

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1 Latar Belakang Masalah**

Salah satu ilmu yang saat ini berkembang dengan pesat, baik secara teoritis dan praktis adalah ilmu psikologi. Saat ini terapan ilmu psikologi telah banyak memberikan kontribusi di berbagai bidang, seperti Psikologi Industri dan Organisasi, Psikologi anak, remaja, dewasa dan keluarga, psikologi Pendidikan, Psikologi Sosial, Psikologi Klinis dan Psikologi Riset ([www.psikologi dalam dunia kerja//kelebihanjurusanpsikologi.com](http://www.psikologi.dalam.dunia.kerja//kelebihanjurusanpsikologi.com)). Salah satu universitas di kota Bandung yaitu universitas “X” memiliki fakultas psikologi sejak tahun 1965. Universitas “X” ini memiliki Fakultas Psikologi dengan akreditasi baik (<http://psikologi-x.com/index.php/profil-fakultas/sejarah>). Fakultas Psikologi ini memiliki beberapa tujuan bagi mahasiswa, diantaranya mahasiswa dapat menguasai teori-teori psikologi, mampu melakukan penelitian ilmiah di bidang psikologi, mampu menjelaskan dinamika tingkah laku manusia berdasarkan teori psikologi, mampu melakukan administrasi perangkat pemeriksaan psikologi secara akurat (<http://psikologi-x.com/index.php/profil-fakultas/visi-misi-dan-tujuan>).

Dalam usaha mencapai tujuan tersebut, Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung tidak hanya memberikan bekal teoretis kepada mahasiswa, namun juga dengan memberikan mata kuliah praktikum agar mahasiswa dapat menerapkan dan mempraktikkan ilmu yang dipelajari. Fakultas Psikologi Universitas “X”

Bandung menyediakan Mata Kuliah Praktikum Psikodiagnostik, yaitu Pengantar Psikodiagnostik, Observasi, Wawancara, Inventory, Bakat Minat, Intelegensi dan NST, Rorschach, TAT dan CAT, grafis dan grafologi, serta mata kuliah PPLK (Pedoman Penyusunan Laporan Kepribadian) yang dapat dikontrak mulai dari semester tiga sampai dengan semester tujuh. Menyelesaikan semua mata kuliah praktikum psikodiagnostik dengan nilai minimal C merupakan salah satu syarat kelulusan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

Mata kuliah PPLK merupakan gabungan dari Mata kuliah Psikodiagnostik yang telah dipelajari di semester-semester sebelumnya sehingga mahasiswa yang mengontrak PPLK diharapkan dapat menerapkan kompetensi dan ketrampilan yang telah diperoleh. Berdasarkan wawancara dengan koordinator mata kuliah PPLK, menyatakan bahwa tim dosen mata kuliah PPLK memiliki harapan agar mahasiswa memiliki kompetensi-kompetensi tertentu setelah mengikuti kuliah. Kompetensi tersebut diantaranya mahasiswa mampu membuat laporan kepribadian berdasarkan observasi, anamnesa atau wawancara dan hasil tes psikologi. Kemudian kompetensi dalam mengkaitkan hasil observasi, anamnesa dengan hasil tes psikologi yang ada, kemampuan mendeskripsikan hasil dari skor tes psikologi.

Mata kuliah PPLK memiliki bobot sebesar 2\* SKS (Satuan Kredit Semester) yang diberikan sebanyak dua kali seminggu selama enam jam pertemuan tatap muka (3 jam tatap muka di hari senin dan 3 jam lagi di hari rabu). Jarak antara hari pertama dan kedua cukup singkat, sehingga ketika mahasiswa mendapatkan tugas di hari pertama maka mahasiswa memiliki waktu yang terbatas untuk

menyelesaikannya. Berdasarkan survei terhadap 20 orang mahasiswa yang telah mengambil dan lulus mata kuliah PPLK, sebanyak 80% (16 mahasiswa) mengatakan mata kuliah PPLK merupakan mata kuliah yang paling berat selama mereka kuliah di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dan 20% (4 mahasiswa) lainnya mengatakan mata kuliah PPLK merupakan mata kuliah kedua terberat diantara semua mata kuliah. PPLK merupakan mata kuliah terakhir yang wajib diambil oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X”.

Di mata kuliah PPLK ini cukup banyak tugas yang harus dikerjakan, baik tugas pribadi maupun kelompok yang diberikan di setiap pertemuan. Tugas pribadi yang dikerjakan oleh mahasiswa seperti tugas untuk membuat instruksi alat ukur (kecerdasan, inventory, dan grafis) dan membuat interpretasi dasar masing-masing alat ukur. Kemudian mencari Subjek Penelitian (SP) sesuai kriteria. Mahasiswa kesulitan dalam mendapatkan SP karena lamanya waktu pengetesan dilakukan sekitar 5-6 jam. Setelah itu, hasil pengetesan akan diskoring dan diinterpretasi. Mahasiswa merasa waktu yang diberikan singkat untuk mengerjakan beberapa laporan sekaligus. Tugas lainnya adalah membuat psikogram dan gambaran kepribadian berdasarkan hasil pemeriksaan psikologi. Gambaran kepribadian ini dilengkapi dengan anamnesa. Mahasiswa kadang merasa kesulitan melakukan anamnesa karena harus menyesuaikan jadwal dengan SP-nya yang kuliah maupun yang sudah bekerja. Tugas-tugas pribadi ini dihayati sebagai sesuatu yang menekan mereka. Mahasiswa merasa mendapat banyak tugas di dengan waktu yang singkat padahal mereka masih mendapat tugas dari mata kuliah lain.

