



UNIVERSITAS  
KRISTEN  
MARANATHA



KONAS OPTIMALISASI  
COMMUNITY WELL-BEING

**PROCEEDING**

# KONFERENSI NASIONAL

**Konferensi Nasional**

"Optimalisasi Community Well-being  
dalam Perspektif Multidisipliner"

Bandung, 4-5 September 2015

**50**  
50<sup>th</sup> Anniversary

# **PROCEEDING**

**Konferensi Nasional**  
**Optimalisasi *Community Well-being* dalam Perspektif Multidisipliner**

**Bandung, 4 – 5 September 2015**

**FAKULTAS PSIKOLOGI**  
**UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA**

## DAFTAR ISI

<b>KOMITE</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	iii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	vi
Analisis Kesejahteraan Subyektif Anak Didik Lembaga Pemasyarakatan Anak ..... <i>Sri Masliah, Juke R. Sirogai, Rismijati E. Koesma, Hendriati Agustiani</i>	1
<i>Amanah in Mother Among Undergraduate Students (Indigenous Psychological Analysis)</i> ..... <i>Sri Wahyuni, Mukhlis, Suwanda Priyadi</i>	9
Dukungan Keluarga dan Kesejahteraan Psikologis pada Ibu Bekerja..... <i>Anggia Kargenti Evanurul Maretih, Rizka Aprilia</i>	19
<i>Subjective Well-Being pada Single Mother</i> ..... <i>Yuli Widiningsih, Dewi Wasiatl</i>	29
Hubungan Kualitas Persahabatan dengan Pemaafan yang Dimediasi oleh Empati pada Remaja ..... <i>Hijriyati Cucuani, Dewi Angaini</i>	39
<i>Academic Buoyancy, Protective Factors dan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Psikologi yang Menggunakan Kurikulum KKNi di Universitas "X"</i> ..... <i>Priska Anallya, Ka Yan</i>	47
Studi Kasus mengenai <i>Psychological Well-Being (PWB)</i> pada Pria Pensiunan PNS Usia 60-80 Tahun di Bandung Utara..... <i>Elvy Selviana Chandra, Saniwati Sunarto, Lie Fun Fun</i>	57
Kontribusi Dimensi-dimensi <i>Attachment to God</i> terhadap Tipe <i>Forgiveness</i> Siswa SMA Kristen dan Katolik di Bandung ..... <i>Heliary Kiswantomo</i>	65
Studi Kasus mengenai <i>Psychological Well-Being</i> pada Abdi Dalem Punakawan di Keraton Kasultanan Yogyakarta ..... <i>Gemala Doreen Ngelow, Missiliana Riasnugrahani, Cakrangadinata</i>	77
Studi Deskriptif mengenai Pola <i>Attachment</i> terhadap Pasangan pada Mahasiswa Universitas "X" Bandung ..... <i>Viona Patricia Fernandi, Yuspendi, Cindy Maria</i>	87
Peran <i>Positive Reappraisal</i> dalam Hubungan Antara <i>Mindfulness</i> dan <i>Marital Satisfaction</i> (Sebuah Tinjauan Teoretis) ..... <i>Dewa Ayu Putu Eka Sucahyati Winaya Putri, Ida Ayu Kartikawati, Henndy Ginting</i>	97
Peran <i>Parent Involvement</i> untuk Meningkatkan <i>School Engagement</i> Siswa SMPN "X" di Kota Bandung..... <i>Ida Ayu Sri Widdyati, Jane Savitri, Trisa Genia C. Zega</i>	107
Suatu Tinjauan Teoretis terhadap Typologi <i>Work-Family Balance</i> pada Tipe Pekerjaan 'Manager Menengah'..... <i>Fifie Nurrofia, Ira Adelina</i>	115

