

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa dapat dikategorikan sebagai pelajar yang berada di perguruan tinggi (Retnoningsih, 2009). Hudori (2013) menjelaskan bahwa mahasiswa berperan sebagai agen perubahan atau unsur perubahan di lingkungan sosial. Tidak sedikit mahasiswa yang menempuh pendidikan jauh dari daerah asal mereka agar dapat menuntut ilmu setinggi mungkin di tempat perantauan (Istanto & Engry, 2019). Sehingga tercipta keadaan dari mahasiswa yang taraf intelektualitasnya tinggi, cerdas dalam berpikir, pemikiran kritis, cepat dan tepat dalam bertindak (Papilaya dan Huliselin, 2016).

Mahasiswa rantau adalah mahasiswa yang berkuliah di tempat berbeda dengan daerah asalnya. Selain terkait tempat atau lokasi, biasanya perbedaannya terletak pada budaya dan kebiasaannya. Individu datang dengan maksud menuntut ilmu di perguruan tinggi dan tinggal dalam waktu yang lama (Devinta, 2016). Mahasiswa rantau selama di lingkungan yang baru tentunya akan lebih banyak menghadapi sebuah permasalahan dan tantangan, perlunya sebuah proses di tempat yang baru, mahasiswa cenderung merasa tertekan dan tidak mampu untuk beradaptasi (Shaputra, 2021). Adyani, dkk (2019) menjelaskan mahasiswa rantau akan menyesuaikan diri dengan masalah dan tantangan baru yang mengakibatkan mahasiswa rantau mengalami stres.

Peneliti telah melakukan wawancara kepada mahasiswa rantau untuk mendapatkan informasi permasalahan apa saja yang sedang dihadapi sebagai mahasiswa rantau. Beberapa masalah yang dijelaskan adalah adanya beberapa perubahan dalam kehidupan dan harus beradaptasi dengan perubahan lingkungan yang baru seperti memiliki teman yang baru, aturan yang baru, harus lebih mandiri dan juga kurangnya dukungan sosial yang mengakibatkan mahasiswa rantau mengalami stres.

Hasil studi yang dikerjakan oleh Handayani, Nirmalasari (2020) menyatakan bahwa mahasiswa rantau yang mengalami stres berat sejumlah 10,64% sedangkan yang tidak merantau mengalami stres berat sejumlah 3,19%. Hal ini menunjukkan mahasiswa rantau lebih banyak mengalami stres berat dibandingkan mahasiswa yang tidak merantau. Hal tersebut juga dijelaskan oleh Shaputra (2021) bahwa mahasiswa rantau saat menjalani pendidikan di perguruan tinggi tentu menghadapi tekanan yang berbeda dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak merantau, belum lagi ketika sedang mengerjakan tugas akhir tentunya tekanan yang dirasakan mahasiswa bertambah.

Ketika mahasiswa telah menyelesaikan hampir seluruh mata kuliah dan bersamaan dengan itu ia juga sedang menyelesaikan skripsinya, maka mahasiswa tersebut dapat disebut sebagai mahasiswa tingkat akhir (Sungko, 2020). Usia rata-rata mahasiswa tingkat akhir pada perguruan tinggi biasanya berkisar 22-24 tahun (Marliani, 2013). Sementara itu, diketahui bahwa mahasiswa perlu menyelesaikan tugas akhir atau skripsinya untuk memperoleh gelar sarjana dan lulus dari predikat mahasiswa tingkat akhir tersebut (Sari dan Indrawati, 2016). Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur memiliki 1.374 mahasiswa yang berstatus sebagai mahasiswa tingkat akhir.

Muslimin (2021) menjelaskan bahwa mahasiswa beranggapan skripsi merupakan sebuah tekanan, tekanan tersebut berasal dari tuntutan orang tua, tuntutan dari dosen pembimbing skripsi, dan kurangnya referensi yang menyebabkan kesulitan untuk menentukan tema, judul dan subjek. Saputri dan Sugiharto (2020) menerangkan bahwa tekanan yang terjadi karena perbedaan antara kemampuan dan tuntutan disebut stres.

Temuan analisis yang telah dijalankan oleh Zakaria (2017) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi masuk dalam kategori sedang dengan persentase sejumlah 86,5%, hal itu menunjukkan bahwa skripsi membuat tekanan penyebab terjadinya stres. Widuri (2012) menjelaskan agar dapat bertahan dari sebuah tekanan maka

mahasiswa harus menanamkan sikap resiliensi atau ketahanan diri pada dirinya.

Resiliensi adalah sebuah pola pikir yang dapat membuat individu ketika melihat sebuah pengalaman hidup sebagai bagian dari sebuah proses kehidupan yang harus dijalani (Reivich dan Shatte, 2002). Mahasiswa rantau tingkat akhir yang memiliki kemampuan resiliensi membuat individu dapat mengatasi berbagai permasalahan dan tekanan, individu juga mampu mengambil keputusan yang tepat dalam kondisi sulit, mahasiswa rantau tingkat akhir seringkali dihadapkan dengan berbagai masalah selama proses mengerjakan skripsi (Muslimin, 2021). Mahasiswa rantau yang tidak memiliki resiliensi akan sulit untuk dapat keluar dari tekanan dan tantangan untuk mencapai sebuah tujuan (Shaputra, 2021).