Selain tugas pribadi, mahasiswa juga mendapat tugas kelompok seperti menerjemahkan dan mempresentasikannya. Mahasiswa juga berdiskusi dalam kelompok mengenai contoh kasus di kelas. Kemudian membuat gambaran kepribadian dari contoh kasus sebagai latihan, dan dipresentasikan. Terkadang mahasiswa kesulitan untuk mengatur jadwal kerja kelompok karena mereka memiliki kesibukan masing-masing. Tugas pribadi dan kelompok tersebut akan direvisi setelah diperiksa dan diberi *feedback* oleh asisten dosen. Setelah itu, mahasiswa membuat laporan akhir pemeriksaan psikologi, mulai dari interpretasi fragmental semua alat ukur, hasil tes, anamnesa, observasi, psikogram, dan gambaran kepribadian SP. Mahasiswa yang mengambil mata kuliah PPLK menghayati bahwa tugas-tugas tersebut memberatkan mereka. Mereka merasa lelah dan malas mengerjakan tugas karena disetiap pertemuan selalu diberi tugas dengan waktu yang singkat.

Mata kuliah PPLK ini dapat dikontrak oleh mahasiswa di semester VII. Di semester VII ini juga, mahasiswa ditawarkan mata kuliah lain yang penting dan memiliki bobot yang cukup besar yaitu mata kuliah UP (Usulan Penelitian) dan mata kuliah sertifikasi. Mata kuliah UP merupakan mata kuliah yang harus dikontrak mahasiswa sebelum mengontrak skripsi. Sedangkan mata kuliah sertifikasi merupakan mata kuliah pilihan yang diwajibkan oleh Fakultas Psikologi Universitas “X” sebagai prasyarat untuk memenuhi jumlah SKS mata kuliah pilihan. Hampir di setiap angkatan dari tahun ke tahun, mahasiswa mengorbankan UP atau sertifikasi, dan lebih mengutamakan mata kuliah PPLK karena mereka merasa tugas di PPLK sangat banyak dan mereka tidak mau

mengulang mata kuliah tersebut. Mahasiswa juga mendengar dari angkatan-angkatan sebelumnya bahwa PPLK merupakan mata kuliah yang berat karena tugas yang banyak dan ada mahasiswa yang telah mengulang mata kuliah PPLK sebanyak lebih dari dua kali namun mereka belum lulus juga dari mata kuliah ini. Mahasiswa juga merasa akan kesulitan untuk membagi waktu mengerjakan tugas PPLK dengan mata kuliah lain.

Berdasarkan survey terhadap 20 orang mahasiswa yang sama, sebanyak 80% (16 mahasiswa) mengatakan mereka kesulitan membagi waktu untuk mengerjakan tugas mata kuliah yang banyak setiap pertemuan dan menyesuaikan jadwal dengan kelompok, kesulitan menuliskan apa yang ada dipikiran ke dalam laporan, masih adanya tugas-tugas mata kuliah lain dan kegiatan lain di luar kuliah yang dilakukan. Sedangkan 20% (4 lainnya) mengatakan bahwa mereka tidak begitu kesulitan untuk mengatur jadwal untuk membuat tugas pribadi maupun kelompok, masih dapat mengikuti kegiatan di luar kampus dengan baik. Sebanyak 65% (13 mahasiswa) mengatakan bahwa nilai tugas yang didapat tidak sebanding dengan pengorbanan mereka, seperti mereka memilih menyelesaikan PPLK dari pada mengerjakan yang lain bahkan beberapa mahasiswa tidak masuk mata kuliah lain demi menyelesaikan tugas PPLK. Mahasiswa juga mengatakan mereka tidak mau mengulang mata kuliah PPLK dibandingkan dengan mata kuliah lain jika tidak lulus karena tugas yang banyak disetiap pertemuan. Sedangkan 35% (7 mahasiswa) lainnya mengatakan mereka merasa mendapat nilai yang sesuai dengan yang dikerjakan sekalipun mereka tetap merevisi tugas. Selain itu, sebanyak 75% (15 mahasiswa) mengatakan mereka mengeluh apabila

keesokan harinya ada mata kuliah PPLK, dan 25% (5 mahasiswa) mengatakan mereka tidak mengeluh dan terbiasa dengan jadwal kuliah PPLK yang padat.

Hal ini membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang mengambil Mata kuliah PPLK merasa terbebani. Mahasiswa merasa tidak tenang karena selalu teringat tugas PPLK. Ini membuat mahasiswa membutuhkan kondisi yang dapat membantunya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Adanya kondisi yang mendukung, dapat membuat mahasiswa berespon secara positif dengan lingkungannya, yaitu mengerjakan tugas-tugas PPLK dengan baik, serta melakukan perannya dengan baik selain di perkuliahan. Kondisi yang dihayati menekan oleh mahasiswa ini membutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitarnya secara positif yang disebut dengan *resilience*.

