

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bagian ini, peneliti menjabarkan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan dan manfaat penelitian.

A. Latar Belakang Penelitian

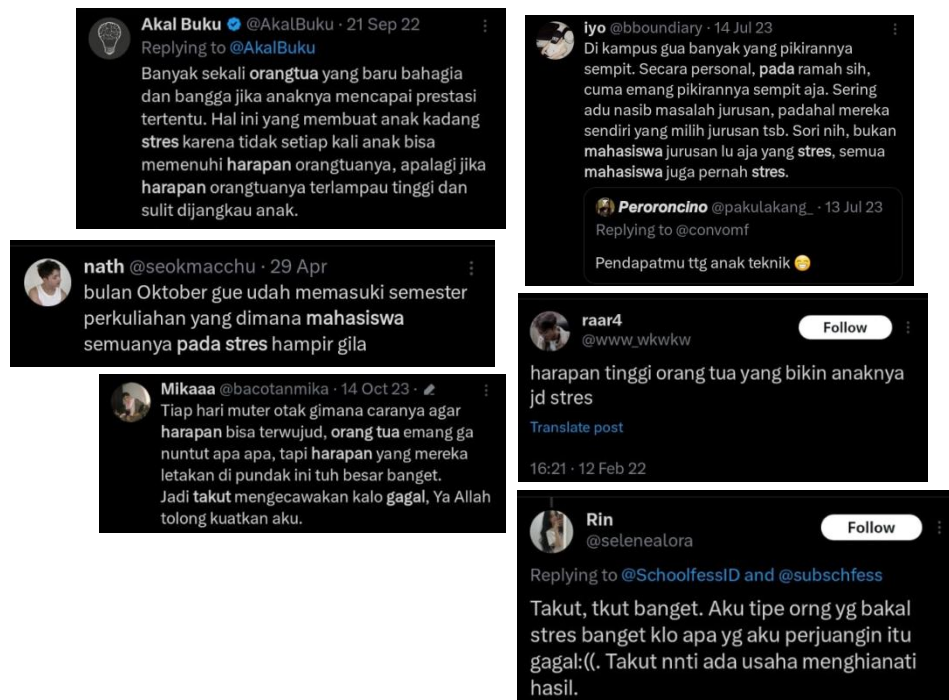
Mahasiswa diharapkan berpartisipasi aktif dalam proses pendidikan di perguruan tinggi. Menurut Kadi et al. (2020), mahasiswa adalah orang yang mengejar pendidikan di berbagai jenis perguruan tinggi, termasuk akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, dan universitas. Mahasiswa juga diharapkan untuk mencapai prestasi terbaik mereka karena hal ini merupakan indikator penting dari keberhasilan mereka. Pergeseran dari sekolah menengah ke universitas merupakan transisi kehidupan yang besar bagi *emerging adulthood*. Periode transisi ini merupakan perubahan pada remaja akhir ke dewasa awal yang baru muncul untuk memenuhi tuntutan pribadi dari lingkungan akademis dan sosial yang baru (Alkhazaleh & Mahasneh, 2016). Dengan kata lain, kehidupan universitas menuntut para pemuda untuk belajar menghadapi berbagai tantangan dan mengambil tindakan untuk berintegrasi dalam kehidupan akademis dan sosial universitas, memenuhi tuntutan akademis, membangun jaringan pertemanan baru, menjadi lebih mandiri, dan bertanggung jawab dalam kehidupan pribadi mereka, keberhasilan akademik mahasiswa dapat diukur melalui pencapaian prestasi akademik yang diraih.

Berdasarkan hasil survei EduRank 2024 yang dikutip dalam laman Infomase. (2024, Agustus 25). Bahwa 5 urutan perguruan tinggi terbaik pada Kota Bandung yaitu Institut Teknologi Bandung, Universitas Pendidikan Indonesia, Telkom University, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati dan Universitas Parahyangan. Kualitas prestasi mahasiswa dapat dinilai melalui indeks prestasi kumulatif (IPK) yang diperoleh dalam bidang

