

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Sekolah Menengah Atas (SMA) dan universitas merupakan dua institusi yang memiliki perbedaan nyata baik dari segi fisik hingga sistem yang meliputinya. Adanya perbedaan cara belajar, perbedaan pola hubungan antara mahasiswa dengan pengajar, perbedaan kegiatan ekstrakurikuler, bahkan perbedaan hubungan antara mahasiswa dan mahasiswa yang lain, membutuhkan kemampuan dan keterampilan yang mumpuni untuk dapat beradaptasi di lingkungan universitas.

Ketika seorang siswa Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi seorang mahasiswa di suatu universitas, merupakan suatu fase peralihan yang memiliki banyak kemungkinan yang terjadi. Salah satunya adalah kemungkinan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan universitas yang memiliki banyak perbedaan kultur dan dinamika dengan lingkungan sekolah. Hal ini karena terdapat beberapa kendala yang dialami oleh para mahasiswa ketika pertama kali mereka masuk ke lingkungan baru yang sangat berbeda dari lingkungan yang mereka hadapi sebelumnya (Kertamuda & Herdiansyah, 2009: 12).

Brouwer (Alisjahbana, 1983: 68), mencatat beberapa masalah yang harus diperhatikan oleh mahasiswa dalam kaitannya dengan situasi dan status baru yang dihadapi, yaitu: perbedaan cara belajar, perpindahan tempat tinggal (kost, kontrakan, atau tinggal bersama keluarga), mencari teman baru dan hal-hal yang berkaitan dengan pergaulan, perubahan relasi (relasi orang tua-anak, antar saudara, antar teman sepermainan diganti dengan relasi dosen-mahasiswa, mahasiswa-mahasiswa dan sebagainya), pengaturan waktu, serta nilai-nilai hidup yang didapat di kampus.

Selain itu pada universitas pun terdapat penjurusan mahasiswa berdasarkan subyek mata kuliah yang diambil. Setiap jurusan memiliki materi dan

sifat pembelajaran yang berbeda-beda. Kondisi-kondisi tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat menyesuaikan diri dengan metode pengajaran yang diterapkan. Hal ini dikarenakan pada masa Sekolah Menengah Atas (SMA) pola pembelajaran tentulah berbeda. Mahasiswa dituntut untuk lebih bertanggung jawab dengan tugas-tugas yang dibebankan dan mampu mengatur diri sendiri dengan kebutuhan-kebutuhan di kampus.

Masalah-masalah yang berkaitan dengan peralihan masa Sekolah Menengah Atas (SMA) ke universitas, dapat membangkitkan emosi tersendiri bagi mahasiswa bahkan bisa menjadi sumber tekanan/stres pada dirinya. Ini sesuai dengan yang diungkapkan oleh Kertamuda & Herdiansyah (2009: 19) yang menyatakan bahwa jadwal kegiatan perkuliahan, metode belajar, norma serta kultur universitas yang menjadi stimulus sekaligus stresor bagi mahasiswa baru. Namun hal ini tentunya dipengaruhi pula oleh penilaian masing-masing mahasiswa terhadap setiap masalah yang ia hadapi ketika memasuki fase peralihan ke tingkat universitas. Dengan penilaian kognitif (*cognitive appraisal*), individu yang satu akan memberikan penilaian dan respon yang berbeda dengan individu yang lain terhadap situasi/kejadian yang sama (Lazarus & Folkman, 1984: 23). Seorang mahasiswa akan menilai apakah pengalaman yang ia hadapi berdampak positif atau negatif bagi kehidupan dirinya di kampus. Hal ini berarti bahwa penilaian kognitif seorang individu dapat menghayati peran yang dijalankannya, misalnya peran sebagai mahasiswa yang dipersepsikan sebagai suatu ancaman (*threat*) yang mempengaruhi kesejahteraannya atau mungkin sebagai suatu tantangan (*challenge*) yang akan menentukan langkah selanjutnya berkaitan dengan pengalaman yang terjadi.

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari 2013 dalam rangka mengetahui gambaran kondisi mahasiswa tingkat pertama, didapatkan hasil bahwa mahasiswa mengalami suatu tekanan ketika menghadapi situasi yang mereka hadapi berkaitan dengan lingkungan kampus. Hal ini disebabkan karena situasi tersebut sangatlah berbeda dengan situasi yang sebelumnya mereka alami di SMA. Mulai dari waktu belajar, hubungan dengan teman sebaya, hubungan mahasiswa dengan dosen, serta peraturan yang mereka

jalani di kampus membuat mahasiswa mengalami hambatan untuk menyesuaikan diri.