*Resilience* merupakan kemampuan individu untuk dapat menyesuaikan diri dan mampu berfungsi dengan baik ketika berada pada situasi yang menekan atau banyak halangan dan rintangan (Bernard, 2004). Adanya *resilience* akan membuat mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak mata kuliah PPLK dapat tetap mengerjakan tugas-tugas PPLK dengan baik dan tetap mampu menjalankan perannya selain di perkuliahan dengan baik. *Resilience* yang dimiliki oleh mahasiswa dapat dilihat melalui aspek-aspek dalam *resilience* yaitu *social competence, problem solving skills, autonomy, sense of purpose and bright future*.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dengan kemampuan *social competence* yang tinggi

akan tetap mampu menjalin persahabatan dengan orang lain, dapat menyatakan pendapat yang berbeda kepada dosen dengan cara yang baik, mampu berperilaku yang dapat memunculkan respon yang positif dari orang lain, mau memaafkan orang lain yang melakukan kesalahan. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dengan *problem solving skills* yang tinggi dapat mengetahui apa yang harus dilakukan dalam menghadapi kesulitan-kesulitan mengerjakan tugas PPLK.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dengan *autonomy* yang tinggi menilai diri positif dan yakin akan kemampuannya, mengerjakan tugas-tugas PPLK dan mendapatkan hasil yang maksimal, tidak mudah terpancing emosinya ketika mendapat perlakuan yang tidak menyenangkan dari temannya seperti temannya mengatakan hal yang negatif mengenai dirinya. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dengan aspek *sense of purpose and bright future* yang tinggi akan termotivasi dan tidak mudah putus asa dalam menghadapi kesulitan yang dihadapi, menyemangati diri untuk segera menyelesaikan tugas PPLK, dan optimis dapat menyelesaikan tugasnya dengan baik.

Berdasarkan survey kepada 20 mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengambil Mata kuliah PPLK dalam aspek *social competence*, 75% (15 mahasiswa) mengatakan mereka menghindari pembicaraan mengenai tugas PPLK, karena mereka merasa terbebani dengan tugas di setiap pertemuan dan 25% (5 mahasiswa) lainnya mengatakan mereka mampu bertanya kepada asisten

dosen ketika kesulitan dalam mengerjakan tugas PPLK. Sebanyak 60% (12 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka menjadi jarang berkumpul dengan temannya karena mengerjakan tugas PPLK dan 40% (8 mahasiswa) yang lain mengatakan mereka masih meluangkan waktu bersama dengan temannya sekalipun tugas PPLK yang harus dikerjakan banyak dalam waktu singkat.

Dalam aspek *problem solving skills*, 55% (11 mahasiswa) mengatakan kebingungan dan tidak berani bertanya kepada dosen maupun asisten dosen ketika kesulitan mengerjakan tugas PPLK, mereka tidak nyaman ketika mengingat tugas PPLK sehingga membuat mahasiswa menjadi tidak dapat maksimal mengerjakan sesuatu yang lain. Sebanyak 45% (9 mahasiswa) mengatakan mereka akan segera merevisi tugas setelah diberikan *feedback* oleh asisten, dan ketika ada yang kurang dipahami, mereka tidak ragu untuk bertanya kepada asisten dosen di kelasnya.

Untuk aspek *autonomy*, 60% (12 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka merasa malas, lelah, dan kadang hanya mengerjakan seadanya tanpa menginginkan hasil yang optimal atau mengerjakan tugas PPLK apabila sudah mendekati *deadline* karena bagi mereka yang lebih utama adalah mengumpulkan tepat waktu. Sebanyak 40% (8 mahasiswa) mengatakan sekalipun lelah dan kesulitan namun mereka sadar harus tetap menyelesaikan tugas PPLK dan tugas dari mata kuliah lain dengan sebaik mungkin. Sebanyak 50% (10 mahasiswa) mengatakan mereka tidak yakin akan kemampuannya dalam menyelesaikan tugas serta mengikuti mata kuliah PPLK dan 50% (10 mahasiswa) yang lain

merasa yakin mampu mengikuti dan mengerjakan tugas PPLK dengan berbekal ilmu yang diperoleh di mata kuliah-mata kuliah sebelumnya.

Untuk aspek *sense of purpose and bright future*, sebanyak 70% (14 mahasiswa) mengatakan mereka yakin dapat lulus dengan nilai yang baik dan mengerjakan tugas dengan sebaik mungkin. Sebanyak 30% (6 mahasiswa) lainnya mengatakan bahwa mereka dapat lulus namun tidak menjamin mendapatkan nilai yang baik karena yang terpenting mereka tidak mengulang mata kuliah PPLK. Sebanyak 35% (7 mahasiswa) mengatakan mereka menyemangati diri sendiri ketika mendapatkan tugas mata kuliah sekalipun mulai jenuh mengerjakan tugas PPLK karena mereka merasa mata kuliah ini akan menjadi bekal mereka di kemudian hari. Sedangkan 65% (13 mahasiswa) merasa tidak begitu mendapatkan manfaat dari kuliah PPLK baik sekarang maupun ketika bekerja nanti sehingga mereka tidak bersemangat mengerjakan tugas dan menunda mengerjakan tugas mata kuliah PPLK.

