

BAB I

PENDAHULUAN

Bab satu membahas mengenai pentingnya determinasi diri pada mahasiswa, masalah determinasi diri, pendekatan konseling singkat berfokus solusi yang digunakan untuk mengatasi masalah dan temuan penelitian sebelumnya mengenai efektivitas konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

A. Latar Belakang Penelitian

Determinasi diri merupakan unsur yang sangat penting dalam kehidupan karena merupakan salah satu faktor yang memungkinkan individu untuk: (1) memiliki kemampuan dan kesempatan dalam berkomunikasi serta membuat keputusan pribadi; (2) memiliki kemampuan untuk mengemukakan pilihan, melatih kendali terhadap jenis dan intensitas dukungan yang diterima; (3) memiliki kekuasaan untuk mengendalikan sumber-sumber dalam dirinya agar memperoleh hasil yang diinginkan dari suatu tindakan; (4) memiliki kesempatan untuk berpartisipasi dan berkontribusi terhadap lingkungan; dan (5) dapat mengadvokasi diri sendiri dan orang lain melalui berbagai aktivitas (Wehmeyer, dkk. 2010, dalam Loman, dkk. 2010; Vansteenkiste & Sheldon, 2006).

Determinasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang untuk memiliki tindakan mengubah kognitif dan perilaku secara konstan untuk memunculkan pilihan keputusan yang menyenangkan, mendatangkan manfaat bagi dirinya dan memperoleh akomodasi fleksibel dari lingkungan sosial serta dipengaruhi oleh rasa '*kepribadian*' (memaknai, yakin, rasa senang, optimis, tekad dan semangat) seseorang (Deci & Ryan, 1985; Deci, dkk, 1991; O'Connor & Vallerand 1994).

Pada dasarnya determinasi diri dimiliki oleh setiap individu, determinasi diri merupakan kemampuan yang dapat ditemukan, dipelajari dan dikembangkan, karena individu memiliki kebutuhan akan kompetensi yang berhubungan dengan,

(1) pengalaman menjadi sosok yang kompeten dan terdeterminasi; (2) perilaku untuk memunculkan perasaan senang; dan (3) mendorong interaksi berkelanjutan dengan lingkungan dalam pencarian dan penaklukan tantangan yang optimal untuk kapasitas individu (Deci & Ryan, 1985).

Dalam konteks kehidupan di perguruan tinggi, mahasiswa yang memiliki determinasi tinggi, akan menunjukkan perilaku seperti: ketekunan dan kegigihan dalam mencapai tujuan, lebih menikmati tugas akademik, kepuasan diri yang lebih tinggi, berkomitmen terhadap tindakannya, dan hubungan dengan dosen atau teman yang harmonis serta menunjukkan pengetahuan konseptual yang lebih tinggi (Deci & Ryan, 2000; Deci & Ryan, 2008; Deci, dkk, 1991; Lynch, Vansteenkiste & Ryan, 2010; Wichmann, 2011; O'Connor & Vallerand, 1994).

Penelitian Deci, dkk (1991) memperoleh temuan bahwa mahasiswa yang memiliki determinasi diri yang rendah, akan menunjukkan perilaku seperti: membolos kuliah, jenuh dalam belajar, malas mengerjakan tugas, kurang motivasi, perasaan tidak berdaya, memanjakan diri sendiri, mencela diri sendiri, sering berpikir negatif dan bergantung pada orang lain serta kurang memadai *self-motivated* (Lynch, Vansteenkiste & Ryan, 2010; Roberson, 1985; Deci & Ryan, 2000; Ryan, dkk, 2011).

Hasil studi pendahuluan mengenai perkembangan determinasi diri mahasiswa S-1 UPI angkatan 2015, menunjukkan bahwa: 1) sejumlah 2 mahasiswa (1,67%) memiliki tingkat determinasi diri pada kategori *ekternal regulation*, yang ditandai oleh: a) mahasiswa masuk ke kelas hanya untuk mengisi absensi, b) mahasiswa bertindak semata-mata agar memenuhi kewajiban, c) mahasiswa datang ke kampus terlambat, d) mahasiswa mengerjakan tugas atau pekerjaan karena adanya keinginan untuk membanggakan orang tua, e) mahasiswa lebih banyak meluangkan waktu untuk memanjakan diri sendiri, dan f) mahasiswa belum memiliki skala prioritas dalam menentukan tugas yang akan dikerjakan; 2) sejumlah 6 mahasiswa (5%) memiliki tingkat determinasi diri pada kategori *introjected regulation*, yang ditandai oleh: a) mahasiswa mengerjakan tugas sesuai dengan *mood* yang dirasakan dalam dirinya, b) mahasiswa tidak suka menerima

