

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Saat ini, pendidikan merupakan kebutuhan yang sedapat mungkin harus dipenuhi oleh individu, sehingga seiring perkembangan zaman masyarakat semakin menyadari pentingnya pendidikan, mulai dari pendidikan usia dini hingga pendidikan tinggi sebagai bekal untuk kesuksesan di masa depan. Individu semakin menyadari pentingnya mengikuti pendidikan tinggi setelah menyelesaikan pendidikan dasar dan menengah wajib selama 12 tahun yang sudah ditetapkan pemerintah. Individu yang berada pada usia 18-21 tahun melanjutkan studi ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi (Papalia & Feldman, 2012).

Peralihan menuju jenjang pendidikan yang lebih tinggi merupakan fase penting dalam kehidupan individu, karena merupakan fase dimana dirinya bukan lagi remaja tetapi sudah berada pada tahap perkembangan dewasa awal (Bowman, 2010 dalam Santrock, 2011). Saat masuk ke jenjang pendidikan tinggi, individu tidak lagi dipandang sebagai senior dengan pengaruh kuat, namun merupakan seorang junior yang harus mengikuti semua aturan yang ada. Pendidikan tinggi adalah jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program diploma, program sarjana, program magister, program doktor, dan program profesi, serta program spesialis, yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi berdasarkan kebudayaan bangsa Indonesia (UU No. 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi). Salah satu jenis pendidikan tinggi adalah pendidikan sarjana (S1) di perguruan tinggi.

Perguruan tinggi adalah salah satu tempat untuk mengembangkan diri dalam berbagai hal, mulai dari *hard skill* maupun *soft skill*. Ketika masuk di perguruan tinggi, individu dituntut untuk menyelesaikan studi secara mandiri dan bertanggung jawab berdasarkan kebijakan yang

telah ditetapkan, dan hal yang harus dilakukan adalah menyelesaikan beban studi yang wajib ditempuh, menyelesaikan tugas kuliah, menyusun tugas akhir, serta memenuhi jumlah SKS yang sudah ditetapkan sebagai syarat kelulusan. Tidak hanya berkembang secara kognitif, mahasiswa juga diharapkan untuk terlibat dalam kegiatan non-akademik, seperti mengikuti unit kegiatan mahasiswa maupun terlibat dalam organisasi untuk mengembangkan *soft skill*.

Salah satu perguruan tinggi yang ada di Bandung adalah Universitas “X”. Universitas “X” terdiri dari 9 fakultas, dan salah satu fakultas yang terdapat di dalamnya adalah Fakultas Psikologi. Fakultas Psikologi di Universitas “X” ini adalah salah satu Fakultas Psikologi swasta di Indonesia yang sudah lama berdiri. Dalam menjalankan proses belajar mengajar, Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung menerapkan kurikulum yang mengacu pada KKNI (Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia) atau saat ini dikenal dengan KPT-KKNI (Kurikulum Perguruan Tinggi-Kerangka Kualifikasi Nasional Indonesia) sejak 2013. Dalam KPT-KKNI ini menitikberatkan pada pencapaian kompetensi lulusan, yaitu kompetensi dalam menganalisa perilaku, melakukan *assessment*, intervensi, dan melakukan penelitian. Kompetensi tersebut merupakan kompetensi utama yang disyaratkan kepada mahasiswa, lalu ditambah dengan kompetensi pendukung, seperti kemampuan memahami materi dalam bahasa Indonesia dan Inggris, serta dapat mengungkapkan gagasan dalam bentuk tulisan maupun lisan, serta mengembangkan kompetensi pilihan, seperti menjalin relasi dan mengembangkan *leadership* (psy.X.edu, diakses tanggal 14 Mei 2018).