Kemampuan resiliensi sangat dibutuhkan oleh semua orang seperti mahasiswa akhir yang menghadapi sebuah tekanan yang timbul selama proses mengerjakan skripsi (Muslimin, 2021). Mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan resiliensi cenderung menunda-nunda dalam proses penyusunan tugas akhir yang menyebabkan masa studinya semakin lama (Khusniatun, 2014). Muniroh (2010) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kemampuan resiliensi mampu mencari jalan keluar ketika ada masalah, lebih cepat bangkit dari situasi yang tidak nyaman dan lebih kuat bertahan dalam menghadapi konflik begitupun sebaliknya mahasiswa yang tidak memiliki kemampuan resiliensi akan membutuhkan waktu yang lama agar dapat menerima situasi yang tidak menyenangkan.

Hasil riset yang dilaksanakan oleh Wijianti dan Purwaningtyas (2020) menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir yang memiliki sikap resiliensi yang tinggi sebanyak 62,37% dari 101 subjek. Sehingga ketika mahasiswa memiliki tingkat resiliensi yang tinggi seharusnya ia akan lebih mudah menyelesaikan masalah perkuliahan seperti tugas akhir tersebut.

Pada saat proses menangani, mengurangi dan mengendalikan stres, individu membutuhkan strategi yang tepat, strategi tersebut dapat dikatakan sebagai *coping stres* (Wijiyanti, 2013). Menurut Sarafino dan Smith (2014)

coping adalah sebuah proses seseorang saat mengatur perbedaan dengan tuntutan dan kemampuan yang dimiliki saat keadaan stres. Menurut Smet (1994) *coping stress* merupakan sebuah proses ketika seseorang mengontrol jarak antara paksaan dari dalam dan luar diri individu.

Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan *coping stres* yaitu sebuah teknik dimana seseorang berupaya untuk menyelesaikan kondisi stres yang menindas karena dampak dari permasalahan yang tengah dilalui dengan melakukan sebuah modifikasi cara berpikir dan tingkah laku agar mendapatkan rasa aman dalam dirinya. Lazarus dan Folkman (1984) mengelompokkan *coping* dalam dua jenis, yaitu *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping*. Pada *emotion-focused coping* individu berjuang agar mengurangi dampak dari penyebab stres dengan mencegah adanya stressor. Sementara itu *problem-focused coping* adalah individu yang akan mengidentifikasi stressor yang dihadapi dan berusaha mengubahnya sehingga memudahkan dampak dari stressor.

Berdasarkan hasil wawancara mengenai *coping stres* yang dilakukan pada mahasiswa rantau tingkat akhir yaitu lebih kepada *emotion-focused coping* dimana individu lebih memilih meluapkan emosi dengan cara *me time*, jalan-jalan dan membeli makanan dibandingkan mengatasi *problem* secara langsung dan menyelesaikannya atau *problem-focused coping*. Berbeda dari hasil riset yang dikerjakan oleh Iqramah, Nurhasanah dan Bustamam (2018) menunjukkan jika mahasiswa tingkat akhir sebagian besar menggunakan *problem-focused coping* sebanyak 56% dan 44% yang menggunakan *emotion-focused coping* dari 100 subjek, perbedaan dari hasil tersebut membuat perlunya penelitian lebih lanjut mengenai *coping stres*.

Yenjeli (2010) menjelaskan bahwa strategi *coping* yang efektif untuk digunakan tergantung situasi dan kondisi *problem* yang sedang dialami. Pengetahuan terkait *coping* sangat penting, jika memahami strategi *coping* yang baik dan efektif maka akan dapat menolong mahasiswa ketika menghadapi *problem* sesuai dengan *personality* (Wijiyanti, 2013). Mahasiswa ketika merasakan stres saat mengerjakan skripsi diharapkan perlu

memahami terkait pentingnya melaksanakan strategi *coping* yang efektif agar ketika terjadi sumber stres mahasiswa dapat mengatasinya (Wijiyanti, 2013).

Lazarus & Folkman (1984) mengatakan bahwa individu ketika menjalani kehidupannya sehari-hari menggunakan dua jenis penindakan stres, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Coping stres* yang efektif yaitu *coping* yang tidak dominan ke salah satu melainkan melakukan keduanya.

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat *gap* hasil dari asesmen dan jurnal riset tentang *coping stres* yang paling banyak digunakan sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat sebuah penelitian tentang “Hubungan antara *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur”, agar mengetahui *coping stres* yang paling banyak digunakan dan apakah terdapat hubungan *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi, sehingga penelitian ini akan menghasilkan temuan yang berbeda dari penelitian sebelumnya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur?
2. Apakah terdapat hubungan antara *problem focused coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur?
3. Apakah terdapat hubungan antara *emotion focused coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Mengetahui hubungan antara *problem focused coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Mengetahui hubungan antara *emotion focused coping* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat penelitian ini secara teoritis adalah memberikan penelitian ilmiah dalam bidang keilmuan psikologi tentang hubungan *coping stres* dengan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Manfaat praktis

- a. Pada subjek penelitian

Manfaat bagi subjek penelitian adalah subjek akan mengetahui *coping stres* yang dimiliki memiliki hubungan dengan resiliensi sehingga subjek lebih menyadari pentingnya *coping stres*.

- b. Masyarakat pada umumnya

Manfaat bagi masyarakat pada umumnya adalah diketahuinya hubungan antara *coping stres* dengan resiliensi mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi sehingga fenomena mengenai penelitian ini dapat diperdalam.

- c. Untuk penelitian selanjutnya

Manfaat bagi penelitian selanjutnya yaitu dapat dijadikan sumber acuan dan referensi pada penelitian mengenai *coping stres* dan resiliensi pada mahasiswa rantau yang sedang mengerjakan skripsi.