaga kerjanya. Jika nilai IP mahasiswa tergolong baik, maka dapat disimpulkan bahwa mahasiswa telah menguasai materi yang diajarkan. Jadi, dapat dikatakan bahwa IP mahasiswa yang dinyatakan dengan nilai akhir pada setiap semester merupakan umpan balik dari berbagai hal seperti kemampuan, kekurangan dan potensi yang dimilikinya (Siagian, 2003).

Tinggi-rendahnya IP yang dijadikan acuan sebagai keberhasilan belajar mahasiswa di perguruan tinggi ditentukan oleh dua faktor, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi variasi dan derajat kesulitan materi yang dipelajari, budaya belajar masyarakat (Anni, 2004), karakteristik sosial ekonomi responden, latar belakang orang tua dan masalah yang berhubungan dengan keluarga, kecukupan dan fungsionalitas fasilitas sekolah, efektivitas guru (Olufemioladebinu, Adediran & Oyediran, 2018). Faktor internal meliputi pengalaman belajar, motivasi belajar (Adjani & Helmy, 2013), kesiapan diri, inteligensi (Izzaty, Ayriza, & Setiawati, 2017), konsep diri akademik, dan stres akademik (Omran & Saleh, 2019).

Penelitian oleh Omran dan Saleh (2019) kepada 117 mahasiswa dengan variabel prestasi belajar dan memiliki fokus pada lima variabel independen penting yaitu keterampilan dan komunikasi bahasa Inggris, stres akademik, gaya mengajar, metode penilaian dan konsep diri akademik. Mengungkapkan bahwa kelima variabel independen memiliki hubungan positif yang dapat diprediksi dengan prestasi belajar mahasiswa. Mahasiswa sebagai responden juga diminta untuk mengurutkan faktor mana yang paling memberikan dampak terhadap prestasi belajarnya dan stres akademik menempati posisi kedua setelah keterampilan dan komunikasi berbahasa Inggris.

Stres merupakan hal yang normal dan tidak terhindarkan dari kehidupan. Stres menyediakan sarana untuk mengekspresikan bakat dan energi serta mengejar kebahagiaan, menyebabkan kelelahan dan penyakit fisik maupun psikologis, serangan jantung dan kecelakaan (Yikealo, Yemane, & Karvinen, 2018). Stres dipandang sebagai proses emosi, kognitif, perilaku, dan fisiologis negatif yang terjadi ketika

seseorang mencoba untuk menyesuaikan diri atau berurusan dengan stresor (Bernstein, Penner, Stewart, & Roy, 2008). Akan tetapi, stres dapat dirasakan dalam cara yang berbeda dan dapat berarti hal yang berbeda bagi setiap mahasiswa. Stres dapat dianggap sebagai peristiwa atau situasi yang menyebabkan mahasiswa merasakan ketegangan, tekanan, atau emosi negatif termasuk kecemasan dan kemarahan.

Mahasiswa juga mendefinisikan stres sebagai respon terhadap situasi yang meliputi perubahan fisiologis (peningkatan denyut jantung, dan ketegangan otot), perubahan emosi dan perilaku (Bernstein, dkk, 2008). Stres selalu dianggap sebagai proses psikologis yang melibatkan interpretasi dan respons pribadi individu terhadap setiap peristiwa yang mengancam (Hamaideh, 2011). Stres dapat memiliki efek positif dan negatif pada mahasiswa yang tergantung pada kekuatan dan ketekunan, kepribadian mahasiswa, penilaian kognitif terhadap stres, dan dukungan sosial. Stres telah menjadi salah satu persoalan serius yang dihadapi oleh mahasiswa. Stres menjadi masalah kedua dari sepuluh yang paling biasa dirasakan oleh mahasiswa terkait kesehatan mental (*Grand Challenges in Student Mental Health*, 2004).