Untuk mencapai kompetensi utama maupun kompetensi penunjang yang harus dimunculkan oleh mahasiswa KPT-KKNI di Fakultas Psikologi Universitas “X”, pihak fakultas menyusun silabus atau rancangan pengajaran yang bentuk penerapannya terlihat dari bentuk perkuliahan, yaitu proses belajar mengajar dilakukan dari hari Senin-Jumat dari pukul 09.00 WIB hingga 15.00 atau 16.00 WIB. Untuk mata kuliah wajib, kelas dilakukan setiap Senin hingga Kamis dan untuk mata kuliah umum, kelas diadakan pada hari Jumat, namun ada

juga beberapa mata kuliah umum yang kelasnya ada di hari Senin hingga Kamis dari jam 7 hingga 8.45. Sistem mengajar yang diterapkan dalam kurikulum ini menggunakan metode pembelajaran *student-centered learning*, yang menekankan pada sistem belajar mengajar dalam kelas dikendalikan oleh murid dan dosen sebagai pendamping yang bertugas untuk memberi pengantar materi, memberi simpulan mengenai materi yang disampaikan serta bertindak sebagai fasilitator yang membantu mahasiswa dalam proses belajar. Kurikulum ini mendorong mahasiswa untuk aktif dan mampu bekerja sama dalam kelompok karena sebagian tugas dilakukan secara berkelompok, berkontribusi dalam kelompok, dan belajar untuk memahami materi yang banyak dalam waktu yang relatif singkat. Tidak hanya itu, mahasiswa juga diharapkan menggunakan referensi tambahan yang relevan, khususnya dalam pengerjaan tugas agar lebih mendalami materi dan memperkaya pemahaman terkait materi perkuliahan. Referensi yang digunakan biasanya menggunakan bahasa Inggris. Melalui metode ini, mahasiswa diharapkan mampu mengembangkan kemampuan berpikir kritis, mandiri, memiliki inisiatif, dan saling melengkapi satu dengan yang lain melalui diskusi maupun presentasi dengan dosen sebagai fasilitatornya.

Tidak hanya dari segi pemahaman teori, mahasiswa KPT-KKNI juga dibekali dengan materi praktikum, serta mata kuliah sertifikasi yang bisa dipilih oleh mahasiswa sesuai dengan peminatannya dan sebagai kompetensi pendukung ketika mahasiswa akan masuk dunia pekerjaan. Hal tersebut adalah benefit dari menerapkan kurikulum mengacu pada KPT-KKNI dalam proses belajar mengajar di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung. Selain itu, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung juga diharapkan mengembangkan kemampuan berbicara di depan umum, dimana hal ini dilakukan dengan cara presentasi atau *jigzaw* (menyampaikan materi dan diskusi dalam kelompok), serta aktif dalam kelas, seperti bertanya atau memberikan masukan terkait materi yang dipaparkan.

Saat masuk ke Perguruan Tinggi, mahasiswa baru tidak lagi dipandang sebagai orang yang paling senior seperti ketika SMA, namun perannya saat ini adalah mahasiswa baru yang harus memulai semuanya dari awal. Selain itu, peralihan ke perguruan tinggi lebih membuat stres dibandingkan merasakan hal yang menarik. Hal ini terjadi karena mahasiswa untuk pertama kalinya harus meninggalkan rumah, belajar dari berbagai referensi materi, adanya tekanan yang menuntut individu untuk memenuhi standar akademik, menulis laporan, dan semua persyaratan lain yang membuat mahasiswa menjadi stres (Murphy & Archer, dalam Hystad, et.al 2009). Ketika mahasiswa menghadapi stres, mahasiswa akan menunjukkan gejala dalam bentuk keluhan fisik seperti sulit tidur, sakit kepala, kehilangan energi. Bentuk lain adalah gejala emosional seperti gelisah, cemas, sedih, suasana hati berubah-ubah, dan terkadang merasa sudah tidak ada harapan, dan gejala yang dirasakan juga terdapat dalam bentuk kognitif seperti sulit berkonsentrasi, sulit mengambil keputusan, mudah lupa, bahkan sering melamun.. Mahasiswa pada tahun pertama akan dihadapkan pada peralihan seperti menghadapi suasana baru, mulai dari materi, tenaga pengajar, teman, serta tuntutan lain yang harus dirasakan oleh mahasiswa baru pada tahun pertamanya.