<i>Psychological Well Being Masyarakat Etnis Madura</i> .....	125
<i>Netty Herawati</i>	
Studi Korelasi Antara Grit dan IPK pada Mahasiswa Kurikulum Berbasis KKNi Fakultas Psikologi Angkatan 2013 di Universitas 'X' di Kota Bandung .....	133
<i>Milda, Eveline Sarintohe, Iman Setiadi Arif</i>	
Profil Resiliensi ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) di Klinik "X" Kota Bandung .....	143
<i>Dyah Titi S, Verry Celiandi</i>	
Pola Berpikir yang Terintegrasi guna Mengoptimalkan <i>Community Well-Being</i> dalam Proses Desain Bangunan.....	157
<i>Theresia Pyrkyawati</i>	
Pengaruh Pendapatan Nasional terhadap Konsumsi di Indonesia sebagai Upaya Meningkatkan Kesejahteraan Rakyat Periode 1997-2013 .....	165
<i>Sugiartiningsih</i>	
<i>The Practice of Well-Being in Taiwan: Literature study</i> .....	175
<i>Maya Malinda</i>	
Pentingnya Etika dalam Pemimpin Efektif.....	185
<i>P. Julius F. Nagel</i>	
Kontribusi <i>Underground Economy</i> terhadap Perekonomian di Jawa Timur.....	197
<i>Kharisma Juwita Nuriga, Zefany Yarden Palinggi, Luky Patricia Widianingsih, Hubertus Brandon Arnaud Giovanni, dan Edwin Agustinus Ramawijaya</i>	
Konsep Harmoni dalam Leksikon Bertani di Kampung Cibungur, Kabupaten Purwakarta (Studi Antropolinguistik).....	207
<i>Fajar Sandy, Bayu Iqbal Anshari, Ghaldy Agassi, Iwan Ridwan, M. Naufal Hafizh</i>	
Optimisme Kesembuhan dalam Jampi <i>Ngamandian Budak</i> : Studi Etnolinguistik di Kampung Pasir Harja, Subang .....	217
<i>Iwan Ridwan, Adi Irawandi, Ismi Aliyah, Jumina</i>	
Pengaruh Kemunculan Kata dalam Deteksi Kepribadian Studi Kasus: Kelompok Remaja GKI Anugerah Bandung .....	227
<i>Sandi Guna Wirawan, Oscar Kamalim, Hapnes Toba</i>	
Optimalisasi <i>Community Well-Being</i> dalam Perspektif Multidisipliner Komunitas Sejahtera "Terminal Kebudayaan" Transportasi Publik Menuju Bandung Kota Budaya .....	237
<i>Gai Suhardja</i>	
Perancangan Promosi Komunitas-komunitas Pelaku Seni Gamelan Sunda Kontemporer melalui Event "Bandung Contemporary Gamelan Fest" untuk Meningkatkan Kesejahteraan Komunitas-Komunitas tersebut.....	243
<i>Validiah Ashri Fajri, Sandy Rismantojo</i>	
Telaah Fungsi Hunian Vertikal dalam Memenuhi Kebutuhan Tempat Tinggal terhadap Terbentuknya Kesejahteraan Masyarakat.....	255
<i>Sriwinarsih Maria Kirana</i>	
Desain Grafis dan Gaya Hidup Sehat di Depan Layar Komputer Studi Eksploratif Peran Desain Grafis untuk Mencegah <i>Computer vision syndrome</i> pada Pengguna Komputer .....	265
<i>Rene Arthur Palit</i>	

Transportasi Umum sebagai Kunci dalam Perspektif <i>Community Well-being</i> di Kota Bandung.....	275
<i>Andi Aulia Hamzah</i>	
Pengenalan Desain pada Siswa Pengidap <i>Cerebral Palsy</i> Menggunakan Media <i>Power Point</i> (Studi Kasus Pengabdian Masyarakat di SLB-D YPAC Jl. Mustang 8 Bandung) .....	285
<i>Irena V. G. Fajarto</i>	
Akses Kreativitas dalam Perwujudan <i>Ekonomi Kerakyatan</i> Berbasis Potensi Lokal pada Produk Oncom di Jawa Barat .....	291
<i>Ferlina Sugata</i>	
Penyelesaian Sengketa Bank Garansi antara Bank dan Perusahaan Asuransi melalui Lembaga Arbitrase di Indonesia.....	303
<i>Jafar Sidik</i>	
Perspektif Hukum Progresif dalam Pembebasan Tanah untuk Kepentingan Pembangunan (Studi Kasus Pembebasan Tanah untuk Pembangunan Waduk Logung di Kabupaten Kudus).....	319
<i>Hidayatullah</i>	
Gambaran Kebiasaan Anak dan Perilaku Ibu dalam Menjaga Kebersihan Mulut Anak di Kecamatan Jatinangor Tahun 2014 .....	331
<i>Grace Monica, Tina Dewi Judistiani, Hadiyana Sukandar</i>	
Terapi Paliatif dan Suportif dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Pasien Kanker.....	339
<i>Susanti Bulan</i>	
Efisiensi Pengunyahan terhadap Kualitas Hidup pada Lansia yang Mengalami Kehilangan Gigi .....	349
<i>Dian Lesmana, Sri Tjahajawati, Vita M. Tarawan Lubis</i>	

# **Academic Buoyancy, Protective Factors dan Kecenderungan Stres pada Mahasiswa Psikologi yang Menggunakan Kurikulum KKNi di Universitas "X" Bandung**

**Priska Analya, Ka Yan**

*Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Maranatha, Bandung*

[pika.priska@gmail.com](mailto:pika.priska@gmail.com), [kresentia\\_kayan@yahoo.com](mailto:kresentia_kayan@yahoo.com)