Berdasarkan hasil survey terhadap 20 orang mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas "X" Bandung, maka dapat diketahui bahwa aspek *social competence, problem solving skills, autonomy*, dan *sense of purpose and bright future* pada mahasiswa bervariasi. Selain itu, didapatkan bahwa mahasiswa merasa tertekan dengan tugas-tugas yang ada ketika kuliah PPLK. Berdasarkan hal ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai derajat *resilience* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas "X" Bandung.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari penelitian ini, ingin diketahui sejauhmana derajat *resilience* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung.

## **1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Maksud penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran mengenai derajat *resilience* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh gambaran yang lebih mendalam mengenai derajat *resilience* yang dilihat dari aspek-aspeknya yaitu *social competence, problem solving skills skills, autonomy, sense of purpose and bright future and bright future*, serta faktor-faktor yang mempengaruhinya pada Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung.

## **1.4 Kegunaan Penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan Ilmiah**

- Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dalam bidang psikologi khususnya Psikologi Pendidikan mengenai derajat *resilience* pada mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah PPLK.
- Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan bagi peneliti lain yang berminat untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai derajat *resilience* pada mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah PPLK.

### **1.4.2 Kegunaan Praktis**

- Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi para dosen pengajar dan asisten dosen PPLK mengenai derajat *resilience* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung agar dapat mendukung mahasiswa untuk lulus mata kuliah PPLK.
- Penelitian ini juga dapat memberikan informasi kepada mahasiswa yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengenai *resilience*, agar dapat dimanfaatkan untuk mengembangkan dan menyesuaikan diri sekalipun sedang mengalami kesulitan.

## **1.5 Kerangka Pemikiran**

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung berusia 20 tahunan. Pada usia ini

mahasiswa berada pada tahap perkembangan masa dewasa awal (Santrock, 2002). Pada masa-masa ini mahasiswa memiliki tugas perkembangan yang harus dikerjakan, seperti pada masa-masa perkembangan yang sebelumnya. Tugas-tugas perkembangan pada masa dewasa awal ini diantaranya menyelesaikan pendidikannya, mulai menentukan karier, memiliki pekerjaan. Pada masa ini, individu sudah mulai menyelesaikan masa sekolah atau pendidikan dan mulai untuk memikirkan kehidupan yang berikutnya yaitu karir dalam dunia kerja (Santrock, 2002).

Salah satu tugas perkembangan bagi mahasiswa di Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung adalah harus menyelesaikan studi sesuai dengan kurikulum dari Fakultas Psikologi di Universitas “X” tersebut. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung harus menyusun penelitian (skripsi) dan memenuhi 145 SKS serta lulus dalam semua mata kuliah praktikum dengan nilai minimal C. Mata kuliah praktikum yang dirasakan paling berat adalah mata kuliah PPLK. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas-tugas PPLK seperti kesulitan mendapatkan Subyek Penelitian, kesulitan menginterpretasi simptom, kesulitan menulis laporan hasil pemeriksaan, merevisi tugas setelah mendapat *feedback* dan masih harus mengerjakan tugas dari mata kuliah lain.

Dalam kondisi seperti ini, diharapkan mahasiswa dapat menyesuaikan diri secara positif dengan situasi yang menekan yaitu adanya kesulitan yang dialami dalam mengerjakan tugas PPLK. Kemampuan

individu untuk dapat menyesuaikan diri secara positif ditengah situasi yang menekan dengan berbagai kesulitan yang ada disebut dengan *resilience* (Benard, 2004). Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK dengan *resilience* yang tinggi, akan tetap memiliki kemampuan menjalankan kewajiban dan tanggung jawabnya baik di mata kuliah lain maupun kegiatan di luar kampus sekalipun mereka mengalami situasi yang menekan. Kekuatan *resilience* merupakan karakteristik individu, yang disebut aset internal atau kompetensi pribadi, yang diasosiasikan dengan perkembangan kesehatan dan kesuksesan dalam hidup. *Resilience* ini dimunculkan dalam empat aspek yaitu aspek *social competence, problem solving skills, autonomy* dan *sense of purpose and bright future* (Bernard, 2004).

Aspek pertama dari *resilience* yaitu *social competence*. *Social competence* merupakan karakteristik, kemampuan, dan sikap yang penting dalam membangun suatu hubungan dan ikatan positif dengan orang lain. *Social competence* dilihat dari *Responsiveness, Communication, Empathy and Caring, Compassion, Altruism, forgiveness*. *Responsiveness* merupakan kemampuan untuk memperoleh respon positif dari orang lain. *Responsiveness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK misalnya mahasiswa mampu menata kata-katanya dengan baik ketika berbicara dengan teman maupun dosen dan asisten di kelas. *Communication* merupakan kemampuan untuk berkomunikasi dan kemampuan untuk menyampaikan suatu hal kepada

seseorang tanpa menyakiti atau menyinggung perasaan orang lain. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki kemampuan *communication* yang tinggi, mampu menyatakan pendapat kepada dosen, asisten dosen, maupun teman-teman di mata kuliah PPLK dengan baik.