Dalam menghadapi tuntutan perkuliahan KPT-KKNI, seperti pengerjaan tugas yang tak jarang dapat memunculkan stres yang dipicu kesulitan memenuhi tuntutan tugas yang banyak, waktu belajar untuk menghadapi ujian yang singkat, persaingan antar siswa, sistem kurikulum yang diterapkan, dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kehidupan perguruan tinggi. Agar mampu menghadapi situasi yang dapat memicu stres, khususnya tuntutan dalam perkuliahan, mahasiswa diharapkan memiliki kemampuan untuk bertahan menghadapi tuntutan akademiknya yang disebut *hardiness*. *Hardiness* adalah kemampuan untuk bertahan dengan sikap tangguh dan memperlihatkan kesanggupan untuk bangkit dari keadaan yang menekan (Maddi & Khoshaba, 2005) dan menjadikan kesempatan untuk bertumbuh (Maddi, 2006). Dalam *hardiness* terdapat tiga komponen yang disebut 3C, yaitu *challenge*,

commitment, dan *control*, yang dalam kaitannya dengan bidang akademik disebut *academic hardiness*.

Academic hardiness adalah karakteristik kepribadian yang membedakan individu yang bersedia menghadapi kesulitan akademik, mampu untuk mengendalikan emosi ketika mendapat *feedback*, dan menunjukkan bahwa individu dapat memberikan hasil yang maksimal dari apa yang ada dalam dirinya (Benishek & Lopez, 2001). *Academic hardiness* berfokus pada tuntutan yang dihadapi oleh individu saat ini. Penting bagi mahasiswa untuk mengoptimalkan *academic hardiness* dalam dirinya yang dapat dilihat dari tiga komponen *attitude*, yaitu *commitment* terkait dengan kesediaan untuk konsisten dan berusaha untuk memperoleh hasil terbaik dalam hal akademik. *Challenge* adalah upaya untuk mengatasi kesulitan dalam proses akademik dan memahami kesulitan tersebut sebagai pengalaman penting dan proses belajar, seperti berusaha aktif dalam perkuliahan, hingga keinginan untuk mengerjakan tugas dengan tingkat kesulitan lebih tinggi. *Control* adalah keyakinan individu akan kapasitas untuk mencapai pendidikan hingga akhir sesuai dengan usaha dan melakukan *emotional self-regulation* secara efektif dalam menghadapi kegiatan akademik dan situasi yang menekan yang dapat memicu stres dan kekecewaan (Benishek & Lopez, 2001).

Berdasarkan hasil wawancara peneliti terhadap 10 responden saat semester I, 5 responden menghayati stres akan perkuliahan yang padat, dimana responden memunculkan rasa cemas ketika menghadapi hal-hal yang di luar kontrol, seperti sulit menjawab pertanyaan presentasi, menghadapi kuis, menyesuaikan diri dengan lingkungan perkuliahan, seperti banyaknya tugas yang diberikan, waktu pengumpulan tugas dan kuis yang relatif singkat, materi yang dipelajari relatif banyak, bahkan ketika performa dalam perkuliahan tidak sesuai dengan yang diharapkannya, dalam hal ini ketika secara tak terduga mahasiswa harus mengikuti remedial.

Sebanyak 5 responden menyatakan perbedaan saat peralihan dari Sekolah Menengah Atas ke Perguruan Tinggi, dimana 5 mahasiswa menyatakan bahwa saat SMA, mahasiswa belum

pernah mengerjakan tugas harian secara berkelompok, namun harus mengerjakan tugas secara berkelompok saat kuliah. Hal ini menunjukkan sebagian besar mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” menghadapi kesulitan untuk mengerjakan tugas secara berkelompok. Mengenai pengerjaan tugas secara berkelompok, sebanyak 3 responden mengatakan bahwa mereka sering menghadapi anggota kelompok yang pasif, sering terlambat dalam mengirimkan tugas, bahkan tidak mengerjakan tugas yang menjadi bagiannya, sehingga mengharuskan teman kelompoknya untuk mengerjakan tugas yang belum diselesaikan. Selain kesulitan dengan anggota kelompok yang pasif, 2 responden menyampaikan bahwa dalam perkuliahan, ada pula anggota kelompok yang cenderung individualis, sulit percaya dengan sesama teman kelompoknya dan enggan menerima masukan dari rekan sekelompoknya, sehingga membuat mahasiswa menjadi malas dan ragu akan dirinya. Hal ini menunjukkan bahwa tidak semua mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” bekerja keras dan menunjukkan komitmennya dalam pengerjaan tugas kuliah, serta kecenderungan untuk ragu akan diri sendiri.