## **Abstrak**

*Academic buoyancy* didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk dapat berhasil menghadapi penurunan akademis dan tantangan sehari-hari dalam kehidupan sekolah seperti nilai yang buruk, mengejar deadline, tekanan ketika menghadapi ujian dan tugas-tugas sekolah yang sulit (Martin and Marsh, 2010). Sistem pembelajaran KKNi (Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia) yang menekankan pada keaktifan siswa, jam belajar yang panjang, serta cara belajar dan mengajar yang berbeda merupakan tantangan yang harus dihadapi oleh mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas "X" Bandung. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan melibatkan 155 orang sebagai sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 94,2 % mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengikuti Kurikulum KKNi di Universitas "X" Bandung memiliki derajat *academic buoyancy* yang tinggi. Apabila ditinjau dari predictor *academic buoyancy*, mayoritas mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* yang tinggi memiliki derajat yang tinggi pula pada semua prediktornya (*self efficacy, planning, persistence, anxiety dan control*), sedangkan mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* yang rendah, mayoritas memiliki derajat yang rendah pada prediktor *persistence* dan *control*. Berdasarkan data penunjang, diperoleh data bahwa semakin banyak perhatian yang diberikan teman semakin meningkatkan derajat *academic buoyancy* mahasiswa. Mahasiswa yang memiliki derajat *academic buoyancy* yang tinggi juga memiliki kecenderungan stress yang relatif lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa yang memiliki derajat *academic buoyancy* yang rendah. Hasil penelitian ini sejalan dengan *positive psychology* yang mendukung individu untuk memiliki kondisi kehidupan yang sehat dan juga mencapai pertumbuhan psikologis yang pada akhirnya dapat meningkatkan kesejahteraan hidup seseorang.

Kata kunci : *academic buoyancy, KKNi, protective factor, stress*

## **I. Pendahuluan**

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara ( UU. SISDIKNAS No. 20 thn 2003). Untuk dapat mencapai hal tersebut maka diperlukan suatu sistem pembelajaran yang dapat membantu para peserta didik untuk mengembangkan potensi dan kompetensi yang dimilikinya baik berupa pengetahuan yang diperoleh melalui perguruan tinggi serta pelatihan yang dapat menunjang keterampilan yang kelak akan diperlukan dalam memasuki dunia kerja. Terkait hal tersebut maka mulai disosialisasikan Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia (KKNi) sebagai acuan untuk pembangunan sumber daya manusia dan tenaga kerja Indonesia. KKNi merupakan kerangka penjenjangan kualifikasi kompetensi yang dapat menyandingkan, menyetarakan, dan mengintegrasikan antara bidang pendidikan dan bidang pelatihan kerja serta pengalaman kerja dalam rangka pemberian pengakuan kompetensi kerja sesuai dengan struktur pekerjaan di berbagai sektor. (<http://edukasi.kompas.com/read/2013/04/02/1917141/KKNi.Jadi.Acuan.Pendidikan>)

Secara konseptual, setiap jenjang kualifikasi dalam KKNi disusun oleh empat parameter utama yaitu keterampilan kerja, cakupan keilmuan/pengetahuan, metoda dan tingkat kemampuan dalam mengaplikasikan keilmuan/pengetahuan tersebut serta kemampuan manajerial. Sektor pendidikan formal, dapat menggunakan KKNi sebagai rujukan dalam merencanakan sistem

pembelajaran perguruan tinggi di Indonesia sehingga dapat dengan tepat memposisikan kemampuan lulusannya pada salah satu jenjang kualifikasi KKNI dan memperkirakan kesetaraannya dengan jenjang karir di dunia kerja.

Salah satu perguruan tinggi yang menerapkan sistem KKNI adalah Fakultas Psikologi di Universitas "X" Bandung. Sistem pembelajaran ini menekankan pada kompetensi mahasiswa baik secara individu maupun secara klasikal/kelompok. Metoda pembelajaran di kelas meliputi ceramah, presentasi individual atau kelompok, serta praktikum untuk menerapkan pengetahuan yang telah mereka ketahui.

Proses pembelajaran berlangsung dari hari Senin sampai Jumat dengan jam perkuliahan dari pukul 09.00 sampai dengan 16.00, dan istirahat selama satu jam. Setiap mahasiswa diharapkan untuk dapat berperan aktif dalam proses kegiatan belajar mengajar dan sistem penilaian akan dinilai mendetail setiap pertemuan dan mengacu pada kompetensi yang telah ditentukan untuk setiap mata kuliah. Untuk dapat lulus dalam mata kuliah, mahasiswa dipersyaratkan untuk mencapai nilai mutu minimal 'B'. Bagi mahasiswa yang belum mencapai nilai minimal tersebut bisa mengikuti remedial.

Selain hal tersebut, Fakultas juga melakukan evaluasi kemajuan studi yang diadakan pada akhir semester kedua, dan semester empat, yang masing-masing memiliki persyaratan tertentu. Evaluasi pada akhir semester dua ini meliputi beberapa ketentuan yaitu, mahasiswa harus memperoleh batas kelulusan minimal 50% dari semua modul yang telah ditempuh. Apabila terdapat mahasiswa yang tidak memenuhi syarat minimal kelulusan tersebut, maka mahasiswa akan diberikan peringatan dari pihak fakultas. Evaluasi selanjutnya dilakukan pada saat semester keempat, dalam evaluasi ini memiliki beberapa syarat yaitu, para mahasiswa harus lulus minimal 60% dari semua modul yang telah ditempuh. Apabila mahasiswa tidak dapat memenuhi syarat tersebut, maka mahasiswa diminta untuk mengajukan surat pengunduran diri. Evaluasi mengenai syarat minimal kelulusan akan dilaksanakan setelah pelaksanaan semester padat (SP).