Salah satunya sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosiana (2011: 492-494) dimana sebagian mahasiswa belum dapat menyesuaikan diri dengan pola belajar mandiri yang seharusnya diterapkan di perguruan tinggi. Beberapa di antara mahasiswa membayangkan bahwa kuliah akan menyenangkan karena memiliki jadwal dan peraturan yang relatif lebih longgar daripada saat di Sekolah Menengah Atas (SMA). Namun setelah menjalani kuliah, mereka terkejut dengan jadwal kuliah yang berbeda-beda setiap hari dengan rentang waktu yang seringkali berjauhan antara satu mata kuliah ke mata kuliah lain. Hal ini, menurut mahasiswa, membuat mereka merasa lelah sehingga mereka kurang optimal dalam belajar dan mengatur waktu untuk kegiatan lainnya.

Berdasarkan penelitian tersebut, menurut Rosiana (2011: 493-494), apa yang menjadi penilaian kognitif mahasiswa terhadap budaya akademik di kampus berbeda dengan kenyataan yang mereka hadapi di lapangan sehingga dapat mempengaruhi pola penyesuaian diri mahasiswa baik di kampus maupun di luar kampus. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan sebanyak 19,54% mahasiswa tingkat pertama di Universitas Islam Bandung memiliki IPK dibawah angka 2 yang merupakan salah satu ciri bahwa para mahasiswa tersebut kurang memiliki kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan budaya dan tuntutan belajar di perguruan tinggi sejak awal memasuki perguruan tinggi (Rosiana, 2011: 493-494).

Arkoff (1968: 143) menjelaskan bahwa penyesuaian diri di universitas dalam hal pencapaian kuliah meliputi prestasi akademik mahasiswa dan pertumbuhan pribadi. Dalam pendekatannya, mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah mahasiswa yang memperoleh nilai yang memuaskan, lulus dalam setiap mata kuliah serta mencapai kelulusan akhir. Sebaliknya, mahasiswa yang tidak dapat menyesuaikan diri adalah mahasiswa yang memperoleh nilai yang tidak memuaskan, kurang menunjukkan penampilan dalam setiap mata kuliah, atau gagal, dan menunjukkan kecenderungan *drop out*

dari universitas atau perguruan tinggi sebelum kelulusan akhir. Selain prestasi akademik, penyesuaian diri di universitas juga melibatkan gagasan pertumbuhan pribadi. Seorang mahasiswa yang dapat menyesuaikan diri dengan baik adalah mahasiswa yang akan menunjukkan pertumbuhan pribadi baik dalam hal non-potensi akademik dengan mengacu pada prestasi di luar kelas, seperti dalam seni dan musik, kreativitas, dan kepemimpinan.

Selain itu penelitian lain yang dilakukan oleh Thawabieh, A.M & Qaisy L.M (2012: 110) mengenai “*Assessing Stress among University Student*” menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres dengan level sedang (*moderate*) dimana salah satunya dikarenakan mahasiswa datang dari kota yang berbeda-beda sehingga terdapat hambatan yang mereka alami ketika akan menyesuaikan diri dan menjalin relasi dengan mahasiswa lainnya. Di sisi lain, hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada salah satu mahasiswa baru menunjukkan bahwa prestasi akademis yang mahasiswa miliki cenderung lebih rendah bila dibandingkan dengan prestasi akademisnya sewaktu di SMA karena perbedaan metode dan cara belajar antara perkuliahan dengan SMA. Selain itu mahasiswa pun lebih rentan terhadap penyakit flu dan sakit kepala akibat dari pola makan yang tidak teratur karena jadwal perkuliahan yang berbeda-beda setiap harinya.

Ini membuktikan bahwa terdapat penilaian kognitif *stressful* pada mahasiswa dimana situasi yang mereka alami berkaitan dengan stres akademik cenderung membuatnya mengalami suatu hambatan dalam menyesuaikan diri. Hal tersebut berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Schneiders (1964: 274) dimana individu yang kurang mampu menyesuaikan diri adalah individu yang tidak dapat menyelaraskan tuntutan dalam dirinya dengan tuntutan lingkungannya dengan cara-cara yang dapat diterima lingkungannya.

Penyesuaian diri menarik untuk dikaji mengingat banyaknya mahasiswa dari berbagai universitas yang mengalami masalah dengan penyesuaian dirinya di kampus, sebagaimana pula yang diungkapkan oleh Schneiders (1964: 468) bahwa banyak siswa yang memiliki kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan situasi akademik karena benturan mendasar antara apa yang mereka inginkan dari

pendidikan dan apa yang pendidikan seharusnya berikan. Berdasarkan uraian di atas, peneliti memfokuskan kajian pada hubungan antara penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) *stressful* budaya akademik dengan penyesuaian diri mahasiswa semester tiga di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014.