Perkuliahan yang padat dari jam 9.00-15.00 bahkan ada yang sampai 16.00 tak jarang membuat mahasiswa sulit membagi waktu antara pengerjaan tugas dengan istirahat. Sebanyak 10 responden mengatakan bahwa waktu istirahat mereka biasanya terpakai untuk mengerjakan tugas yang terus diberikan setiap harinya. Mahasiswa terkadang menggunakan waktu libur di akhir pekan untuk mengerjakan tugas atau belajar jika ada kuis di hari berikutnya. Kondisi ini membuat mahasiswa sulit membagi waktu dan memanfaatkan waktu luangnya untuk melepaskan diri sejenak dari tuntutan perkuliahan untuk melakukan kegiatan lain, seperti berjalan-jalan. Kesulitan lain yang dihadapi oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung terkait dengan penyampaian materi. Sebanyak 4 responden mengatakan bahwa sulit dalam memahami materi yang diberikan, baik yang dipaparkan yang disampaikan oleh dosen maupun teman kelas, baik dalam bentuk presentasi maupun jigsaw, sehingga hal ini

berdampak pada hasil kuis pada mahasiswa, dimana pernah pada salah satu mata kuliah, tidak ada satu mahasiswa pun yang memperoleh hasil sesuai dengan standar KKM yang ditetapkan, sehingga membuat semua mahasiswa dalam kelas tersebut mengikuti remedial.

Selain itu, sebanyak 2 responden yang awalnya tidak terbiasa presentasi, saat kuliah harus melakukan presentasi dengan menggunakan bahasa Indonesia yang formal dan baku, sehingga beberapa mahasiswa kurang terbiasa dan tak jarang ada yang ditegur oleh dosen karena hal tersebut. Hal ini menuntut mahasiswa untuk terus mendorong dirinya agar bisa melakukan presentasi lebih baik lagi agar tidak gagal dalam mata kuliah yang diikutinya. Ditambah lagi dengan faktor gaya mengajar tenaga pengajar saat SMA berbeda dengan perguruan tinggi dimana tenaga pengajar di perguruan tinggi lebih menekankan pada kemandirian mahasiswa dalam mencari dan memahami materi sendiri dalam waktu yang relatif singkat. Walaupun banyak kesulitan yang dihadapi, mahasiswa harus terbiasa dengan hal tersebut karena laporan, kuis, dan tugas kelompok adalah rutinitas yang harus dihadapi selama menjadi mahasiswa Psikologi di Universitas "X".

Mahasiswa berusaha untuk lulus di tiap modul dengan cara memperoleh hasil kuis dan tugas harian yang optimal karena takut jika harus mengikuti remedial. Tuntutan tugas yang banyak dan hal lain didalamnya tidak jarang membuat mahasiswa menjadi tertekan, hingga ada beberapa mahasiswa yang mulai berpikir untuk keluar dari Psikologi bahkan ada yang sudah melakukannya. Walaupun demikian, ada mahasiswa yang memilih untuk menyerah atas tuntutan yang ada namun ada pula mahasiswa yang berjuang mengatasi tantangan akademik.

Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas "X" Bandung menghayati bahwa perkuliahan yang dihadapi, baik di semester I maupun II cukup berbeda, khususnya dari segi tuntutan dosen, konten tugas, hingga suasana kelas. Mahasiswa menghayati bahwa dosen memberikan tuntutan lebih, seperti mendorong mahasiswa untuk lebih berpikir kritis, tidak terpaku pada satu referensi saja, hingga tuntutan untuk lebih terlibat aktif dalam proses

perkuliahan. Ketika memasuki semester II, mahasiswa dihadapkan pada sejumlah mata kuliah, seperti Teknik Penulisan Ilmiah, Biopsikologi, Sosiologi dan Antropologi, hingga Filsafat Manusia dan Logika. Mata kuliah ini dihayati oleh beberapa mahasiswa cukup berat, dimana materinya dipandang cukup abstrak dan sulit dipahami, ditambah dengan cara mengajar dosen yang membuat mahasiswa kurang tertarik dalam mempelajari materi, sehingga mahasiswa sempat merasa cemas apakah dapat lulus di mata kuliah yang menurutnya susah. Namun, di satu sisi juga mahasiswa juga kurang menyukai dosen yang banyak memberi tuntutan lebih terkait dengan perkuliahan yang dihadapi. Tuntutan-tuntutan ini dihayati oleh mahasiswa sebagai *academic stressor* nya.