kritik orang lain terhadap tugas yang telah dikerjakan, c) mahasiswa belum konsisten dalam mempertahankan tekad dan keinginan yang dimiliki, d) mahasiswa berusaha memperoleh nilai atau IPK tinggi semata-mata untuk menyenangkan hati orang tua, dan e) mahasiswa belum memiliki rasa senang untuk mengerjakan tugas perkuliahan dengan baik dan benar; 3) sejumlah 59 mahasiswa (49,17%) memiliki tingkat determinasi diri pada kategori *identified regulation*, yang ditandai oleh: a) mahasiswa rela belajar sampai malam agar berhasil dalam mengerjakan ujian, b) mahasiswa mencari informasi mengenai UKM di kampus agar dapat menyalurkan kemampuannya, c) mahasiswa mengerjakan tugas kelompok dengan tanggung jawab, d) mahasiswa berhenti melakukan kegiatan di luar kampus yang mengganggu perkuliahan, dan e) mahasiswa memperbaiki tugas makalah dengan baik agar memperoleh nilai tinggi dari dosen; 4) sejumlah 39 mahasiswa (32,5%) memiliki tingkat determinasi diri pada kategori *integrated regulation*, yang ditandai oleh: a) mahasiswa memiliki skala prioritas dalam mengerjakan tugas kuliah, b) mahasiswa mendahulukan tugas yang mudah untuk dikerjakan, c) mahasiswa mengutamakan kepentingan akademik dibanding kepentingan organisasi, d) mahasiswa menanyakan informasi perkuliahan kepada teman atau kakak tingkat, dan e) mahasiswa mengunjungi perpustakaan saat kekurangan referensi untuk mengerjakan tugas kuliah; 5) sejumlah 14 mahasiswa (11,67%) memiliki tingkat determinasi diri pada kategori *intrinsic regulation*, yang ditandai oleh: a) mahasiswa mengikuti kuliah tertentu karena menyukai materi di dalamnya, b) mahasiswa serius dalam menekuni perkuliahan di jurusan saat ini, c) mahasiswa memperoleh kesenangan pribadi ketika mengikuti perkuliahan, d) mahasiswa belajar dengan tekun dan konsisten sebagai wujud syukur karena dapat berkuliahan, dan e) mahasiswa merasa bahagia ketika berkumpul dengan teman untuk mengerjakan tugas kelompok.

Penelitian *American College Health Associations* (2006, dalam Misra & McKean, 2000) menyatakan bahwa dari 97.357 mahasiswa menunjukkan bahwa 32% mahasiswa memiliki determinasi rendah mereka menunjukkan perilaku tidak

mampu menyelesaikan tugas dengan baik dan mendapat prestasi (IPK) yang lebih rendah.

Hasil penelitian yang dilakukan Solomon & Rothblum (1984) menyatakan bahwa indikasi mahasiswa mengalami penundaan akademik atau keterlambatan studi (kongesti) disebabkan mahasiswa memiliki kurangnya pengembangan determinasi diri, sehingga mereka mengalami masa studinya 5 tahun atau lebih. Berdasarkan data biro administrasi perencanaan dan sistem informasi (BAPSI) di salah satu universitas negeri di Indonesia menunjukkan bahwa 57% mahasiswa angkatan 2004/2005 masih terdaftar sebagai mahasiswa pada tahun 2010/2012 atau masa studi lebih dari 6-7 tahun, sehingga mahasiswa tersebut diindikasikan mengalami keterlambatan penyelesaian studi (kongesti) (Rumiani, 2006). Selain itu mereka merupakan individu yang kesulitan dalam menyelesaikan studi. Yabu & Irfan (2013) menyatakan bahwa apabila individu yang mengalami kesulitan dalam menyelesaikan studi dibiarkan, maka mereka mengalami atau terancam *dropout*.

