

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah maupun perguruan tinggi merupakan tempat anak-anak belajar. Anak-anak bukan hanya belajar pelajaran kontekstual saja tetapi juga mencari jati dirinya yang mayoritas terjadi di rentang usia remaja, sedangkan memasuki masa dewasa, biasanya anak-anak sudah dapat mengetahui jati dirinya, mengetahui apa yang ia sukai dan alasannya, apa yang membuat ia nyaman dan tidak, serta mulai bisa mengatasi masalahnya secara mandiri.

Masa-masa sekolah merupakan masa yang penting bagi anak-anak. Di sekolah, anak-anak akan diberikan bekal bagi dirinya guna dapat menjadi manusia yang mandiri dan menjalani perannya sebagai masyarakat yang sesungguhnya di kemudian hari setelah lulus dari studinya. Di sekolah, anak-anak akan diberikan pengetahuan, dibantu untuk mengembangkan minat, bakat dan kemampuannya sebagai bekal bagi dirinya nanti. Hal ini tentu membuat sekolah atau tempat menuntut ilmu menjadi tempat yang bukan hanya sekedar menyenangkan tetapi juga serius karena terdapat kompetensi dasar yang harus dicapai oleh peserta didik di setiap mata pelajaran maupun mata kuliah. Tingkatan dan cara belajar tentu saja berbeda, bergantung dari jenjang pendidikannya, hal ini dikarenakan adanya tugas perkembangan yang terjadi pada anak-anak. Semakin tinggi jenjang pendidikan, maka akan semakin serius cara belajar dan tuntutan yang harus dipenuhi oleh peserta didik.

Kompetensi dasar merupakan hal-hal yang harus dicapai oleh peserta didik selama proses pembelajaran atau selama menempuh pendidikan. Adanya hal ini menyebabkan banyak anak-anak yang merasa terbebani karena harus menguasai banyak hal, jika tidak maka ia tidak dapat mengejar pelajaran dan dapat tinggal kelas untuk di jenjang sekolah dan untuk di perguruan tinggi maka ia harus mengulang mata kuliah yang kurang nilainya. Banyaknya hal yang harus dicapai anak-anak tidak jarang menjadi tekanan bagi mereka, karena jika tidak bisa mengejar maka bukan hanya nilainya saja yang jelek tetapi juga harus menahan malu dengan teman-temannya.

Memasuki ranah perguruan tinggi persaingan yang terjadi semakin besar, terlebih pada perguruan tinggi negeri di mana untuk masuk saja terdapat persaingan yang ketat maka begitu masuk dan resmi menjadi mahasiswa di perguruan tinggi tersebut, persaingan selama perkuliahan akan semakin besar dikarenakan yang menjadi mahasiswa di sana adalah mahasiswa terpilih dan yang menang dalam persaingan tersebut. Masa-masa perkuliahan juga akan lebih sulit dikarenakan mahasiswa tidak lagi seperti anak sekolah yang apabila tidak mengerjakan PR atau tugas akan ditegur oleh gurunya dan diberi kesempatan untuk mengumpulkan. Di perguruan tinggi, para dosen akan meminta mahasiswa untuk dapat lebih aktif dan mandiri yang berarti sudah tidak perlu untuk diingatkan kembali karena seharusnya sudah sadar apa yang menjadi tanggung jawabnya. Para teman di perkuliahan juga berbeda dengan masa sekolah, karena sudah memasuki tahap remaja akhir dan akan memasuki masa dewasa, mahasiswa cenderung akan lebih serius karena cara berpikirnya

sudah lebih matang dan kritis sehingga mereka akan cenderung individualis, maka mau tidak mau mahasiswa harus dapat belajar dengan baik tanpa berpangku tangan dengan orang lain. Hal ini tentu saja menambah tekanan bagi mahasiswa, terlebih mahasiswa yang pada saat sekolahnya dulu cenderung santai.

Jika pada jenjang sekolah terdapat Ujian Nasional (UN) sebagai ujian akhir, maka pada perguruan tinggi terdapat skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir yang wajib diselesaikan oleh mahasiswa. Pengerjaan skripsi juga harus dilakukan sendiri, tidak seperti ujian nasional yang dapat mencari kunci jawaban atau mencontek dengan teman. Dalam pengerjaan ini, para mahasiswa akan merasakan banyak tekanan, mulai dari diri sendiri yang masih tidak tahu akan mengambil judul apa, harapan dari keluarga yang ingin segera melihat anggota keluarganya meraih gelar sarjana, hingga perasaan was-was terhadap teman sebaya meski berbeda kampus. Selain itu tekanan juga akan muncul dari pemikiran diri sendiri mengenai setelah lulus akan kemana dan harus mencari kerja di mana dan untuk meraih pekerjaan tersebut pasti dibutuhkan nilai yang bagus.