Untuk itu, penting bagi mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” untuk memiliki *academic hardiness* dengan derajat tinggi, karena mahasiswa dengan *academic hardiness* tinggi akan bekerja keras untuk mencapai hasil akademik yang optimal di semua mata kuliah, memandang pendidikan sebagai prioritas utama, berusaha untuk bertanya kepada dosen atau teman ketika menghadapi kesulitan dalam pengerjaan tugas, meningkatkan usaha ketika mendapat hasil yang kurang diinginkan namun mampu mengendalikan diri, berusaha berpikir positif dan mengurangi stres jika tidak menunjukkan performa akademik yang baik dalam perkuliahan, serta tidak mudah menyerah jika mengalami kesulitan dalam perkuliahan. Selain itu, mahasiswa dengan derajat *academic hardiness* tinggi juga berusaha mencari tantangan lebih, seperti tidak menghindari materi perkuliahan yang sulit, mengambil bagian dalam tugas yang konten pengerjaannya banyak dan sulit, menantang diri untuk mendapat nilai “A”, yang hasil akhirnya terlihat dari IPK yang diperoleh. *Academic hardiness* memiliki korelasi positif dengan IPK, seperti yang dipaparkan oleh Sheard & Golby (2007) dalam Kamtsios & Karangiannopoulou (2014), yang berbunyi “*students who are high on hardiness achieve a higher G.P.A.*” Mahasiswa dengan derajat *academic hardiness* tinggi menilai pengalamannya tersebut sebagai sesuatu yang menantang ketimbang sebagai sesuatu yang

mengancam, dan menghayati secara positif bahwa dirinya mampu menghadapi *stressor* yang ada. Sebaliknya, bagi mahasiswa dengan derajat *academic hardiness* rendah, mahasiswa cenderung menilai pengalamannya secara negatif serta dianggap sebagai ancaman. Selain itu, mahasiswa yang memiliki derajat *academic hardiness* rendah cenderung lebih sering merasa stres, kurang menantang diri, merasa bahwa kuliah bukanlah hal utama, cenderung memiliki IPK rendah dan sulit mengendalikan diri menghadapi *stressor*. Untuk itu, *academic hardiness* dengan derajat tinggi penting dimiliki oleh mahasiswa, dalam hal ini mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung. Dari kondisi ini, peneliti ingin mengetahui derajat *academic hardiness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 di Universitas “X” dalam menghadapi perkuliahan.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui gambaran derajat *academic hardiness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2017 di Universitas “X” Bandung.

1.3. Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Untuk memperoleh gambaran mengenai derajat *academic hardiness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2017 di Universitas “X” Bandung.

1.3.2. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui derajat dari *academic hardiness* dilihat dari komponen *academic hardiness*, yaitu *commitment*, *control*, dan *challenge* dalam bentuk profil pada mahasiswa Fakultas Psikologi Angkatan 2017 di Universitas “X” Bandung.

1.4. Kegunaan Penelitian

1.4.1. Kegunaan Teoretis

1. Memberikan informasi mengenai *academic hardiness* pada mahasiswa psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Pendidikan dalam rangka mengembangkan penelitian di ranah psikologi pendidikan.
2. Memberikan masukan bagi penelitian lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *academic hardiness*.

1.4.2. Kegunaan Praktis

1. Memberikan informasi kepada mahasiswa Fakultas Psikologi di Universitas “X” Bandung, khususnya bagi mahasiswa di tahun pertama mengenai pentingnya *academic hardiness* dalam perkuliahan dengan cara memberikan sosialisasi. Diharapkan pada tahun-tahun berikutnya, mahasiswa lebih mampu untuk mengoptimalkan *academic hardiness* agar mampu bertahan di lingkungan Perguruan Tinggi.
2. Memberikan informasi kepada pihak Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung mengenai gambaran derajat *academic hardiness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 agar menjadi pertimbangan dalam menyusun silabus perkuliahan di semester berikutnya.