Fenomena mengenai determinasi diri yang sudah dijelaskan di sub-sub sebelumnya menjadi sumber kekhawatiran dan kekritisannya peneliti untuk menemukan solusi yang tepat dan sesuai dalam mengembangkan determinasi diri mahasiswa.

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Upaya meningkatkan pengembangan determinasi diri mahasiswa merupakan suatu hal yang seyogianya memperoleh perhatian penting dari perguruan tinggi antara lain dosen pembimbing akademik (Dosen PA). Di Universitas Pendidikan Indonesia (UPI), jika dosen PA kurang memiliki kesempatan, kemampuan dan keterampilan psikologis untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi permasalahannya, maka sebaiknya dilakukan layanan *referral* (alih tangan) kepada dosen konselor yang bertugas di Unit Pelaksana Teknis Lembaga Bimbingan dan Konseling (UPT LBK) (Yusuf, 2013).

Bimbingan dan Konseling (BK) merealisasikan fungsi pendidikan kepada upaya membantu mahasiswa menyadari potensi dirinya, memperhalus (*refine*), menginternalisasi, memperbaharui, dan mengintegrasikan sistem nilai yang diwujudkan secara kongruen ke dalam pola perilaku yang mandiri (Kartadinata, 2011). Upaya mengembangkan determinasi diri mahasiswa melalui BK diperlukan berbagai metode dan teknik psikologis untuk memfasilitasi perkembangan perilaku mahasiswa.

Salah satu cara BK untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa adalah dengan memberikan layanan responsif yang bertujuan untuk memenuhi kebutuhan dan memecahkan masalah yang mengalami hambatan, kegagalan dalam mencapai tugas-tugas perkembangannya dengan segera. Layanan responsif yang digunakan yaitu teknik konseling. Konseling merupakan cara membantu individu dalam menghadapi hambatan atau tekanan dalam kehidupannya, menekankan perspektif kesehatan dan mencakup pencegahan, memfokuskan pada kesadaran individu, terstruktur, terarah pada tujuan yang jelas dan efektif (Cavanagh & Levitov, 2002).

Dalam mengembangkan determinasi diri, hasil kajian literatur ada beberapa pendekatan konseling yang dapat mengembangkan determinasi diri, yaitu a) Pendekatan *Motivational Interviewing* (MI), menjelaskan bahwa pendekatan MI dapat diterapkan dengan baik untuk mengembangkan determinasi diri pada aspek *competence* melalui pendekatan *nondirective* dan *reflection*, aspek *autonomy* melalui penyediaan informasi, dan aspek *relatedness* melalui hubungan komunikasi (Ryan, M. Richard & Deci, L. Edward, 2008), b) Pendekatan *Person Centered* memandang individu yang memiliki sumber intrinsik dan memiliki kapasitas untuk mengembangkan potensi yang dimilikinya serta bertanggung jawab atas kehidupannya, salah satu yang dapat dikembangkan menggunakan pendekatan *person centered* yaitu determinasi diri (Loman, Sheldon, et al, 2010), c) Hasil Penelitian Visser, F. Coert. (2012) menjelaskan mengenai penelitiannya di sebuah survei berbasis web di administrasikan pada 134 praktisi Konseling singkat berfokus solusi untuk menguji efektivitas penggunaan konseling singkat