akademik (Setyawati et al., 2020). Untuk melihat suatu prestasi mahasiswa dapat diukur melalui nilai Indeks Prestasi (IP), yang merupakan rata-rata nilai kredit yang mencerminkan hasil belajar setiap semester. IP adalah ukuran atau angka yang menunjukkan keberhasilan mahasiswa dalam proses belajar selama satu semester. Mahasiswa dengan IP yang tinggi menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan yang baik untuk mengikuti kuliah (Daely et al., 2013). Untuk mendapatkan gelar yang sesuai dengan program pendidikan mereka, mahasiswa harus melakukan penelitian yang dituangkan dalam skripsi atau tugas akhir mereka (Indria et al., 2019). Mahasiswa yang tidak siap akan hal tersebut dapat mungkin akan mengalami stres. Hal ini terungkap dalam survei Ipsos Global yang berjudul *Health Service Monitor 2023* stres berada pada urutan ketiga sedunia sebagai masalah kesehatan yang paling mengkhawatirkan (IPSOS, 2023). Mahasiswa yang mengalami stres dalam lingkup akademik disebut sebagai stres akademik (Govaerst & Gregoire, 2004). Tekanan yang dihadapi mahasiswa ketika mereka merasa tidak mampu memenuhi kewajiban akademik yang diberikan oleh kampus dapat menyebabkan stres akademik (Kadi et al., 2020). Barseli et al. (2017) mengatakan bahwa stres akademik terjadi ketika situasi akademik menyebabkan perilaku, tubuh, ide, atau emosi yang tidak diinginkan. Sebagian besar anak mengalami stres karena pendidikan mereka (Alsulami et al., 2018).

Namun, jika stres tersebut berlangsung lama, dapat berdampak negatif pada kinerja akademik (Oduwaiye et al., 2017). Dikutip dari laman Jabar.idntimes.com (2021) berdasarkan hasil survei yang melibatkan 3.901 mahasiswa, ditemukan bahwa 76% dari mereka mengalami tingkat stres yang sangat berat, berat, sedang. Selain itu, 59% mahasiswa menunjukkan gejala depresi yang mencakup kategori sangat berat, berat, dan sedang. Sementara itu, 78% mahasiswa mengalami kecemasan dengan tingkat yang sangat berat, berat, atau sedang. Selain itu, banyak juga ditemukan dalam media sosial

seperti X, bahwasannya ditemukan mahasiswa mengutip mengalami stres akademik dengan berbagai macam faktor berikut merupakan hasil tangkap layar pada gambar 1.1.



Gambar 1.1 Hasil tangkap layar pada aplikasi X

Beberapa faktor penyebab stres antara lain tuntutan akademik yang dianggap terlalu berat, hasil ujian yang kurang memuaskan, banyaknya tugas yang harus diselesaikan, dan tekanan dari lingkungan sosial (Barseli et al., 2017). Faktor belajar merupakan faktor terbesar yang menyebabkan stres bagi individu seperti, ujian kelas dan tugas pekerjaan rumah sebagaimana diidentifikasi oleh individu, merupakan penyebab utama stres (Young, 2017). Seorang individu mengatakan: "Jumlah waktu yang saya miliki untuk mengerjakan proyek-proyek di kelas ... tidak cukup untuk mengerjakan semua pekerjaan yang harus saya selesaikan" (Khalifa, 2021). Banyak masalah

psikologis, seperti depresi, kecemasan, dan stres berdampak pada prestasi akademik (Khan, 2017). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yuda et al. (2013), sebuah survei yang dilakukan oleh *American College Health Association* menemukan bahwa sekitar 32% siswa mengatakan bahwa stres akademik menyebabkan mereka drop out dari sekolah atau mendapatkan nilai yang lebih rendah. Giyarto (2018) mencatat beberapa gejala stres akademik, termasuk kecemasan, masalah pencernaan, migrain, dan nyeri pada leher atau bahu. Karena mahasiswa selalu mengkhawatirkan masalah mereka, mereka juga mengalami kesulitan menenangkan diri dan berkonsentrasi. Seperti yang diketahui, stres memiliki dampak negatif terhadap performa akademik mahasiswa (Siraj dkk., 2014). Stres yang tidak dapat dikendalikan atau diatasi dapat berdampak negatif pada perilaku, kognitif, emosional, dan fisiologis seseorang (Apriliana, 2021). Namun, mahasiswa yang berhasil mengatasi stres akademik dengan baik cenderung memiliki performa akademik yang lebih baik.

