

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini dipaparkan mengenai latar belakang penelitian, tujuan dan pertanyaan penelitian, dan manfaat penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi atau tugas akhir pada umumnya mengalami kecemasan, stres atau tekanan, dan menurunnya motivasi. Penelitian Imandiri et al., (2017) menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir sebanyak 56% berada pada rentang cukup cemas. Mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi menunjukkan tingkat stres yang tinggi dan ditampakkan dengan sulit konsentrasi, sering lupa, merasa malu ketika harus menemui teman seangkatan yang sudah lulus, kurang baik dalam melakukan manajemen waktu, dan merasa tertekan oleh berbagai kendala yang dialami selama menyusun skripsi (Fadillah, 2013). Mahasiswa tingkat akhir jika dibandingkan dengan mahasiswa tingkat yang berada di bawahnya menunjukkan tingkat stres, depresi, dan kecemasan paling tinggi disebabkan oleh tekanan untuk berhasil dan rencana masa depan mereka setelah lulus (Beiter et al., 2015). Kecemasan dan stres dapat memprediksi menurunnya tingkat kesejahteraan subjektif dan dengan menurunnya tingkat kesejahteraan subjektif ini dapat berdampak juga pada produktivitas dan kesehatan individu (Das et al., 2020; Malone & Wachholtz, 2018).

Kesejahteraan subjektif merupakan sebuah konsep mengenai respons emosional atau afek individu, kepuasan individu dalam aspek-aspek tertentu dalam kehidupannya, dan kepuasan individu dalam seluruh aspek di hidupnya (Diener et al., 1999). Mahasiswa zaman sekarang memiliki tingkat kesejahteraan subjektif yang lebih rendah dibandingkan dengan data pada 20 tahun yang lalu (Sletta et al., 2019). Keadaan mahasiswa ketika harus menghadapi kegagalan dan ketakutan akan kegagalan dalam menata masa depan mereka setelah lulus berpotensi untuk mengurangi tingkat kesejahteraan subjektif mereka (Beiter et al., 2015).

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam sebuah penelitian juga ditemukan memiliki tingkat stres akademik yang tinggi dan kesejahteraan subjektif

yang rendah. Penelitian Satalaksana & Kusdiyati (2020) menunjukkan bahwa sebanyak 51,94% mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung memiliki tingkat stres akademik tinggi dan 61,11% mahasiswa memiliki tingkat kesejahteraan subjektif rendah. Selain itu, berdasarkan hasil wawancara dalam sebuah penelitian, pada umumnya mahasiswa menganggap bahwa skripsi yang harus dikerjakan adalah sebuah beban berat dan sulit untuk dilakukan (Linsiya, 2022). Di antara penyebab mahasiswa sangat terbebani oleh skripsi adalah kebingungan dalam membuat judul, kebingungan dalam mencari referensi, revisi yang dilakukan berulang kali, dan tanggapan dari dosen pembimbing yang lama (Linsiya, 2022).

Berdasarkan hasil dari penelitian terdahulu ditemukan bahwa kesejahteraan subjektif mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung pada umumnya rendah (Satalaksana & Kusdiyati, 2020) maka penting untuk mengetahui faktor-faktor yang bisa memberikan pengaruh positif bagi kesejahteraan subjektif. Faktor yang dapat memberikan pengaruh positif pada kesejahteraan subjektif adalah *growth mindset*. Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa *growth mindset* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan kesejahteraan subjektif (Alvarado et al., 2019; Kern et al., 2016; Kwok & Fang, 2022; Wolcott et al., 2021; Zeng et al., 2019). Hal ini dapat dijelaskan karena *growth mindset* berperan dalam menguatkan resiliensi, ketekunan, sikap mau menerima dan mencari masukan, mau menerima kegagalan sebagai kesempatan untuk belajar dan bertumbuh, dan lebih fokus dalam melakukan proses untuk mencapai tujuan (Wolcott et al., 2021).