Berdasarkan hasil survey peneliti kepada 20 orang mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas "X" Bandung yang menjalani program KKNI, diperoleh data bahwa seluruh mahasiswa merasakan kelelahan untuk mengikuti sistem perkuliahan yang padat dan banyaknya tugas-tugas yang harus dikerjakan. Sebanyak 90% mahasiswa yang merasa jenuh, bosan, dan merasa bahwa proses pembelajaran ini terlalu monoton. Mereka merasa bahwa materi yang diberikan sangat banyak namun materi tersebut disampaikan hanya dalam waktu yang singkat. Hal tersebut membuat mereka merasa kesulitan untuk dapat memahami materi secara lebih mendalam.

Untuk dapat menghadapi berbagai tantangan dalam perkuliahan, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk dapat berhasil menghadapi penurunan akademis dan tantangan sehari-hari dalam kehidupan sekolah yang disebut dengan *Academic buoyancy*. *Academic buoyancy* dikembangkan oleh Andrew Martin dan Herbert Marsh, berdasarkan teori *Resilience*. *Academic buoyancy* menekankan pada masalah sehari-hari yang dialami siswa dalam sekolah seperti kurangnya motivasi dan daya juang, kurangnya *performance* di sekolah, nilai yang buruk, kurang percaya diri karena nilai yang buruk, level stres dan tekanan sehari-hari.

Fokus dari *academic buoyancy* meliputi membangun kekuatan dan menekankan pada pendekatan yang proaktif terhadap tantangan yang dihadapi dan meningkatkan hasil pendidikan yang mencakup lingkungan sekolah yang sehat, *adaptive intrapersonal*, motivasi dan daya juang yang positif, minat dan sikap yang positif. Lebih lanjut lagi, konsep dari *buoyancy* lebih selaras dengan orientasi *positive psychology* yang berusaha lebih memahami banyak orang yang "sehat", yang berbeda dengan *resilience* yang seringkali membatasi pada kasus yang ekstrim pada masalah yang berada pada akhir spektrum. Dalam hal ini, *Buoyancy* merupakan versi *positive psychology* dari *resilience* (Martin dan Marsh, 2006).

## II. Identifikasi Masalah

Untuk mengetahui bagaimana gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa fakultas psikologi yang Menggunakan KKNI di Universitas 'X' Bandung.

## 2.1 Tujuan Penelitian

Untuk memperoleh data mengenai derajat *academic buoyancy* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang menggunakan KKNi di Universitas 'X' Bandung berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhinya.

## 2.2 Manfaat Penelitian

1. Memberikan sumbangan ilmu bagi Psikologi Pendidikan dan Psikologi Klinis untuk memperdalam pemahaman mengenai *academic buoyancy*
2. Memberikan informasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang menggunakan KKNi di Universitas 'X' Bandung mengenai manfaat *academic buoyancy*, untuk dapat membantu mengoptimalkan potensi diri mereka dan mampu menghadapi berbagai tuntutan akademis.
3. Memberikan informasi kepada dosen wali mengenai gambaran *academic buoyancy* pada mahasiswa. Informasi ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi dosen wali dalam memberikan konsultasi yang berkaitan dengan akademis.

## III. Metodologi Penelitian

### 3.1 Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Variabel Penelitian ini adalah *academic buoyancy* pada mahasiswa Fakultas Psikologi yang mengikuti kurikulum KKNi Di Universitas 'X' Bandung.

### 3.2 Alat Ukur

Alat ukur dalam penelitian ini menggunakan kuesioner *academic buoyancy* yang disusun oleh peneliti berdasarkan konsep *Academic Buoyancy* yang dikemukakan oleh Andrew Martin dan Herbert Marsh (2010) yang terdiri dari lima *predictor*, yaitu *self efficacy*, *planning*, *persistence*, *anxiety* dan *control*. Kuesioner terdiri dari 56 item yang dibuat dalam bentuk pernyataan-pernyataan dan terbagi dalam item positif dan item negatif. Untuk memperoleh gambaran yang lebih rinci, peneliti melengkapi data dengan menggunakan data pribadi dan data penunjang yang terdiri dari usia, jenis kelamin, IPK, *protective factors*, dan frekuensi mengalami *stress* dalam mengikuti perkuliahan KKNi. Validitas alat ukur berkisar antara 0,301 – 0,89 dan reliabilitas alat ukur adalah 0,728.

### 3.3 Populasi Sasaran

Populasi sasaran dalam penelitian ini adalah mahasiswa aktif Fakultas Psikologi yang mengikuti kurikulum KKNi Di Universitas 'X' Bandung. Responden penelitian ini berjumlah 155 orang mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2013 yang mengikuti kurikulum KKNi Di Universitas 'X' Bandung.

### 3.4 Teknik Analisa Data

Data kuesioner diolah secara statistik dengan menghitung frekuensi dari tiap jawaban sehingga dapat diperoleh persentase setiap alternatif jawaban dari setiap individu. Hal ini dilakukan dengan membagi jumlah frekuensi setiap jawaban pada responden dengan jumlah keseluruhan persentase.