1.5. Kerangka Pikir

Mahasiswa merupakan individu dewasa awal yang berada pada usia 18 hingga 21 tahun yang diharapkan memiliki kemampuan berpikir reflektif, yaitu kemampuan untuk terus menerus melakukan evaluasi dan mencari bukti-bukti, dan kemampuan berpikir pascaformal, yaitu kematangan berpikir yang bergantung pada pengalaman subyektif individu yang cenderung fleksibel, terbuka, adaptif yang membantu individu mengatasi masalah. Pada tahap perkembangan ini, individu dihadapkan pada tugas perkembangan yaitu menuntut ilmu di Perguruan Tinggi (Papalia & Feldman, 2012).

Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas "X" Bandung merupakan mahasiswa baru yang sedang memasuki tahun pertamanya di Fakultas Psikologi Universitas "X", yang tentunya mengalami transisi dari jenjang pendidikan sebelumnya. Transisi yang dihadapi mulai dari menghadapi teman baru, tugas yang banyak, sistem perkuliahan yang mungkin bagi sebagian mahasiswa berbeda dengan apa yang dirasakan ketika SMA, salah satunya pengerjaan tugas secara berkelompok, pencarian materi tambahan secara mandiri, serta pengerjaan tugas dengan waktu pengumpulan yang relatif singkat. Dalam menghadapi transisi, mahasiswa akan dihadapkan pada sejumlah kondisi yang menuntut dirinya untuk cepat beradaptasi dengan lingkungan barunya, seperti dari segi materi perkuliahan, dari awalnya ketika SMA mendapat materi yang umum dan menjadi dasar untuk menghadapi materi di jenjang pendidikan lebih tinggi, namun ketika masuk ke Perguruan Tinggi, mahasiswa baru akan dibekali dengan materi yang jauh lebih kompleks dan spesifik, yang terfokus pada keilmuan yang diambil. Selain itu, tuntutan bahwa mahasiswa harus berusaha memahami materi perkuliahan dengan cepat dan bekerja dengan supervisi yang minim dari pengajar, belajar cara mengambil keputusan dan memecahkan masalah, serta berusaha untuk mengatur waktu untuk belajar dan sebagainya ditengah perkuliahan yang padat dan tuntutan tugas yang banyak membuat transisi ini tak jarang dihayati sebagai situasi yang menjadi *academic*

stressor-nya. Hal ini juga terjadi ketika mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung memasuki semester keduanya. Mahasiswa menghayati bahwa terdapat perbedaan, walaupun dari sistem perkuliahan hampir sama, namun mahasiswa merasa terdapat tuntutan lebih yang diberikan kepadanya ditambah banyaknya mata kuliah yang dirasa sulit, baik dari capaian mata kuliah, tuntutan lebih dari tim dosen untuk lebih mengasah kemampuan berpikir kritisnya. Kondisi ini memunculkan rasa cemas tiap kali mengikuti perkuliahan tersebut karena mahasiswa merasa kurang memahami materi yang diberikan. Oleh karena itu, dalam menghadapi berbagai kondisi dan tuntutan yang harus ditempuh oleh mahasiswa pada tahun pertamanya ini, dalam dirinya harus memiliki kemampuan untuk menghadapi tantangan tersebut dengan baik.

Mahasiswa yang mengalami stres akan menunjukkan gangguan kognitif, seperti sulit berkonsentrasi, dan menjadi terdistraksi dengan pikiran yang negatif sehingga mengancam kesejahteraan emosional, fisik, dan psikis. Oleh karena itu, perlu kemampuan untuk menghadapi semua tuntutan itu, yang disebut dengan *hardiness*. *Hardiness* adalah kombinasi dari *attitude* yang memungkinkan individu untuk bertahan dengan tangguh dan memperlihatkan kesanggupan untuk bangkit dari keadaan yang menekan (Maddi, 2006). *Hardiness* memungkinkan mahasiswa berani menghadapi situasi yang menekan, mampu memecahkan masalah, belajar dari pengalaman (Maddi & Khoshaba, 2005). *Hardiness* diperlukan oleh individu karena mengarah pada perkembangan *coping*, cara dalam memandang situasi, dan bagaimana individu bertindak ketimbang bersikap pasif atau merasa tidak memiliki kekuatan saat menghadapi situasi yang terus berubah dan *stressful* (Bartone, et.al, 2008; dalam Creed, 2013). Dalam setting pendidikan, konsep ini disebut *academic hardiness*. *Academic hardiness* muncul dari konsep *hardiness* yang dielaborasi dengan teori *academic motivation* dari Dweck & Leggett. Konsep *academic motivation* mengkaji mengenai apa yang membuat individu tetap bertahan terlepas dari sulitnya tuntutan yang dihadapi dalam studinya.