*Empathy* merupakan kemampuan seseorang untuk mengetahui bagaimana perasaan orang lain dan mengerti pandangan orang lain. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *empathy*, dapat memahami perasaan temannya yang ditegur dosen atau asisten karena melakukan kesalahan. *Compassion* adalah keinginan untuk menolong orang lain yang menderita. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *compassion* yang tinggi akan membantu temannya yang kesulitan memahami materi PPLK. *Altruism* adalah melakukan sesuatu bagi seseorang apa yang mereka butuhkan. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *altruism* yang tinggi akan membantu menjelaskan materi kuliah kepada temannya yang kurang memahami materi di kelas PPLK. *Forgiveness* merupakan kemampuan untuk memaafkan diri sendiri dan juga orang lain. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *forgiveness* yang tinggi akan mampu memaafkan teman kelompok yang tidak menegerjakan tugas kelompok.

Aspek kedua dari *resilience* adalah aspek *problem solving skills* yang meliputi kemampuan *planning*, fleksibilitas, *resourcefulness*, *critical thinking and insight*. *Planning* merupakan kemampuan merencanakan. *Planning* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK misalnya mahasiswa menyusun jadwal mengerjakan tugas-tugas kuliah agar dapat maksimal ketika mengerjakan tugas PPLK. Fleksibilitas merupakan kemampuan melihat alternatif dan berusaha mencari solusi alternatif. Mahasiswa yang memiliki fleksibilitas yang tinggi, mengubah jadwal kegiatannya apabila merasa tidak dapat menyelesaikan tugas PPLK dengan waktu yang singkat sehingga mereka agar dapat menyelesaikan tugas PPLK tepat waktu.

*Resourcefulness* adalah kemampuan untuk mencari bantuan, pemanfaatan sumber daya dalam memecahkan masalah. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki kemampuan *resourcefulness* yang tinggi dapat mencari dan menemukan sumber-sumber lain yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas mata kuliah PPLK ketika mereka kesulitan mengerjakan tugas. *Critical thinking* merupakan kemampuan menganalisis agar dapat menemukan solusi ketika menghadapi masalah. *Insight* merupakan bentuk pemecahan masalah yang paling dalam, mencakup kesadaran atau intuisi. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *critical thinking and insight* yang tinggi dapat mencari tahu penyebab kesulitan mengerjakan tugas PPLK.

Berikutnya, aspek ketiga dari *resilience* adalah *autonomy* yang merupakan kemampuan untuk mandiri dan kemampuan kontrol terhadap lingkungan. *Autonomy* dapat dilihat dari *positive identity, internal locus of control and initiative, self efficacy and mastery, adaptive distancing and resistance, self awareness and mindfulness, humor*. *Positive identity* sering disejajarkan dan disinonimkan dengan evaluasi diri yang positif atau *self-esteem*. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memandang dirinya positif merasa yakin bahwa mereka mampu lulus mata kuliah PPLK. Ketika mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK memiliki *positive identity* yang tinggi, mahasiswa akan lebih percaya diri dan mau berusaha ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas PPLK.

*Internal locus of control* secara umum merupakan perasaan memiliki kuasa atau kekuatan dalam diri. *Initiative* merupakan kemampuan untuk menjadi termotivasi dalam mengarahkan perhatian dan usaha untuk mencapai goal yang menantang. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK yang memiliki *internal locus of control and initiative* akan menyemangati dirinya, berinisiatif untuk mengerjakan tugas dan dapat mengatur dirinya untuk mengerjakan tugas PPLK. *Self-efficacy* merupakan keyakinan mahasiswa akan kekuatan pribadi yang dimilikinya. *Mastery* merupakan hal yang berhubungan dengan *self efficacy*. *Mastery* mengacu pada perasaan kompeten atau memiliki pengalaman dalam melakukan sesuatu secara benar. Keyakinan yang dimiliki mahasiswa

Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung akan membuat mereka merasa mampu untuk mengerjakan tugas dan lulus dari mata kuliah PPLK.

Selanjutnya, *adaptive distancing* meliputi proses pemisahan diri secara emosional oleh karena kegagalan, dengan adanya kesadaran dari dalam diri bahwa dirinya bukanlah penyebab kegagalan tersebut, dan dia tidak dapat mengontrol adanya kegagalan tersebut dan kemungkinan adanya masa depan yang lain (Chess, 1989, p.195 dalam Benard, 2004). *Resistance* berupa penolakan untuk menerima pesan-pesan negatif mengenai diri, gender, atau budaya. *Resistance* adalah suatu wujud dari *adaptive distancing*. *Adaptive distance and resistance* yang tinggi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung misalnya mahasiswa tidak akan larut dalam masalah yang dialaminya atau ketika mengalami kesulitan dalam mengerjakan tugas PPLK. *Self-Awareness and mindfulness* merupakan kemampuan untuk menyadari pikiran, perasaan, kebutuhan tanpa terperangkap dalam emosi. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mahasiswa yang memiliki *awareness and mindfulness* yang tinggi akan tetap mampu mengendalikan emosinya ketika mahasiswa memberikan pendapat di kelas dan pendapatnya tersebut ditolak oleh temannya. Humor merupakan kemampuan untuk tertawa, bermain, atau bahkan untuk tersenyum, membantu mengubah amarah dan kesedihan menjadi tawa. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang memiliki humor yang tinggi, dapat bercanda dengan temannya, maupun keluarganya sekalipun sedang mengalami kesulitan dengan tugas-tugasnya.