## Hasil Penelitian

**Tabel III.1 Jenis Kelamin Sampel**

	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>
Laki-laki	25	16,1
Perempuan	130	83,9
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

**Tabel III.2 Derajat *Academic Buoyancy***

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Frequency</i>	<i>Percent</i>
RENDAH	9	5,8
TINGGI	146	94,2
<b>Total</b>	<b>155</b>	<b>100,0</b>

**Tabel III.3 Gambaran *Academic Buoyancy* dan *Self Efficacy***

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Self Efficacy</i>		
	RENDAH	TINGGI	TOTAL
RENDAH	4	5	9
	44,4%	55,6%	100,0%
TINGGI	6	140	146
	4,1%	95,9%	100,0%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>145</b>	<b>155</b>
	<b>6,5%</b>	<b>93,5%</b>	<b>100,0%</b>

**Tabel III.4 Gambaran Antara *Academic Buoyancy* dan *Planning***

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Planning</i>		
	RENDAH	TINGGI	TOTAL
RENDAH	4	5	9
	44,4%	55,6%	100,0%
TINGGI	6	140	146
	4,1%	95,9%	100,0%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>145</b>	<b>155</b>
	<b>6,5%</b>	<b>93,5%</b>	<b>100,0%</b>

**Tabel III.5** Gambaran Antara *Academic Buoyancy* dan *Persistence*

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Persistence</i>		Total
	RENDAH	TINGGI	
RENDAH	7 77,8%	2 22,2%	9 100,0%
TINGGI	12 8,2%	134 91,8%	146 100,0%
Total	19 12,3%	136 87,7%	155 100,0%

**Tabel III.6** Gambaran Antara *Academic Buoyancy* dan *Anxiety*

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Anxiety</i>		Total
	RENDAH	TINGGI	
RENDAH	3 33,3%	6 66,7%	9 100,0%
TINGGI	19 13,0%	127 87,0%	146 100,0%
Total	22 14,2%	133 85,8%	155 100,0%

**Tabel III.7** Gambaran Antara *Academic Buoyancy* dan *Control*

<i>Academic Buoyancy</i>	<i>Control</i>		Total
	RENDAH	TINGGI	
RENDAH	5 55,6%	4 44,4%	9 100,0%
TINGGI	9 6,2%	137 93,8%	146 100,0%
Total	14 9,0%	141 91,0%	155 100,0%

**Tabel III.8** Tabulasi Silang Antara *Caring Relationship (Teman)* dan *Academic Buoyancy*

<i>Caring Relationship (Friend)</i>	<i>Academic Buoyancy</i>		Total
	RENDAH	TINGGI	
CUKUP MEMPERHATIKAN	6 6,7%	83 93,3%	89 100,0%
KURANG MEMPERHATIKAN	1 16,7%	5 83,3%	6 100,0%
SANGAT MEMPERHATIKAN	2 3,3%	58 96,7%	60 100,0%
Total	9 5,8%	146 94,2%	155 100,0%

Tabel III.9 Tabulasi Silang antara *Academic Buoyancy* dan Derajat *Stress*

<i>Academic Buoyancy</i>	stress			Total
	JARANG	SERING	TERKADANG	
RENDAH	0 0,0%	5 55,6%	4 44,4%	9 100,0%
TINGGI	8 5,5%	41 28,1%	97 66,4%	146 100,0%
Total	8 5,2%	46 29,7%	101 65,2%	155 100,0%

Tabel III.10 Tabulasi Silang Antara *Academic Buoyancy* dan *IPK*

<i>Academic Buoyancy</i>	IPK		Total
	RENDAH	TINGGI	
RENDAH	6 66,7%	3 33,3%	9 100,0%
TINGGI	67 45,9%	79 54,1%	146 100,0%
Total	73 47,1%	82 52,9%	155 100,0%

#### IV. Diskusi

Penelitian ini melibatkan 155 mahasiswa, dengan 83,9% (130 orang) berjenis kelamin perempuan dan 16,1% (25 orang) berjenis kelamin laki-laki (tabel 3.1). Berdasarkan data pada tabel 3.2, mayoritas mahasiswa (94,2%) memiliki *academic buoyancy* yang tinggi. Artinya, mereka merasa yakin bahwa dirinya akan mampu untuk dapat mengerjakan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen, mampu membuat perencanaan dalam melakukan tugas-tugas yang diberikan, memiliki kesungguhan untuk terus berusaha dalam mengerjakan berbagai tugas, dan menganggap keberhasilan atau kegagalannya dalam hal akademis diakibatkan dari sumber-sumber yang berada di dalam dirinya sendiri. Menurut Martin dan Marsh (2007) fokus dari *academic buoyancy* meliputi membangun kekuatan dan menekankan pada pendekatan yang proaktif terhadap tantangan yang dihadapi dan meningkatkan hasil pendidikan yang mencakup lingkungan sekolah yang sehat, *adaptive intrapersonal*, motivasi dan daya juang yang positif, minat dan sikap yang positif. Lebih lanjut lagi, konsep dari *buoyancy* lebih selaras dengan orientasi *positive psychology* yang berusaha lebih memahami banyak orang yang "sehat", yang berbeda dengan *resilience* yang seringkali membatasi pada kasus yang ekstrim pada masalah yang berada pada akhir spektrum.