Faktor lain yang dapat memberi pengaruh positif pada kesejahteraan subjektif adalah rasa syukur (Rulangi et al., 2021). Rasa syukur dalam beberapa penelitian ditemukan sebagai prediktor yang signifikan bagi kesejahteraan subjektif (Banono, 2021; Geng, 2018; Jans-Beken et al., 2018; Lin, 2014; Lin & Yeh, 2014; Portocarrero et al., 2020; Puente-Díaz & Cavazos-Arroyo, 2019). Penelitian pada mahasiswa pun menunjukkan bahwa rasa syukur pada mahasiswa mampu menjadi prediktor yang signifikan bagi kesejahteraan subjektif (Geng, 2018; Jans-Beken et al., 2018; Puente-Díaz & Cavazos-Arroyo, 2019). Hal ini dapat dijelaskan karena mahasiswa yang memiliki tingkat rasa syukur tinggi pada umumnya memiliki tingkat dukungan sosial yang tinggi juga sehingga mereka cenderung mampu untuk melakukan *problem focused coping* dan juga *emotion focused coping* yang

kemudian akan memfasilitasi peningkatan kesejahteraan subjektif mereka (Lin & Yeh, 2014). Selain itu, dengan rasa syukur mahasiswa cenderung mampu untuk memunculkan dan mempertahankan emosi positif serta melihat dari perspektif yang positif ketika harus menghadapi berbagai hambatan dan tantangan dalam hidupnya (Mattila et al., 2020).

Rasa syukur juga dapat diberikan pengaruh positif oleh *growth mindset*. Dalam beberapa penelitian ditemukan bahwa *growth mindset* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan rasa syukur (Choi et al., 2022; Shin & Lee, 2021; Zhang et al., 2023). Hal ini dapat terjadi karena individu yang memiliki *growth mindset* cenderung menghargai dan mengapresiasi setiap kali mendapatkan kesempatan untuk memperoleh ilmu baru, menghargai setiap kali mendapatkan kesempatan untuk mempelajari keterampilan baru dan juga menghargai kesempatan untuk melakukan kemajuan atau melalui setiap tahapan baik itu sulit ataupun mudah (Blackwell et al., 2007).

Penelitian sebelumnya yang juga meneliti mengenai hubungan positif antara *growth mindset* dan kesejahteraan subjektif pada siswa SD di Cina menyarankan agar penelitian selanjutnya dilakukan pada konteks budaya yang berbeda dan rentang usia berbeda (Kwok & Fang, 2022). Selain itu, pada sebuah penelitian ditemukan bahwa rasa syukur berperan sebagai variabel mediator pada pengaruh *emotional intelligence* terhadap kesejahteraan subjektif (Geng, 2018). Akan tetapi, pada penelitian terdahulu belum ada yang menemukan variabel yang dapat memediasi pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif. Maka dari itu, untuk mengisi *gap* penelitian pada topik kesejahteraan subjektif penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif yang dimediasi rasa syukur pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung.

B. Tujuan dan Pertanyaan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji “Apakah *growth mindset* memberi pengaruh terhadap kesejahteraan subjektif yang dimediasi rasa syukur pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung?” Adapun, pertanyaan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung?
2. Apakah terdapat pengaruh *growth mindset* terhadap rasa syukur pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung?
3. Apakah terdapat pengaruh rasa syukur terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung?
4. Apakah terdapat pengaruh *growth mindset* terhadap kesejahteraan subjektif yang dimediasi oleh rasa syukur pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung?

C. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi dan memperkaya kajian ilmu psikologi mengenai pentingnya kesejahteraan subjektif bagi mahasiswa tingkat akhir, pentingnya menginternalisasi nilai-nilai *growth mindset* yaitu percaya bahwa kecerdasan dapat terus dikembangkan dan mau untuk terus belajar dari kesalahan/kegagalan serta pentingnya bersyukur dalam setiap keadaan bahkan ketika harus mengalami kegagalan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi landasan psikoedukasi bagi universitas atau perguruan tinggi agar mahasiswa mampu menginternalisasi nilai-nilai *growth mindset* dan rasa syukur sehingga mereka dapat lebih mudah untuk mencapai kesejahteraan subjektif ketika mengerjakan skripsi/tugas akhir.