Dweck & Leggett melihat dari dua *based-orientation*, yaitu *performance-based orientation* dan *learning-based orientation*. *Performance-based orientation*, berfokus pada individu yang berusaha untuk memperoleh hasil yang terbaik, namun individu lebih berfokus pada memperoleh hasil dan enggan untuk menunjukkan kelemahannya, sehingga ketika menghadapi kegagalan dalam perkuliahan, seperti harus menghadapi remedial, mahasiswa akan merasa bahwa dirinya tidak mampu sehingga menjadi malas dan enggan berusaha lagi kedepannya. *Learning-based orientation* merujuk pada individu yang berusaha untuk mengambil pelajaran dari apa yang diperolehnya, sehingga tidak takut ketika harus menghadapi kegagalan, dan menganggap bahwa proses yang dihadapi saat ini adalah kesempatan untuk mengembangkan *skill* dan kemampuannya dalam menghadapi sesuatu.

Berdasarkan konsep tersebut, *academic hardiness* merujuk pada karakteristik kepribadian yang membedakan individu yang bersedia menghadapi kesulitan akademik, mampu untuk mengendalikan emosi ketika mendapatkan *feedback*, dan menunjukkan bahwa mahasiswa dapat memberikan hasil yang maksimal (Benishek & Lopez, 2001), sehingga dengan *academic hardiness* ini, tiap mahasiswa menghadapi tuntutan perkuliahan yang ada di dua semester awal ini dengan cara yang berbeda sesuai dengan karakteristiknya.

Academic hardiness memiliki tiga komponen, yaitu *commitment*, *challenge*, dan *control* (3C), dimana komponen yang dimiliki memberikan keberanian dan mendorong untuk menghadapi perubahan yang terjadi. *Commitment* merupakan kesediaan individu untuk konsisten dalam berusaha dan berkorban untuk mencapai keberhasilan akademik, terlepas dari konten atau tuntutan akademik, instruktur, atau minat pribadi (Benishek & Lopez, 2001). Dalam *commitment*, mahasiswa akan mengerahkan energinya untuk mengerjakan tugas dengan baik agar mencapai target akademik yang diinginkan, tidak mundur dari perkuliahan, serta kesediaan untuk berkorban dalam rangka mencapai keberhasilan akademis. Mahasiswa dengan *commitment* tinggi cenderung menunjukkan dedikasi dan keterlibatan dengan semua

kegiatan yang diikuti, serta berusaha untuk memenuhi semua tuntutan akademiknya dan mahasiswa dengan *commitment* rendah menunjukkan ketidakkonsistenan dan cenderung pasif untuk terlibat dalam kegiatan, seperti tidak mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa atau menjadi panitia dalam kegiatan kemahasiswaan tingkat fakultas. Mahasiswa dengan *commitment* rendah cenderung mudah menyerah, jika sulit menghadapi tuntutan akademis bahkan memilih untuk keluar dari Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.

Komponen kedua adalah *challenge*. *Challenge* adalah upaya terarah dari individu untuk mengatasi kesulitan dalam proses akademik dan memahami kesulitan tersebut sebagai pembelajaran pribadi (Benishek & Lopez, 2001). *Challenge* terkait dengan usaha terencana yang dikerahkan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung untuk mencari referensi tambahan, pengalaman akademis yang tingkat kesulitannya tinggi dan memberikan pandangan bahwa hal ini penting untuk *personal learning*, dimana dalam kehidupan perkuliahan diharapkan mahasiswa berusaha mencari materi terkait tugas lebih dalam, dengan cara menggunakan referensi tambahan selain yang sudah ditetapkan oleh dosen, kemudian terus aktif berdiskusi/bertanya dengan dosen agar membuatnya lebih paham mengenai materi perkuliahan. Mahasiswa dengan *challenge* tinggi cenderung memandang situasi *stressful* sebagai sesuatu yang menyenangkan dan menstimulasi, dan tidak dipandang sebagai ancaman (Sheard & Golby, 2007 dalam Kamtsios & Karangiannoupoulou, 2014). Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki *challenge* rendah maka mahasiswa akan cenderung pasif dan kurang merasa tertantang dalam perkuliahan, khususnya jika mata kuliah yang dihadapi kurang disukainya.