*Academic buoyancy* dapat terukur melalui lima *predictor*, yaitu *self-efficacy*, *planning*, *persistence*, *anxiety* dan *control*. Pada penelitian ini, mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* yang tinggi, mayoritas juga memiliki derajat yang tinggi pada semua prediktornya (tabel 3.3-tabel 3.7). Sedangkan pada mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* rendah, mayoritas memiliki derajat yang rendah pada prediktor *persistence* dan *control*, namun memiliki derajat yang tinggi pada prediktor *self efficacy*, *planning* dan *anxiety*.

*Self-efficacy* merupakan keyakinan dan kepercayaan diri mahasiswa bahwa ia memiliki kemampuan untuk memahami atau mengerjakan tugas perkuliahan dengan baik, menghadapi tantangan dan melakukan yang terbaik berdasarkan kemampuan yang mereka miliki (Andrew J Martin, 2003). Pada mahasiswa yang memiliki derajat *self efficacy* tinggi, mereka yakin dengan

kemampuan dirinya sehingga yakin dapat mengerjakan tugas jika telah belajar dan yakin dapat memahami materi selama mendengarkan penjelasan dosen dengan sungguh-sungguh.

*Planning* merupakan kemampuan mahasiswa dalam menentukan tujuan yang akan dicapai dan membuat langkah-langkah untuk dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Zimmerman, 2001). *Planning* terdiri dari dua komponen utama yaitu *goal setting* dan *strategic planning*. *Goal setting* adalah kemampuan mahasiswa untuk menentukan tujuan pendidikan, seperti berapa target nilai yang akan diraih pada saat mengikuti kuis. *Strategic planning* mengacu pada kemampuan mahasiswa untuk menguraikan tujuan dalam langkah-langkah perencanaan yang akurat sehingga dapat menjadi pedoman berperilaku yang sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Hal ini dapat dilakukan dengan cara menyicil saat mengerjakan tugas dan membuat jadwal belajar. Pada mahasiswa yang memiliki *planning* yang tinggi, mereka akan mengingatkan diri sendiri untuk belajar sesuai jadwal dan bersedia mengevaluasi cara belajar mereka secara berkala. Meskipun demikian, terkadang mereka masih memilih pergi bermain daripada belajar.

*Persistence* merupakan kemampuan mahasiswa untuk dapat tetap berusaha mencari solusi dan memahami masalah walaupun masalah tersebut dirasakan sulit (Glasser, 1998). Pada mahasiswa yang memiliki *persistence* yang tinggi, mereka akan tetap berusaha belajar meskipun mengalami hambatan. Mereka bersedia mencari referensi lain untuk mengerjakan tugas, tetap berusaha mendengarkan penjelasan dosen walaupun tidak mengerti, dan bersedia mengorbankan waktunya untuk belajar. Sedangkan pada mahasiswa yang memiliki derajat *persistence* yang tergolong rendah mereka kurang memiliki kesungguhan dan cenderung menyerah saat menghadapi tugas maupun kuis yang dirasa sulit.

*Control* merupakan keyakinan mahasiswa mengenai hal-hal apa saja yang menyebabkan dia berhasil atau gagal dalam melakukan tugas (Connell, 1985). Connell (1985) mengemukakan tiga aspek dari *control belief*, yaitu *internal source*, *external source* atau *powerful others* dan *unknown source*. Mahasiswa yang memiliki *internal source* menganggap keberhasilan dan kegagalannya dalam suatu tugas disebabkan oleh hal-hal yang berada di dalam dirinya sendiri. Mahasiswa yang memiliki *external source* menganggap keberhasilan dan kegagalannya dalam suatu tugas karena hal-hal yang berada diluar dirinya, seperti adanya pengaruh dari orang lain (*powerful others*) dan hal-hal yang tidak diketahui penyebabnya (*unknown source*). Pada mahasiswa yang memiliki *control* yang tinggi, mereka dapat menyadari apa penyebab keberhasilan atau kegagalan mereka. Mereka yakin dapat meningkatkan nilai tugas jika lebih tekun, memperbaiki nilai yang buruk jika mereka lebih banyak belajar dan dapat mengerjakan tugas berdasarkan waktu yang telah mereka atur. Sedangkan pada mahasiswa yang derajat *control* yang tergolong rendah mereka menganggap bahwa penyebab dari keberhasilan maupun kegagalan yang dialami olehnya baik dalam mengerjakan tugas ataupun kuis disebabkan oleh pengaruh orang/pihak lain atau hal-hal yang tidak diketahui penyebabnya.

Temuan menarik adalah mengenai *anxiety*. *Anxiety* merupakan perasaan seseorang saat mengalami suatu situasi yang dianggap sebagai ancaman. Dalam konteks akademis, kecemasan dialami dalam kondisi evaluasi dari *performance* yang dianggap mengancam, seperti menghadapi ujian yang menimbulkan perasaan takut gagal (Covington, 1992; Sarason & Sarason, 1990; Spielberger, 1985; Tobias, 1985; Zohar, 1998). Pada penelitian ini, baik pada mahasiswa yang memiliki derajat *academic buoyancy* tinggi maupun rendah, mayoritas memiliki *anxiety* yang tinggi. Mereka cemas saat menghadapi kuis, tidak yakin berhasil mengerjakannya karena soal dianggap terlalu sulit. Seiring bertambah semester, mereka tetap merasa cemas jika kuis mereka nilainya buruk dan merasa khawatir jika membayangkan soal kuis tidak seperti dugaannya. Menurut peneliti, hal ini terjadi karena ketika berhadapan dengan kuis, mahasiswa menghadapi stimulus yang tidak jelas dan pada saat kuis, mahasiswa tidak dapat bekerjasama dengan mahasiswa lain. Mahasiswa juga lebih mengutamakan pencapaian nilai akhir