berfokus solusi, responden di minta memberi rating sejauh mana konseling singkat berfokus solusi dapat berguna untuk meningkatkan 9 aspek pada konseli. 3 dari 9 aspek yang diuji adalah aspek determinasi diri. Hasilnya menunjukkan bahwa intensitas penggunaan pendekatan konseling singkat berfokus solusi berkorelasi terhadap pengembangan 3 aspek determinasi diri yaitu *autonomy*, *competence*, *relatedness* dan 6 aspek lainnya yaitu *existence of past success*, *stepwise change*, *positive behaviour*, *cooperativity*, *client perspective*, dan *focus on what works*. d) Hasil penelitian mengindikasikan bahwa SFBT dapat digunakan terhadap beragam permasalahan dan populasi. Corcoran (2000, dalam Cunanan, Elnora D. 2003) melaporkan efektivitas penggunaan konseling singkat berfokus solusi terhadap konseli dari etnis minoritas, sebagaimana dindikasikan oleh pernyataannya bahwa Konseling sigkat berfokus solusi menghargai perbedaan kultural melalui nilai-nilai determinasi diri yang dominan dalam diri konseli, mengjungjung kepercayaan bahwa setiap individu memiliki kekuatan dan sumber-sumber untuk mengatasi masalahnya sendiri, e) Penelitian Richarson menunjukkan dalam praktiknya konseling singkat berfokus solusi mendorong keterlibatan individu, melatih individu memiliki determinasi diri yang baik dan merepresentasikan *strength-based approach* (pendekatan konseling yang berbasis pada kekuatan dalam diri individu (National Standard of Social Worker, 2008; dalam Richarson, 2013). Pengembangan determinasi diri dapat berimplikasi terhadap tingginya *self motivated*, *internal locus of control*, *interest* dan *integrativeness* pada mahasiswa, serta berimplikasi pada penurunan tingkat *anxiety* dan *learning helplessness* (Anggraeni, 2008).

Hasil penelitian ini akan dibahas secara rinci di bab kajian pustaka, selanjutnya untuk mengembangkan determinasi diri pada mahasiswa, peneliti memilih konseling singkat berfokus solusi berdasarkan beberapa penelitian yang memaparkan mengenai kesesuaian konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan determinasi diri dalam bentuk kajian literatur, metaanalisis dan survey, sedangkan penelitian terkait konseling singkat berfokus solusi untuk mengembangkan determinasi diri jumlahnya masih terbatas, khususnya yang

bersifat penelitian yang melibatkan eksperimen perlakuan. Dengan demikian, dalam penelitian ini akan di kaji mengenai efektivitas konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri.

C. Rumusan Masalah dan Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang diidentifikasi dalam sub-sub sebelumnya, maka pertanyaan penelitian dalam tesis ini adalah “Apakah Konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok efektif untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa”.

Sebagai studi pendahuluan untuk menyusun program Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa pertanyaan penelitian tersebut diatas dirinci menjadi pertanyaan pertanyaan berikut ini.

1. Bagaimana profil tingkat determinasi diri mahasiswa S1 UPI tahun akademik 2014/2015 ?
2. Apakah Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok efektif untuk mengembangkan determinasi diri Mahasiswa ?
3. Bagaimana program Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok efektif untuk mengembangkan determinasi diri Mahasiswa ?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan efektivitas konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat Penelitian ini dapat ditinjau, secara teoritis dan praktis sebagai berikut:

Dodi Suryana, 2015

EFEKTIVITAS KONSELING SINGKAT BERFOKUS SOLUSI DALAM SETTING KELOMPOK UNTUK MENGEMBANGKAN DETERMINASI DIRI MAHASISWA

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Secara teoritis, penelitian ini menambah khasanah keilmuan mengenai konseling singkat berfokus solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa
2. Secara Praktis
 - a. Bagi Unit Pelaksana Teknis Bimbingan dan Konseling (UPT LBK) UPI, sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan layanan konseling singkat berfokus solusi baik secara individu atau kelompok sehingga individu dapat mengembangkan determinasi diri secara optimal.
 - b. Bagi Departemen Bimbingan dan Konseling, untuk mempertajam pengetahuan mengenai konseling singkat berfokus solusi pada mata kuliah teori dan praktek teknik konseling, dan teori dan praktek konseling kelompok.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam tesis ini adalah sebagai berikut:

1. Bab I Pendahuluan: terdiri atas latar belakang penelitian, identifikasi masalah penelitian, rumusan masalah dan pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.
2. Bab II Kajian Pustaka: terdiri atas kajian pustaka dan hasil penelitian, kerangka pemikiran, asumsi dan hipotesis penelitian.
3. Bab III Metode Penelitian: terdiri atas desain penelitian, populasi dan sampel, definisi operasional variabel penelitian, pengembangan instrumen pengumpul data, pengembangan rancangan intervensi Konseling Singkat Berfokus Solusi dalam *setting* kelompok untuk mengembangkan determinasi diri mahasiswa, teknik analisis data dan tahap penelitian.
4. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan: pemaparan dan pembahasan hasil penelitian
5. Bab V Penutup: terdiri atas kesimpulan penelitian dan rekomendasi penelitian