Kebutuhan akan nilai yang baik dan skripsi yang lancar dapat menjadi motivasi bagi mahasiswa, tetapi pada kenyataannya hal tersebut juga menimbulkan tekanan dan stres pada mahasiswa. Tugas yang berbeda dengan semasa sekolah, cara belajar dan materi pembelajaran yang semakin mendalam dan meluas, teman-teman yang lebih individual dan dosen yang tidak akan mengingatkan maupun memberi keringanan saat mahasiswa lupa atau tidak

mengerjakan tugas. Semua hal tersebut akan menjadi tekanan bagi mahasiswa dan untuk mengatasi hal tersebut hanya dapat dilakukan dengan dihadapi. Kemampuan untuk dapat bertahan, beradaptasi dan mengatasi segala tekanan dan stressor, dapat bangkit kembali dari kemalangan atau kejadian yang tidak menyenangkan disebut resiliensi.

Resiliensi dibutuhkan untuk dimiliki di dalam diri tiap peserta didik. Dengan resiliensi, para peserta didik dapat bertahan dalam situasi dan kondisi yang berat sekalipun, karena jika tidak dapat bertahan maka hal yang mungkin terjadi adalah perilaku menyimpang. Pada contoh mudahnya adalah ketika semasa sekolah banyak siswa yang akan membolos karena belum mengerjakan tugas atau untuk sekedar menghindari mata pelajaran maupun guru yang tidak disukai, yang mana hal tersebut merupakan contoh dari tekanan akademik maupun tekanan lain yang terjadi selama menempuh pendidikan.

Seperti yang dikatakan bahwa resiliensi sebelumnya bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk bertahan, beradaptasi dan mengatasi tekanan maupun dari kejadian tidak menyenangkan, salah satu contoh dari kejadian yang tidak menyenangkan adalah kegagalan. Kegagalan menjadi hal dapat menimbulkan tekanan pada individu, dan hanya orang-orang resilien yang dapat bangkit darinya, sementara yang tidak dapat bangkit akan mengambil jalan lain yang berakhir pada hal yang negatif. Salah satu contoh kegagalan yang umumnya dialami oleh mahasiswa tingkat akhir berkaitan dengan tugas akhirnya atau skripsi. Seperti yang terjadi pada mahasiswa yang sedang dalam masa pengerjaan skripsi, seperti yang terjadi pada 2016 lalu di mana mahasiswa

di Medan yang membunuh dosennya dikarenakan persoalan skripsi dari sumber kompas.com, Medan (2016),

“Berdasarkan informasi yang didapat Kompas.com, disebutkan bahwa korban hendak menuju kamar mandi se usai berbicara dengan pelaku yang berinisial RS. Sebelum itu, keduanya terlibat perbincangan serius yang menurut informasi terkait skripsi hingga berujung cekcok. Korban lalu meninggalkan pelaku dan menuju kamar mandi. Diduga tersinggung dengan sikap korban, pelaku menunggu korban hingga keluar dari kamar mandi. Begitu korban keluar, dengan cepat, pelaku melukai leher dan menebas tangan korban. Korban sempat menjerit sebelum ambruk di halaman kampus. Pelaku yang ketakutan bersembunyi di dalam kamar mandi. Pelaku bertahan lama di dalam kamar mandi. Dia tak berani keluar karena ratusan mahasiswa menunggunya di luar dengan amarah.”

Juga yang terjadi pada mahasiswa di kawasan Petukangan Selatan yang diberitakan oleh liputan6.com, Jakarta (2016) yang bunuh diri dengan menggantung diri dengan menggunakan kabel antena dan menurut informasi dari orang tuanya, anaknya tersebut gantung diri dikarenakan skripsinya yang sudah ditolak dua kali juga karena baru saja putus dengan kekasihnya.

“Terungkap dari sang ayah, bahwa EOE diduga nekat gantung diri, karena proposal skripsinya ditolak dua kali sekaligus diputus sang pacar.

"Menurut orangtua korban, bahwa korban akhir-akhir ini stres karena sudah dua kali mengajukan skripsi ditolak. Di samping itu, korban juga baru diputus oleh pacarnya," ungkap Purwanta.”

Dan yang belum lama ini terjadi pada mahasiswa Universitas Negeri Medan yang bunuh diri dengan gantung diri dikarenakan depresi terkait skripsinya, seperti yang diberitakan oleh radarbogor.id (2018),

“Informasi dihimpun Kamis (22/11/2018) jenazah ditemukan sekira pukul 18.00 WIB dengan kondisi sudah tergantung kabel. Keluarga yang menemukan sempat membawanya ke klinik. Sayangnya, nyawa

Marko tak dapat terselamatkan. Jenazahnya langsung dibawa ke rumah duka untuk disemayamkan.