Hal ini sejalan dengan data penunjang mengenai *protective factors* yaitu faktor dukungan teman yang menyatakan bahwa peranan teman dalam *academic buoyancy*, yang mana semakin banyak perhatian yang diberikan teman, maka *academic buoyancy* semakin tinggi (tabel 3.8). Apabila dikaitkan dengan tahap perkembangan dari Steinberg (1993) mahasiswa berada pada tahap perkembangan remaja akhir (18-21) tahun, yang merupakan masa transisi menuju dewasa. Menurut Phillip Rice (1998), remaja memiliki kebutuhan relasi untuk saling memperhatikan, bermakna dan memuaskan dengan individu lain. Mereka juga memiliki kebutuhan untuk memperoleh penerimaan, rasa dimiliki, dikenali, dan status sosial dalam kelompok. Dengan demikian, peneliti melihat bahwa perhatian teman memiliki peranan yang penting bagi kehidupan remaja, dan jika teman memberikan

perhatian dalam hal akademik, maka seorang mahasiswa akan terdorong untuk lebih mampu menghadapi masalah akademiknya.

Hasil lain yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah adanya kecenderungan *academic buoyancy* berdampak pada *stress* (tabel 3.9). Pada mahasiswa dengan derajat *academic buoyancy* tinggi, kadang-kadang mengalami *stress*. Sedangkan pada mahasiswa dengan derajat *academic buoyancy* rendah, seringkali mengalami *stress*. Hal ini menunjukkan *academic buoyancy* yang dimiliki memiliki kecenderungan keterkaitan terhadap frekuensi *stress*. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa *buoyancy* mengacu pada *stress* dan ketegangan sehari-hari yang dialami dan memfokuskan pada respon individu dalam menghadapi tantangan sehari-hari (Bobo, Gilchrist, Elmer, Snow, & Schinke, 1986; French, Seidman, Allen, & Aber, 2000; Kanner, Coyne, Schaefer, & Lazarus, 1981; Kohn, Lafreniere, and Gurevich, 1991; Pearlin & Leiberman, 1979; Seidman, Aber, Allen, & French, 1996; Seidman et al., 1995; Seidman, Lambert, Allen, & Aber, 2003; Zeidner, 1992, 1994).

Selain itu, pada tabel 3.10 terlihat bahwa mahasiswa dengan *academic buoyancy* tinggi memiliki IPK yang tinggi, dan mahasiswa dengan *academic buoyancy* rendah memiliki IPK yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Martin dan Marsh (2006), yang menyatakan bahwa *academic buoyancy* memiliki korelasi yang signifikan terhadap prestasi akademis, motivasi, penyelesaian tugas, absensi dan partisipasi siswa.

## V. Simpulan

1. Mayoritas mahasiswa yang menggunakan kurikulum KKNi pada angkatan 2013 memiliki *academic buoyancy* yang tinggi, yang juga tercermin dari lima prediktornya.
2. Mahasiswa yang memiliki *academic buoyancy* rendah mayoritas memiliki derajat yang rendah pada prediktor *persistence* dan *control*, dan tinggi pada prediktor *self efficacy*, *planning* dan *anxiety*.
3. Baik mahasiswa yang memiliki derajat *academic buoyancy* yang tinggi dan rendah, memiliki *anxiety* yang tinggi. Mereka umumnya merasa cemas saat dihadapkan pada kuis, yang mana menekankan kerja individual.
4. Perhatian teman memiliki peranan dalam *academic buoyancy*, yang mana semakin besar perhatian yang diberikan, maka *academic buoyancy* mahasiswa akan semakin tinggi.
5. Terdapat kecenderungan keterkaitan antara *academic buoyancy* dengan *stress* dan IPK, yang mana semakin tinggi derajat *academic buoyancy*, maka *stress* cenderung rendah dan IPK semakin tinggi, begitupula sebaliknya.

## VI. Saran

Peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi peneliti selanjutnya, dapat memperdalam penelitian ini terkait dengan IPK, *stress* dan perhatian dari teman, misalnya dengan studi korelasi. Dapat juga dilakukan penelitian dengan menggunakan sampel mahasiswa angkatan 2014 sehingga mendapatkan gambaran yang lebih utuh.
2. Bagi mahasiswa angkatan 2013 yang mengikuti KKNi dengan derajat *academic buoyancy* yang tinggi, diharapkan dapat mempertahankannya. Sedangkan mahasiswa dengan derajat *academic buoyancy* yang rendah diharapkan dapat meningkatkannya, dengan cara lebih tekun dan gigih dalam belajar, khususnya materi yang sulit.
3. Untuk menurunkan *anxiety*, mahasiswa diharapkan lebih yakin diri dengan kemampuannya dalam menghadapi berbagai situasi. Dosen dan Fakultas dapat memberikan dukungan dengan mengingatkan akan hal-hal positif yang dimiliki mahasiswa, dan untuk mahasiswa yang sangat cemas, dapat dibantu dengan konseling.