Aspek terakhir dari *resilience* adalah *sense of purpose and bright future* yang merupakan kemampuan mengarahkan diri pada tujuan atau masa depan, optimis, kreatif, menghayati makna diri, serta kepercayaan yang mendasar bahwa individu memiliki tempat di dunia ini. *Sense of purpose and bright future* dilihat dari *Goal direction, achievement motivation, educational aspiration, special interest, creativity and imagination*, serta *optimism and hope, faith, spirituality, sense of meaning*. *Goal direction* seringkali memiliki arti yang sama dengan kompetensi berencana. *Achievement motivation* merupakan motivasi berprestasi dan berpengaruh terhadap perilaku. pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang memiliki *goal direction, achievement motivation, educational aspiration* yang tinggi, mampu mengarahkan dirinya sehingga ia mampu mengerjakan tugas dan lulus dari mata kuliah PPLK.

Selanjutnya, menurut Werner and Smith, individu yang memiliki minat khusus dan hobi mendorong perhatian mereka dan memberi mereka sebuah perasaan dalam penguasaan tugas (Werner & Smith, 1982, 1992, dalam Benard, 2004). Ketika mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang memiliki *special interest, creativity and imagination*, merasa jenuh dengan tugas PPLK, mahasiswa memiliki hobi yang dapat menghiburnya sebelum kembali mengerjakan tugas praktikumnya.

Optimisme sering dikaitkan dengan *belief* dan kognisi yang positif, dan harapan sering diasosiasikan dengan emosi dan perasaan-perasaan

positif, misalnya mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung optimis mampu mengerjakan tugas dan lulus dari mata kuliah PPLK. Keyakinan dan spiritualitas menggambarkan kualitas perubahan dari pembuatan makna, apakah dengan cara memberikan arti atau makna pada hal-hal yang di luar kontrol atau dengan menciptakan maknanya sendiri. Beberapa orang mendapat kekuatannya dari agama atau kepercayaannya, sementara sisanya mencapai rasa stabilitas atau pengertian dengan menemukan jawabannya sendiri atas pertanyaan mengenai tujuan apa yang ingin yang dicapai dan penghargaan diri (Bonie Bernard, 2004). Mahasiswa yang memiliki *faith, spirituality, sense of meaning* yang tinggi percaya bahwa Tuhan akan membantu mereka mengerjakan tugas dan lulus dari mata kuliah PPLK.

Aspek-aspek yang terdapat pada *resilience* ini dapat bervariasi derajatnya karena dipengaruhi oleh adanya *protective factor* yang dimiliki oleh individu. *Protective factor* ini dapat diperoleh dari lingkungan. Lingkungan mahasiswa Fakultas Psikologi disini adalah keluarga, dan kampus (dosen, asisten dosen, dan teman-teman kuliah). *Protective factor* merupakan faktor yang mendukung dan melindungi mahasiswa dari *adversity* atau situasi yang menekannya (Mastern & Reed, 2002; Sandler, 2001 dalam Bernard, 2004). *Protective factors* terdiri dari *caring relationships, high expectations* dan *opportunities for participant and contribution*.

*Caring relationship* merupakan dukungan kasih sayang dari lingkungan untuk selalu ada untuk mendukung, membantu, mempercayai, dan memberikan cinta yang tidak bersyarat. *High expectation* yang berasal dari keluarga, sekolah, lingkungan masyarakat akan membangun *resilience* dalam diri individu. *High expectation* juga mendukung kekuatan *resilience* dalam berfikir kritis, menggali dan mengembangkan rasa ingin tahu juga memungkinkan individu untuk dapat melakukan *problem solving skills* dan mengambil keputusan (Kohl, 1994 ; dalam Bernard, 2004). *Opportunities for participant and contribution* merupakan kesempatan yang diberikan kepada individu untuk menghadapi, menantang, dan tertarik mengikuti suatu kegiatan. *Opportunities for participant and contribution* juga memberikan kesempatan untuk melatih kemampuan *problem solving* dan pengambilan keputusan. Kapasitas perkembangan *resilience* membutuhkan lingkungan yang mendukung mahasiswa untuk dapat menemukan diri mereka, memenuhi kebutuhan dasar psikologis rasa aman (*safety*), dicintai dan merasa memiliki (*love/belonging*), dihargai (*respect*), mandiri dan memiliki kekuasaan (*autonomy/power*), kebutuhan untuk mendapatkan sesuatu yang menantang (*challenge/mastery*), dan kebutuhan untuk dapat melakukan hal yang diinginkan (*meaning*) (Bonnie Benard, 2004).