Para tetangga mengaku, Marko dikenal baik. Namun dia seorang yang pendiam dan jarang bergaul. Sepulang dari kampus, Marko langsung pulang.

“Baik ini anaknya. Kalau menurut keterangan edak itu, korban ada masalah di kampusnya. Katanya skripsinya ditolak dosennya sehingga dia jadi depresi,” sebut seorang perempuan paruh baya.”

Berdasarkan hal di atas dapat disimpulkan bahwa banyak mahasiswa yang masih belum memiliki resiliensi, terbukti dengan mahasiswa yang tidak dapat mengatasi tekanan saat mengerjakan tugas akhirnya dan berakhir dengan melakukan perilaku yang menyimpang seperti membunuh dosennya bahkan membunuh dirinya sendiri.

Dalam hal ini dapat disadari pentingnya resiliensi dengan cara mengetahui hal-hal apa saja yang dapat mengembangkan resiliensi dan yang menjadi stresor, serta bagi keluarga atau pun teman dapat mengambil andil jika dibutuhkan oleh individu. Resiliensi memiliki faktor protektif yaitu faktor yang dapat menambah atau mengembangkan resiliensi dan faktor stressor atau faktor yang dapat mengurangi resiliensi. Faktor protektif resiliensi berasal dari dua arah, yaitu internal dan eksternal. Holaday & Phearson menjelaskan tiga faktor yang dapat mempengaruhi resiliensi (Purnomo, 2014:248), yaitu *psychological resources* yang di dalamnya termasuk *locus of control*, empati, rasa ingin tahu, cenderung mengambil hikmah dari pengalaman dan fleksibel dalam menghadapi situasi yang ada, lalu terdapat dukungan sosial termasuk pengaruh budaya, dukungan komuntias, individu dan keluarga, dan yang terakhir adalah kemampuan kognitif yang di dalamnya berisi intelegensi, gaya *coping*,

kemampuan untuk menghindarkan diri dari menyalahkan diri sendiri, kontrol personal, dan spritualitas (Ramadhana & Indrawati, 2018). Dari ketiga faktor di atas, dua di antaranya yaitu *psychological resources* dan kemampuan kognitif merupakan faktor internal yaitu faktor yang berasal dari diri sendiri, sedangkan dukungan sosial merupakan faktor eksternal, yaitu faktor yang berasal dari luar individu.

Dukungan sosial yang berasal dari luar akan memberikan rasa aman pada individu. Seperti yang diketahui bahwa pengharapan dari luar akan mempengaruhi resiliensi seseorang, maka dengan mendapat dukungan sosial, individu akan merasa lebih aman dan merasa ditemani atau merasa ada yang berada di sisinya sehingga ia akan lebih mudah dalam menghadapi situasi dan kondisi yang sulit karena merasa tidak menghadapinya sendirian. Dukungan sosial dapat diperoleh dari berbagai pihak, mulai dari teman, keluarga, komunitas, lingkungan seperti sekolah atau kampus yang berasal dari guru atau dosennya. Dukungan sosial yang berasal dari teman sebaya dan keluarga menjadi faktor protektif yang penting, seperti yang diketahui bahwa ketika perkuliahan dimulai maka mahasiswa akan lebih banyak menghabiskan waktunya di kampus yang berarti intensitas bertemu dengan teman perkuliahannya akan lebih besar dari pada pertemuan dengan orang lain, sehingga hal ini dapat berpengaruh besar di mana ketika ia memperoleh dukungan sosial maka ia akan lebih mudah mengatasi situasi dan kondisi sulit karena mendapat bantuan dari teman sebayanya. Dukungan sosial dari keluarga juga merupakan faktor yang penting dikarenakan memberikan rasa aman pada

individu dan individu dapat merasakan cinta dan kasih sayang yang tulus dan tanpa syarat, yang mana dapat diperoleh dari keluarga. Berbeda dengan ketika tidak mendapat dukungan sosial dari teman sebayanya, ia bukan hanya lebih sulit dalam menghadapi tekanan tetapi juga memperoleh tekanan lain dikarenakan tidak adanya bantuan atau *support* yang diberikan kepadanya.

Pentingnya dukungan sosial dapat dilihat dari beberapa kasus yang terjadi, seperti kasus percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh seorang anak berumur sepuluh tahun yang terjadi pada 2018 dilansir dalam sumber nakita.id (2018) sang ibu berujar ia sangat kesal karena meski mengetahui tetapi tidak ada yang membantu sama sekali saat anaknya diganggu,

“Melansir dari metro.co.uk, Jess mengatakan, "Saya tahu dia aneh pada hari Senin karena dia tidak makan dan sepertinya benar-benar tertekan setelah sekolah.