Berkaitan dengan stres, mahasiswa sangat rentan mengalami stres akademik (Hicks & Heastie, 2008). Stres akademik adalah suatu keadaan saat mahasiswa mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian terhadap stresor akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi (Govaerst & Gregoire, 2004). Penelitian pada 374 mahasiswa dengan usia 18 sampai 24 tahun oleh Beiter, Nash, McCrady, Rhoades, dkk (2015) menunjukkan tiga keprihatinan utama pada mahasiswa adalah prestasi belajar, tekanan untuk sukses, dan rencana pasca lulus. Dengan kondisi stres oleh tuntutan akademik yang harus terus-menerus dihadapi, mahasiswa cenderung mengalami kesulitan dalam menjalani proses belajar. Hal tersebut akan memberikan dampak terhadap hasil evaluasi belajar mahasiswa yaitu prestasi belajar.

Stres akademik telah dibuktikan memiliki hubungan terhadap prestasi belajar mahasiswa. Penelitian oleh Farnill & Robertson (1990) yang saat itu melakukan asesmen pada 261 mahasiswa Australia menggunakan *Brief Symptom Inventory* (1975) untuk mengukur gejala psikologis pada mahasiswa. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa mahasiswa tingkat tengah memiliki tingkat stres rendah dan mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat stres tinggi. Hasil penelitian juga menemukan bahwa 42% mahasiswa sering mengalami gangguan tidur yang selaras dengan kehidupan penuh stres tertinggi sepanjang tahun kuliah. Penelitian lain menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat tengah ditemukan mengalami tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa tingkat awal. Hal ini mungkin karena meningkatnya tingkat kesulitan pembelajaran (Pattengale & Schriener, 2000; Elias dkk, 2011), sehingga akan mempertimbangkan untuk mengubah program studi akademiknya (Ong, Bessie, & Cheong, 2009). Kemudian, mahasiswa tingkat terakhir juga berada dalam tingkat stres sedang tetapi di antara seluruh tingkat mahasiswa sarjana, mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat stres tertinggi. Hal ini mungkin terjadi karena pendidikan pada tingkat yang lebih tinggi menyebabkan lebih tinggi tingkat stres akademik yang dimiliki (Fan & Wang, 2001; Elias dkk. 2011).

Penulis telah melakukan wawancara kepada mahasiswa psikologi tingkat akhir di Universitas 'X' tentang pandangannya mengenai kuliah di program studi psikologi selama lebih dari tiga tahun. Di program studi psikologi, mahasiswa belajar memahami perilaku dan proses mental manusia. Selama menjalani perkuliahan, kesulitan utama terletak pada kajian yang dipelajari. Kajian tersebut merupakan hal yang tidak konkret dan sangat kompleks. Selain itu, psikologi adalah ilmu non-eksakta ilmu yang dilatarbelakangi oleh beberapa paradigma, sehingga ada banyak perbedaan pendapat dalam memahami kajian yang ada. Dengan demikian, banyak sekali kemungkinan-kemungkinan yang terjadi dalam proses berpikir mahasiswa.

Hardy dan Calhoun (1997) menunjukkan bahwa mahasiswa psikologi lebih khawatir tentang kesehatan mental mereka dan lebih cenderung berkonsultasi dengan terapis daripada mahasiswa program studi lain. Penelitian oleh Werz dan Buechner (2017) melihat bagaimana gambaran pengalaman hidup terkait program studi (*Major-related Life Experiences* atau MRLE) oleh mahasiswa psikologi dan mahasiswa hukum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dengan lingkungan sosial terdekatnya, mahasiswa psikologi lebih mengalami MRLE dibandingkan mahasiswa hukum. Hal tersebut mendukung asumsi umum bahwa psikolog sendiri memiliki masa lalu yang

bermasalah. Penelitian lain yang dilakukan oleh Grisela (2019) yang mengukur tingkat persepsi stres pada mahasiswa psikologi Universitas 'X'. Hasilnya menunjukkan bahwa dari 40 mahasiswa sebesar 24% mahasiswa memiliki persepsi stres ringan, 42% memiliki persepsi stres sedang, dan 34% memiliki persepsi stres berat. Artinya, terbukti lebih banyak mahasiswa psikologi yang memiliki persepsi stres tingkat sedang bahkan tinggi.