Sebuah penelitian yang melibatkan sebanyak 204 mahasiswa Lubis dkk (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres akademik terbanyak pada kategori sedang, yaitu 80 mahasiswa (39,2%). Kemudian, 55 mahasiswa (27%) berada pada kategori tinggi, 48 mahasiswa (21%) pada kategori rendah, 14 mahasiswa (6,9%) pada kategori sangat tinggi dan 11 mahasiswa (5,4%) pada kategori sangat rendah. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi stres akademik dikalangan mahasiswa cenderung tinggi. Salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya stres pada mahasiswa adalah mengenai ketakutan akan kegagalan, stres akademik dapat muncul dari lingkungan akademis seseorang dan mencakup upaya untuk memenuhi tuntutan dari institusi pendidikan atau penggunaan sumber daya yang tidak memadai untuk penyesuaian individu. Stres juga dapat timbul akibat frustrasi karena kegagalan, atau dari ketidakpastian mengenai kemungkinan kegagalan itu sendiri (Turmudi & Suryadi, 2021). Faktor-faktor yang menyebabkan stres

akademik terdiri dari tuntutan pendidikan dan faktor internal diri individu. Faktor-faktor pendidikan meliputi intensitas belajar yang tinggi, frekuensi waktu belajar yang panjang, beban tugas akademik, ketidaknyamanan di ruang kelas, hubungan interpersonal yang buruk, fasilitas sekolah yang kurang memadai, dan kurangnya waktu luang. Rasa takut kegagalan adalah cara untuk menghindari kegagalan, terutama terhadap konsekuensi yang merugikan seperti rasa malu, penurunan harga diri, dan kehilangan pengaruh sosial (Muhid & Mukarromah, 2018). Kecemasan atau ketakutan terhadap pandangan dan konsekuensi negatif dari kegagalan dalam prestasi akademik membuat orang cenderung menghindari situasi yang terkait dengan kegagalan tersebut. Conroy et al. (2007) memberikan penjelasan tentang lima jenis ketakutan yang terkait dengan kegagalan: ketakutan akan dilecehkan atau dihina, ketakutan akan kehilangan harga diri, ketakutan akan kehilangan pengaruh sosial, ketakutan akan ketidakpastian masa depan, dan ketakutan akan mengecewakan orang penting. Ketakutan akan kegagalan adalah motif penghindaran yang merupakan kecenderungan untuk menghindari ancaman rangsangan kognitif dan emosional sementara, serta merasakan kecemasan, rasa malu, atau penghinaan sebagai akibat dari kegagalan dalam konteks pencapaian (Atkinson & Feather, 1966; Atkinson, 1957; Cacciotti, 2015; Conroy et al, 2003).

Salah satu faktor yang telah diidentifikasi sebagai penyebab tekanan ini adalah ekspektasi orangtua (Archer & Lamnin, 1985; Tran, Lee, & Khoi, 1996). Hal ini telah dikonfirmasi oleh beberapa penelitian yang telah meneliti hubungan antara ekspektasi orangtua dan tekanan psikologis (Agliata & Renk, 2009; Costigan, Hua, & Su, 2010; Wang & Heppner, 2002). Persepsi mahasiswa terhadap harapan orangtua agar cepat menyelesaikan masa studinya. Persepsi ini membuat mahasiswa merasa bahwa orangtuanya menuntut dan berkeinginan untuk mempercepat kelulusan anaknya, yang pada akhirnya menimbulkan kecemasan mahasiswa dan hasil yang kurang optimal (Winkel,

1996). Sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami tingkat tekanan psikologis yang signifikan selama masa kuliah mereka (American College Health Association, 2009; Royal College of Psychiatrists, 2003; Stewart-Brown et al., 2000; Watanabe, 1999; Webb, Ashton, Kelly, & Kamali, 1996).

Orangtua yang menetapkan harapan yang tidak realistis terhadap prestasi akademik anak mereka dapat mempengaruhi cara anak melihat harapan tersebut, yang pada gilirannya dapat menyebabkan anak tidak mencapai tujuan akademik mereka (Hurlock, 1990). Ekspektasi/harapan orangtua yang tinggi dapat menyebabkan keterlibatan orangtua yang berlebihan dalam kehidupan anak-anak mereka dan kontrol yang berlebihan terhadap mereka. Dalam hal ini, anak akan mencurahkan lebih banyak waktu untuk belajar daripada yang lain dan memiliki lebih banyak mengalami stres akademis. Selain itu, harapan tinggi dari orangtua juga dapat berdampak negatif pada kecemasan ujian (Arusha & Biswas, 2020). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa persepsi harapan orangtua adalah hasil dari pemikiran dan kesiapan orangtua terhadap anak, yang dikenal sebagai stimulus. Stimulus ini kemudian diinterpretasikan oleh anak untuk menunjukkan perilakunya dan konsekuensi yang dihasilkannya. Dalam merespon harapan orangtua, mahasiswa tentu memiliki penilaian atau persepsi tersendiri. Persepsi ini dapat memberikan dua sudut pandang yang berbeda, baik positif maupun negatif, yang nantinya akan mempengaruhi tindakan mahasiswa (Arifin et al., 2017).