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang menghayati bahwa keluarga dan lingkungan kampus (dosen, asisten dosen, dan teman-teman kuliah) memberikan dukungan, kasih sayang, dan perhatian (*caring relationships*), maka kebutuhan rasa aman dan kebutuhan dicintai akan terpenuhi. Ketika

mahasiswa merasa aman dan dicintai, maka mahasiswa menjadi memiliki kemampuan untuk menjalin relasi, berpendapat, berempati dan menolong orang lain, sehingga akan meningkatkan kemampuan *social competence* pada mahasiswa. Selain itu, mahasiswa memiliki keyakinan diri akan kemampuannya, merasa memiliki kompetensi untuk melakukan sesuatu, menjadi lebih peka akan diri dan lingkungannya, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *autonomy* pada mahasiswa.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang menghayati bahwa keluarga dan lingkungan kampus (dosen, asisten dosen, dan teman-teman kuliah) percaya bahwa mereka dapat mengerjakan tugas-tugasnya (*high expectations*), maka kebutuhan untuk dihargai, kebutuhan untuk mandiri dan memiliki kekuasaan, kebutuhan untuk mendapatkan sesuatu yang menantang, dan kebutuhan melakukan kegiatan yang diinginkan akan terpenuhi. Ketika mahasiswa merasa dihargai, merasa mandiri, merasa memiliki kekuasaan dan dapat melakukan hal yang menantang maka mahasiswa akan mampu mencari alternatif dan mencari solusi ketika menghadapi masalah, mampu mencari bantuan dalam mengatasi masalahnya, mampu menganalisis dan berfikir kritis, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *problem solving* pada mahasiswa. Selain itu, mahasiswa merasa ingin mendapatkan sesuatu yang menantang dan merasa dapat melakukan kegiatan yang diinginkan, maka mahasiswa menjadi lebih mandiri, lebih yakin akan kemampuan dan kompetensi yang dimiliki, serta mampu mengarahkan diri pada tujuan yang ingin dicapai, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *autonomy* pada diri

mahasiswa. Kemudian, mahasiswa juga merasa memiliki kekuasaan, merasa mampu melakukan kegiatan yang diinginkan, maka mahasiswa menjadi lebih optimis akan kemampuannya sendiri, memiliki harapan dan keyakinan mencapai tujuan yang diinginkan, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *sense of purpose and bright future* mahasiswa.