Penelitian mengenai prestasi belajar dan stres akademik pada siswa menengah atas tingkat akhir oleh Kumari (2012) menunjukkan bahwa siswa dengan tingkat stres tinggi dan sedang menunjukkan prestasi belajar yang lebih baik dibandingkan siswa dengan tingkat stres rendah. Selanjutnya, penelitian yang telah dilakukan oleh Siraj (2014) kepada mahasiswa kedokteran (N = 179) memiliki hasil sebesar 84% mahasiswa memiliki stres yang parah terkait dengan stresor akademik memiliki CGPA lebih tinggi. Penelitian lain oleh Tamara (2018) mengemukakan terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan prestasi belajar dengan catatan stres dapat memberikan dampak negatif dan positif, karena dari 27 siswa yang stres, terdapat 22 siswa memiliki nilai rata-rata lebih dari 75. Penelitian lain yang telah dilakukan oleh Rahmi (2013) mengemukakan terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres mahasiswa dengan prestasi belajar yaitu sebanyak 7,1% mahasiswa dengan tingkat stres berat memiliki prestasi belajar baik.

Dari keempat penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa yang memiliki tingkat stres akademik sedang dan tinggi, tetap memiliki prestasi belajar yang tergolong baik. Oleh karena itu, peneliti menyimpulkan bahwa terdapat faktor lain yang dimiliki oleh mahasiswa yang dapat berkontribusi terhadap pengaruh antara stres akademik yang dimiliki terhadap prestasi belajar yang dicapai.

*Grit* adalah sebuah konsep yang dikembangkan oleh Angela Lee Duckworth (2007) diartikan sebagai salah satu *non-cognitive trait* yang terdiri dari kekuatan untuk melakukan hal yang menarik (*power of passion*) dan ketekunan (*perseverance*) untuk mencapai tujuan jangka panjang. Di dalam *grit* terdapat dua hal penting yaitu konsistensi minat (*passion*) dan ketekunan usaha (*perseverance*). Konsistensi minat merupakan sebuah sikap konsisten pada seseorang untuk menuju suatu arah dan

ketekunan usaha adalah seberapa keras seseorang berusaha untuk mencapai tujuan. *Grit* menyumbang rata-rata 4% dari varians dalam hasil keberhasilan, termasuk pencapaian pendidikan di antara 2 sampel orang dewasa ( $N = 1.545$  dan  $N = 690$ ) (Duckworth, Peterson, Matthews, & Kelly, 2007).

Selama dekade terakhir, *grit* telah menerima perhatian yang meningkat tidak hanya dalam penelitian empiris (Crede, Tynan, & Harms, 2017), tetapi juga di masyarakat umum dan bidang pendidikan. Ada kemungkinan bahwa *grit* dapat responsif terhadap intervensi berbasis sekolah, sehingga meningkatkan keberhasilan siswa. Dengan demikian, rekomendasi intervensi berbasis sekolah untuk mempromosikan *grit* siswa mulai muncul (Kirchgasser, 2018). Namun demikian, penelitian pada populasi pemuda diperlukan untuk memajukan pemahaman tentang *grit*, hubungannya dengan hasil-hasil penting, dan responsnya terhadap intervensi. Mayoritas penelitian *grit* yang ada telah dilakukan dalam sampel usia perguruan tinggi dengan menggunakan langkah-langkah yang diperiksa secara psikometrik dalam meta-analisis baru-baru ini, yang pada akhirnya merekomendasikan rekonseptualisasi *grit* (Crede dkk, 2017)

Dalam konteks pendidikan, *grit* digambarkan sebagai hal yang pada akhirnya memengaruhi pencapaian tingkat keberhasilan mahasiswa, kemampuan untuk mengingat, dan kemungkinan untuk lulus (Duckworth dkk, 2007; Strayhorn, 2014; Wolters & Hussain, 2015). *Grit* telah berulang kali dikaitkan dengan prestasi akademik di kalangan anak-anak, remaja, dan mahasiswa. Sebuah meta-analisis mengungkapkan bahwa prestasi akademik (nilai ujian akhir nasional, IPK, dan suatu nilai individu) berkorelasi positif dengan *grit* (Crede dkk, 2017). Banyak penelitian empiris menghasilkan bukti tentang hubungan positif antara *grit* dan prestasi akademik dalam sampel usia perguruan tinggi (Duckworth dkk, 2007; Strayhorn, 2014; Wolters & Hussain, 2015). *Grit* dapat menjadi faktor penting dalam memprediksi keberhasilan akademik remaja. Clark dan Malecki (2019) telah merevisi definisi *grit* umum menjadi *academic grit* sebagai karakteristik individu atau keterampilan yang mencakup *determination* (tekad), *resilience* (ketahanan), dan *focus* (fokus) dalam mengejar tujuan jangka panjang yang menantang di bidang pendidikan.