Adanya harapan yang diberikan oleh orangtua membuat mahasiswa seringkali merasa bingung, disatu sisi ia ingin memenuhi keinginan orangtua nya, namun disisi lain kemampuan yang ia miliki dirasa kurang sehingga hal tersebut yang menjadi salah satu penyebab mahasiswa merasa cemas akan konsekuensi yang ia dapatkan jika tidak berhasil memenuhi harapan orangtua (Saw, Berenbaum, & Okazaki, 2012). Bagi sebagian mahasiswa, harapan

yang datang dari orangtua menjadi motivasi yang membuat mahasiswa bergerak untuk mendapatkan hasil yang maksimal, namun disisi lain jika harapan-harapan tersebut muncul tanpa adanya dukungan dari orangtua akan mengakibatkan mahasiswa merasa tertekan dan frustrasi, selain itu adanya perasaan khawatir mengalami kegagalan serta khawatir untuk mengecewakan orangtua karena tidak berhasil memenuhi apa yang menjadi harapan orangtua (Conroy D. E, 2003).

Mahasiswa tertekan dengan harapan orangtuanya dan khawatir akan mengecewakan orangtua dan dirinya sendiri karena orangtua menuntut prestasi akademik yang tinggi (Winkel, 1996). Mahasiswa yang selalu mendapat dukungan moral dan materi dari orangtua tidak akan mengalami rasa takut akan gagal (Sinaga, 2019). Orangtua yang menyadari pentingnya pendidikan akan mendukung anak mereka untuk mendapatkan pendidikan terbaik mereka (Setiawan & Tjahjono, 1997). Sangat penting untuk mengatasi ketakutan akan kegagalan, karena dapat membuat anak ragu untuk memulai sesuatu karena takut mereka tidak akan mampu mencapai hasil yang memuaskan (Sinaga, 2019). Bagi sebagian mahasiswa, harapan orangtua dapat menjadi dorongan untuk berprestasi lebih baik dalam akademiknya, sementara bagi yang lain, harapan tersebut bisa menjadi beban yang berat. Persepsi terhadap harapan orangtua yang sangat tinggi dapat mengurangi tekanan jika tidak terus-menerus diungkapkan namun, jika harapan tersebut sering kali diungkapkan, akhirnya hal tersebut bisa menjadi tekanan bagi mahasiswa (Kobayashi, 2005). Persepsi terhadap harapan orangtua tersebut dapat menjadi ketakutan akan kegagalan yang akan berdampak pada stresor dan kecemasan bagi mahasiswa.

Berdasarkan pemaparan sebelumnya dapat terlihat bahwa harapan orangtua serta *fear of failure* memiliki hubungan dengan stres akademik. Peneliti menemukan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi terhadap harapan orangtua dengan

ketakutan akan kegagalan pada mahasiswa jurusan psikologi Universitas Negeri Semarang dalam penelitian Hidayah (2021). Selanjutnya, pada penelitian Gabriella (2022) ditemukan adanya hubungan antara variabel persepsi terhadap harapan orangtua dengan stres akademik. (Faturahman et al., 2023) juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara ketakutan akan kegagalan dengan stres akademik. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mempelajari pengaruh persepsi terhadap harapan orangtua terhadap stres akademik dimediasi oleh *fear of failure*, dengan subjek dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Kota Bandung.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dirumuskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh persepsi terhadap harapan orangtua terhadap stres akademik dimediasi oleh *fear of failure* pada Mahasiswa Kota Bandung?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik apakah terdapat pengaruh persepsi terhadap harapan orang terhadap stres akademik dimediasi oleh *fear of failure* pada Mahasiswa Kota Bandung.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi dan wawasan yang memperkaya kajian ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi perkembangan dan pendidikan, mengenai penting nya stres akademik bagi mahasiswa serta pengaruhnya terhadap persepsi terhadap harapan orangtua dan *fear of failure* mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai landasan bagi mahasiswa dan orangtua untuk memahami harapan orangtua dan *fear of failure* sehingga mampu meminimalisir tingkat stres akademik.