B. Identifikasi dan Perumusan Masalah

Seiring dengan berbagai perbedaan yang dihadapi mahasiswa berkaitan dengan kondisi di universitas/ perguruan tinggi, maka akan timbul suatu penilaian tertentu pada diri mahasiswa berkaitan dengan pengalaman yang mereka hadapi di kampus. Tentunya hal ini akan mempengaruhi penyesuaian diri mahasiswa saat dihadapkan dengan berbagai hambatan dan kesulitan yang berkaitan dengan perbedaan-perbedaan tersebut. Suatu permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa dapat dipandang sebagai suatu ancaman yang akan merugikan dirinya pribadi atau mungkin suatu tantangan yang akan memberikan motivasi bagi dirinya untuk mencapai tujuannya. Hal tersebut tergantung pada penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) mahasiswa yang merupakan proses penilaian setiap individu terhadap peristiwa atau kejadian yang ia hadapi. Apakah dipersepsikan sebagai sesuatu yang berdampak positif atau berdampak negatif bagi kehidupannya di masa depan.

Peneliti memfokuskan penelitian ini pada mahasiswa semester tiga tahun ajaran 2013-2014 dengan pertimbangan bahwa mahasiswa tersebut telah menempuh masa satu tahun ajaran di kampus Universitas Pendidikan Indonesia. Peneliti merasa bahwa dalam jangka waktu satu tahun ajaran tersebut, mahasiswa semester tiga telah melakukan proses pembentukan penilaian kognitif *stressful* budaya akademik yang mereka rasakan selama perkuliahan sehingga dapat mempengaruhi pola penyesuaian diri mahasiswa di kampus maupun di luar kampus.

Berdasarkan identifikasi masalah yang berkembang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran penilaian kognitif *stressful* budaya akademik pada mahasiswa semester tiga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014?
2. Bagaimana gambaran penyesuaian diri mahasiswa semester tiga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014?
3. Bagaimana hubungan antara penilaian kognitif *stressful* budaya akademik dengan penyesuaian diri mahasiswa semester tiga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui gambaran penilaian kognitif *stressful* budaya akademik pada mahasiswa semester tiga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014
2. Untuk mengetahui gambaran penyesuaian diri mahasiswa semester tiga Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Pendidikan Indonesia Bandung Tahun Ajaran 2013-2014
3. Untuk mengetahui hubungan antara penilaian kognitif *stressful* budaya akademik dengan penyesuaian diri mahasiswa semester tiga Fakultas

D. Manfaat/Signifikansi Penelitian

Manfaat penelitian ini dapat dibedakan menjadi dua, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya referensi dalam bidang ilmu pengetahuan khususnya dalam kajian psikologi klinis mengenai penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) stres remaja yang berstatus sebagai mahasiswa tingkat pertama terhadap budaya akademik yang dihadapi, serta dapat memberikan sumbangan ilmiah terhadap pengembangan psikologi pendidikan, khususnya tentang masalah penyesuaian diri mahasiswa tingkat pertama.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi mahasiswa. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi serta gambaran mengenai penilaian kognitif (*cognitive appraisal*) stres pada mahasiswa terhadap budaya akademik dan penyesuaian dirinya di kampus. Sehingga mereka dapat mengatasi berbagai hambatan dan kesulitan yang dihadapi selama masa perkuliahan serta mampu mencapai prestasi akademik yang optimal.
- b. Bagi universitas. Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan masukan bagi pihak universitas dan dosen pembimbing akademik dalam rangka membantu dan mengarahkan mahasiswanya untuk dapat menghadapi berbagai hambatan dan

kesulitan yang mereka temui selama masa perkuliahan di kampus, seperti pengaturan waktu, bersosialisasi dengan teman baru, mencapai kesuksesan akademik, dan lain-lain.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Adapun rincian mengenai urutan penulisan dari setiap bab dalam skripsi ini dijabarkan sebagai berikut:

BAB I: Pendahuluan

- A. Latar Belakang
- B. Identifikasi dan Perumusan Masalah
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat/Signifikan Penelitian
- E. Asumsi Penelitian
- F. Hipotesis Penelitian
- G. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II: Kajian Pustaka, Kerangka Pemikiran, dan Hipotesis Penelitian

BAB III: Metodologi Penelitian

- A. Lokasi dan Subjek Populasi/Sampel Penelitian
- B. Desain Penelitian
- C. Metode Penelitian
- D. Definisi Operasional
- E. Instrumen Penelitian
- F. Proses Pengembangan Instrumen
- G. Teknik Pengumpulan Data
- H. Analisis Data

BAB IV: Hasil Penelitian dan Pembahasan

- A. Pengolahan atau Analisis Data

B. Pembahasan atau Analisis Temuan

BAB V: Kesimpulan dan Saran

Daftar Pustaka

Lampiran-lampiran