"Saya mendudukkannya dan dia mengaku menelan beberapa pil. Saya langsung membawanya ke rumah sakit.

"Kupikir anak perempuanku akan mati. Saya merasa kesal anak saya sedang diganggu tetapi tidak ada yang ingin membantu sama sekali."

Kurangnya dukungan sosial juga terlihat dari kasus yang terjadi pada Januari 2019 yang dilansir oleh rakyatku.com (2019) di mana seorang remaja harus menguburkan ibunya sendiri dengan mengendarai sepeda sejauh 5Km tanpa dibantu oleh siapapun dikarenakan tetangganya yang enggan membantu karena keluarganya berasal dari keluarga miskin.

“Ibunya meninggal saat pergi mengambil air. Dia berusia 45 tahun. Saroj sekarang menjadi yatim piatu. Ayahnya meninggal ketika dia berusia tujuh tahun.

Menurut laporan Mirror, Saroj telah pergi meminta bantuan penduduk setempat untuk mengkremsi ibunya. Tapi para tetangga menolaknya, karena dia berasal dari kasta yang lebih rendah.”

Kurangnya dukungan sosial juga sering dirasakan oleh orang-orang yang *introvert*. Seperti yang diceritakan oleh seorang *blogger* pada laman *blognya* pada 2018 lalu, di mana ia sedari masa SMA tidak memiliki teman sehingga kini ia selalu merasa kesepian dan tidak memiliki motivasi.

Pentingnya dukungan sosial dalam membangun resiliensi juga dapat dilihat dari hasil penelitian (Maisyarah & Matulesy, 2015) yang menyatakan:

“Hipotesis penelitian yang kedua terbukti bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan resiliensi. Ini menunjukkan semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi resiliensi. Hal ini menunjukkan dukungan sosial merupakan hubungan interpersonal yang didalamnya berisi pemberian bantuan yang melibatkan aspek-aspek yang terdiri dari informasi, perhatian, emosional, penghargaan dan bantuan instrumental yang diperoleh individu melalui interaksi dengan lingkungan. Masing-masing bentuk dukungan tersebut memiliki manfaat bagi individu sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya baik berupa stress maupun berbagai tekanan lainnya.”

Sama halnya seperti hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ediati & Raisa, 2016) yang menyatakan:

“Pada hasil analisis yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima, semakin tinggi resiliensi pada diri narapidana. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial yang diterima, maka semakin rendah resiliensi pada narapidana.”

Hasil yang sama juga didapat dari penelitian yang dilakukan oleh (Akbar & Tahoma, 2018) yang menyatakan:

“Berdasarkan hasil analisis data penelitian yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Dukungan Sosial dan

Resiliensi Diri pada Guru Sekolah Dasar (SD). Hasil pengujian menunjukkan bahwa arah hubungan bersifat positif yang berarti semakin tinggi dukungan sosial yang diterima guru, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensi dirinya”

Dari beberapa hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa dukungan sosial yang diterima individu akan menambah resiliensi. Dengan bantuan atau dukungan dari teman sebaya, keluarga maupun rekan kerja, individu dapat mengatasi tantangan dan tekanan ketika berada dalam situasi yang sulit.

Selain melihat dari faktor yang mempengaruhi resiliensi, hal penting lainnya adalah resiko atau akibat dari kurangnya atau tidak dimilikinya resiliensi pada mahasiswa, seperti fakta yang tersaji di atas bahwa terdapat kasus pembunuhan dan bunuh diri. Melihat urgensi tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “**Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Mahasiswa**”.

B. Perumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan resiliensi mahasiswa?

C. Kegunaan Penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi berbagai pihak, antara lain:

1. Peneliti

Menambah wawasan dalam berpikir dan ilmu pengetahuan serta pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu yang peneliti telah miliki selama duduk di bangku perkuliahan.

2. Universitas Negeri Jakarta

a. Kegunaan Teoritis

Kegunaan teoritis dalam penelitian ini adalah untuk menambah wawasan dan refrensi penelitian mengenai Hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi mahasiswa.

b. Kegunaan Praktis

1) Bagi Mahasiswa Universitas Negeri Jakarta

Dapat dijadikan refrensi penelitian yang relevan khususnya bagi mahasiswa Program Studi Pendidikan Akuntansi.

2) Bagi Universitas Negeri Jakarta

Dapat menambah refrensi kepustakaan khususnya bagi Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, juga sebagai refrensi penelitian sebagai acuan bagi civitas akademika.

3) Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai hubungan Dukungan Sosial dengan Resiliensi Mahasiswa.