## Daftar Pustaka

Bandura. 1997. *Self-Efficacy : The Exercise of Control*. New York:Freeman.

- Covington. 1992. *Making The Grade: A Self-Worth Perspective On Motivation And School Reform*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Fry, G. & Martin, A. J. 1994. Factors Contributing to Identification and Incidence of Stress During The School Practicum As Reported by Supervising Teachers. In T. A. Simpson (Ed). *Teacher Educators' Annual Handbook*. Queensland: QUT Press
- Hancock, et al. 2000. The Impact Of Teachers' Instructional Strategies And Students' Anxiety Levels On Students' Achievement In Eighth Grade German And US Classrooms. *Journal Of Research And Development In Education*.
- Kohn, et al. 1991. Hassless, Health And Personality. *Journal Of Personality And Social Psychology*.
- Lazarus, R.S. & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal and Coping*. New York: Springer
- Lazarus. 1991. *Emotion And Adaptation*. Oxford : Oxford University Press.
- Liebert & Morris. 1967. Cognitive And Emotional Components Of Test Anxiety. A Distraction And Some Initial Data. *Psychological Reports*.
- Lindstrom. 2001. The Meaning Of Resilience. *International Journal Of Adolescent Medicine and Health*.
- Ma. 1999. A Meta-Analysis Of The Relationship Between Anxiety Toward Mathematics And Achievement In Mathematics. *Journal For Research In Mathematics Education*.
- Margalit. 2004. *Second-Generation Research On Resilience: Social-Emotional Aspects Of Children With Learning Disabilities*. Learning Disabilities: Research and Practice.
- Martin. 2003. The Student Motivation Scale : Further Testing Of An Instrument That Measures School Students' Motivation. *Australian Journal Of Education*.
- Martin, Andrew., Marsh, Herbert. 2006. *Academic Buoyancy: Towards An Understanding of Students' Everyday Academic Resilience*. *Journal of School Psychology* Volume 46, Number 1. Elsevier.
- Martin, Andrew., Marsh, Herbert. 2009. *Academic Resilience And Academic Buoyancy : Multidimensional And Hierarchical Conceptual Framing of Causes, Correlates and Cognate Construct*. *Oxford Review of Education*. Volume 3, No 3. London: Publisher Routledge.
- Martin, Andrew et al. 2010. *Longitudinal Modelling of Academic Buoyancy and Motivation: Do The '5C's' Hold Up Over Time*. *British Journal of Educational Psychology*. The British Psychological Society.
- Newbegin & Owens. 1996. Self- Esteem And Anxiety In Secondary School Achievement. *Journal Of Social Behavior And Personality*
- Pintrich, Paul., Schunk, Dale. *Motivation In Education : Theory, Research, and Application*. 2nd Edition. New Jersey: Pearson Education.
- Sarason & Sarason. 1990. Test Anxiety. In H. Liedenberg (ed). *Handbook Of Social And Evaluation Anxiety*. New York : Plenum Press.
- Seidman , et al. 1995. Development and Validation Of Adolescent. Perceived Microsystem Scales : Social Support, Daily Hassles, and Involvement. *American Journal Of Community Psychology*.
- Seidman, et al. 2003. Urban Adolescents' Transition To Junior High School and Protective Family Transactions. *Journal Of Early Adolescence*
- Skaalvik. 1997. Self- Enhancing And Self-Defeating Ego Orientation : Relations With Task and Avoidance Orientation, Achievement, Self-Perception, and Anxiety. *Journal Of Educational Psychology*
- Speirs & Martin. 1999. Depressed Mood Amongst Adolescents : The Roles Of Perceived Control and Coping Style. *Australian Journal of Guidance and Counselling*.
- Spielberger. 1985. Assessment Of State And Trait Anxiety : Conceptual And Methodological Issues. *Southern Psychologist*.
- Tobias. 1985. Test Anxiety : Interference, Defective Skills, and Cognitive Capacity. *Educational Psychologists*.
- Werner, E. 2000. Protective Factors and Individual Resilience. In J.P. Shonkoff & S.J. Meisels. (Eds). *Handbook of Early Childhood Intervention*. 2<sup>nd</sup> Edition. New York : Cambridge University Press.

- Wigfield & Eccles.1989. Anxiety And Worries About Math And English Before And After The Junior High Transition
- Zeidner & Hammer. 1990. Life Events and Coping Resources As Predictors Of Stress Symptoms In Adolescents. Personality and Individual Differences.
- Zimmerman. 2001. Theories Of Self-Regulated Learning And Academic Achievement : An Overview and Analysis. In Zimmerman & Schunk (Eds), Self-Regulated Learning And Academic Achievement : Theoretical Perspectives. Mahwah, NJ : Erlbaum
- Zohar. 1998. An Additive Model Of Test Anxiety : Role Of Exam. Specific Expectations. Journal Of Educational Psychology.