Prestasi adalah produk dari bakat dan upaya, yang terakhir merupakan fungsi dari intensitas, arah, dan durasi penerahan tenaga mahasiswa untuk mencapai suatu tujuan. Reraki, Celik, & Saricam (2015) menunjukkan *grit* telah secara positif meramalkan prestasi belajar. *Grit* dinyatakan sebagai kemungkinan mediator sosioemosional dari hubungan antara stres dan prestasi belajar (Duckworth dkk, 2007). Lee (2017) menguji hubungan antara *grit*, kinerja akademik, persepsi kegagalan akademik, dan tingkat stres pada mahasiswa. Hasil analisis jalur menunjukkan bahwa *grit* berhubungan negatif dengan stres dan persepsi kegagalan akademik berhubungan positif dengan stres. Temuan penelitian Lee (2007) juga menunjukkan bahwa *grit* membuat siswa kurang sensitif terhadap stres

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Kumari (2012), Rahmi (2013), Siraj (2014), dan Tamara (2018) dapat disimpulkan bahwa stres akademik tidak selalu berkorelasi negatif dengan prestasi belajar, yaitu semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah prestasi belajar. Ada faktor psikologis yang memoderatori stres akademik sehingga tidak berdampak negatif terhadap prestasi belajar mahasiswa yaitu salah satunya faktor *academic grit* pada mahasiswa. Namun demikian, saat ini masih terbatasnya penelitian yang serupa menunjukkan bahwa masih membutuhkan penelitian lebih lanjut mengenai interaksi antara ketiga variabel. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar mahasiswa dengan *academic grit* sebagai variabel moderator.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Merujuk pada latar belakang masalah, teori, dan penelitian sebelumnya, maka masalah-masalah yang dapat teridentifikasi, yaitu:

- 1.2.1** Apakah terdapat pengaruh antara stres akademik terhadap prestasi belajar mahasiswa psikologi?
- 1.2.2** Apakah terdapat pengaruh antara stres akademik terhadap prestasi belajar dimoderatori oleh *academic grit* pada mahasiswa psikologi?

### 1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini menggunakan tiga variabel, yaitu stres akademik, prestasi belajar, dan *academic grit*. Penelitian ini berfokus pada pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar dan *academic grit* yang menjadi moderator pada mahasiswa psikologi.

### 1.4 Rumusan Masalah

1.4.1 Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar mahasiswa psikologi?

1.4.2 Apakah terdapat pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar dimoderatori oleh *academic grit* pada mahasiswa psikologi?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan meneliti terdapat pengaruh stres akademik terhadap prestasi belajar dimoderatori oleh *academic grit* pada mahasiswa psikologi.

### 1.6 Manfaat Penelitian

#### 1.6.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan pengembangan penelitian terkait variabel prestasi belajar, stres, dan *academic grit* dengan subjek penelitian mahasiswa.

#### 1.6.2 Manfaat Praktis

1.6.2.1 Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada pihak fakultas mengenai prestasi belajar (IPK) mahasiswa yang dipengaruhi oleh stres akademik tetapi dapat dikurangi dampak negatifnya oleh variabel moderator *academic grit*.

1.6.2.2 Memberikan informasi kepada mahasiswa bahwa tinggi rendahnya prestasi belajar (IPK) dipengaruhi oleh stres akademik. Namun, ada faktor lain yaitu *academic grit* yang dapat dikembangkan pada diri mahasiswa dalam

menghadapi stres akademik, sehingga prestasi belajar mahasiswa dapat tetap tergolong baik.

**1.6.2.3** Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan melalui hasil data ilmiahnya dapat memberikan informasi serta referensi khususnya penelitian dengan variabel prestasi belajar, stres akademik, dan *academic grit*.