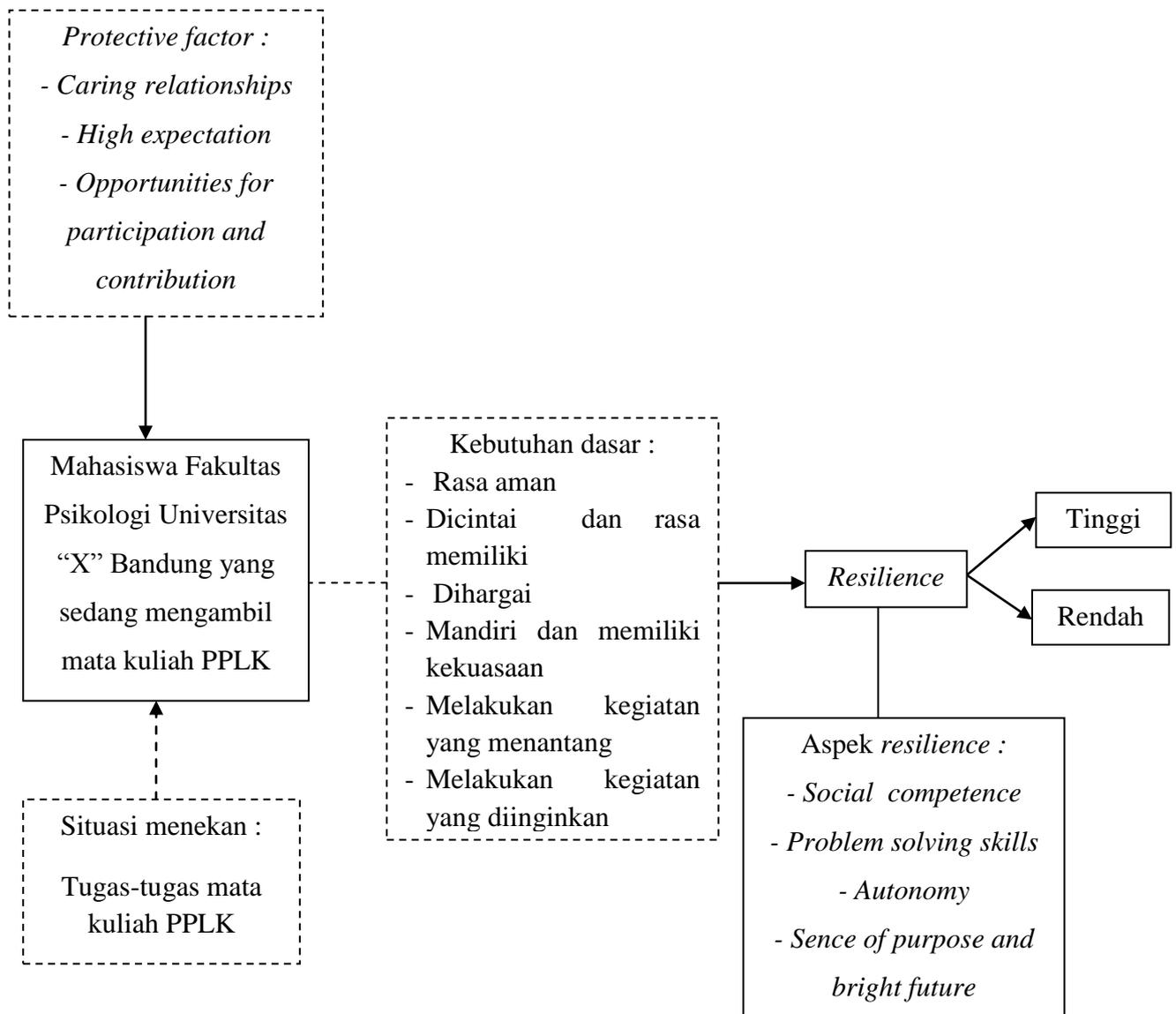
Mahasiswa Fakultas Psikologi yang menghayati bahwa keluarga dan lingkungan kampus (dosen, asisten dosen, dan teman-teman kuliah) memberikan kesempatan kepada mahasiswa (*opportunities for participant and contribution*), maka kebutuhan dihargai, kebutuhan untuk mandiri dan memiliki kekuasaan, kebutuhan untuk mendapatkan sesuatu yang menantang, dan kebutuhan untuk melakukan kegiatan yang diinginkan akan terpenuhi. Ketika mahasiswa merasa dihargai, merasa mandiri, maka mahasiswa menjadi mampu berkomunikasi dan menjalin relasi dengan orang lain, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *social competence* mahasiswa. Selain itu, mahasiswa merasa memiliki kekuasaan, merasa ingin melakukan kegiatan yang menantang, maka mahasiswa menjadi mampu menemukan solusi dan mencari alternatif dalam mengatasi masalahnya, serta mampu untuk membuat perencanaan, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *problem solving* pada mahasiswa. Kemudian, mahasiswa juga merasa mandiri, memiliki kekuasaan, merasa dapat melakukan kegiatan yang disukai, maka mahasiswa menjadi lebih peka dengan diri sendiri dan orang lain, mampu untuk mengarahkan diri pada tujuan yang ingin dicapai, serta memiliki keyakinan bahwa dirinya memiliki kompetensi melakukan

sesuatu, sehingga dapat meningkatkan kemampuan *autonomy* pada mahasiswa.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung yang memiliki derajat *resilience* tinggi akan mampu untuk membangun relasi dan ikatan yang positif dengan orang lain walaupun sedang mengalami situasi yang menekan dan banyak kesulitan. Mahasiswa juga mampu untuk memecahkan masalahnya ketika mengalami kesulitan dalam tugas PPLK, mahasiswa juga memiliki kemandirian dan mampu mengontrol dirinya, serta mampu mengarahkan diri untuk lulus dari mata kuliah PPLK.

Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung yang memiliki derajat *resilience* rendah, maka pada saat mahasiswa mengalami situasi yang menekan, mahasiswa menjadi kurang mampu untuk membangun relasi dengan orang lain. Mereka juga kurang mampu memecahkan masalahnya ketika menghadapi kesulitan mengerjakan PPLK, mahasiswa juga kurang memiliki kemandirian dan kurang mampu mengontrol dirinya, serta kurang mampu mengarahkan diri untuk lulus mata kuliah PPLK.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat digambarkan dengan skema kerangka pemikiran sebagai berikut :



Bagan 1.1 Skema Kerangka Pemikiran

## 1.6 Asumsi

- Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung menghadapi situasi yang menekan berupa tugas-tugas PPLK.
- Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung memerlukan *resilience* yang tinggi untuk menghadapi situasi yang menekan berupa tugas-tugas PPLK.
- Derajat *resilience* mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dapat dilihat melalui aspek-aspek *resilience* yaitu : *social competence, problem solving skills, autonomy* dan *sense of purpose and bright future*.
- *Resilience* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung dipengaruhi oleh *protective factors* yaitu *caring relationships, high expectations*, dan *opportunities to participate and contribute* yang berasal dari keluarga dan lingkungan kampus (dosen, asisten dosen dan teman-teman kuliah). *Protective factors* akan memenuhi kebutuhan dasar psikologis (kebutuhan rasa aman, kebutuhan dicintai dan merasa memiliki, kebutuhan dihargai, kebutuhan mandiri dan memiliki kekuasaan, kebutuhan melakukan sesuatu yang menantang, dan kebutuhan melakukan hal yang diinginkan) mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung yang dapat meningkatkan aspek-aspek *resilience*.

- Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengambil mata kuliah PPLK di Universitas “X” Bandung memiliki derajat *resilience* yang berbeda-beda.