Komponen ketiga adalah *control*. *Control* adalah keyakinan individu akan kapasitas untuk mencapai hasil akademik yang diinginkan melalui usaha pribadi yang dikerahkan dan melakukan *self-regulation* dalam menghadapi kegiatan akademik dan situasi yang menekan. Dalam hal ini, *control* terkait dengan keyakinan mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017

Universitas “X” Bandung akan kapasitas dirinya dalam memahami materi untuk mencapai *educational outcomes* yang diinginkan melalui usaha dan melakukan *emotional self-regulation* secara efektif dalam menghadapi kegiatan akademik, situasi yang menekan, dan kekecewaan. Mahasiswa dengan *control* tinggi mampu untuk mengatur waktunya dengan baik (*time management*-nya baik), memprioritaskan aktivitas yang lebih berkontribusi terhadap kesuksesan akademis, dan bertanggung jawab terhadap proses belajar dan perkembangannya. Komponen ini terbagi menjadi dua bagian, yaitu *control affect* dan *control effort*. *Control effort* terkait pada usaha individu untuk melakukan yang terbaik dari dirinya sesuai dengan kapasitas yang dimiliki, dan *control affect* merujuk pada kemampuan individu untuk melakukan pengendalian emosi ketika menghadapi situasi yang menekan dalam pendidikannya. Dalam komponen ini, mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung diharapkan untuk mengendalikan emosi selama kuliah dan tidak mudah menyerah menghadapi hambatan atau kesulitan selama perkuliahan, serta terus berusaha dan mampu menetapkan prioritas, dalam hal ini memilih aktivitas apa saja yang harus dilakukan agar bisa mencapai hasil akademis yang optimal, dalam hal ini IPK.

Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung diharapkan memiliki ketiga komponen *academic hardiness* (*commitment, challenge, control*) dalam derajat tinggi, Mahasiswa yang *hardy* akan menunjukkan kemampuan *coping* ketika menghadapi situasi yang *stressful* dalam perkuliahan, seperti tenggat waktu pengumpulan tugas yang sudah di depan mata, ujian dengan cara menghadapinya dan berusaha untuk membalikkan situasi tersebut menjadi kesempatan untuk diri sendiri (Sheard & Golby, 2007). Mahasiswa yang memiliki ketiga komponen *academic hardiness* dengan derajat tinggi dalam dirinya menilai pengalaman yang diperolehnya secara positif, menilai pengalamannya tersebut sebagai sesuatu yang menantang ketimbang sebagai sesuatu yang mengancam, serta lebih mampu mengendalikan diri ketika dihadapkan pada *stressornya*. Mahasiswa yang memiliki

ketiga komponen *academic hardiness* yang derajatnya tinggi dalam dirinya memiliki perencanaan lebih matang, dalam hal ini menargetkan IPK yang ingin dicapai, serta menetapkan cara belajar untuk mencapai rencananya, memilih *approach-oriented coping* ketimbang menghindarinya, lebih produktif, percaya diri dalam menghadapi tugas yang menantang, khususnya dalam menjalani perkuliahan dengan sistem tugas dikerjakan secara berkelompok, kewajiban untuk memahami materi yang banyak dalam waktu singkat, serta tugas lain yang menuntut usaha lebih dari mahasiswa. Tidak hanya itu, mahasiswa dengan derajat *academic hardiness* tinggi juga memiliki keberanian untuk terlibat dalam menghadapi tekanan, khususnya tekanan dalam perkuliahan maupun hal lain yang sifatnya personal, seperti kursus/latihan yang diikuti, jarang mengalami kecemasan, khususnya kecemasan dalam menghadapi kuis atau ujian, memungkinkan mahasiswa untuk melakukan *self-regulate*, mencoba untuk menguasai atau mengendalikan lingkungan *stressful* atau menekan, dalam hal ini tugas dan tuntutan dalam perkuliahan, dan lebih mengendalikan emosinya (Kamtsios & Karangiannopoulou, 2012 dalam Abdollahi, et.al, 2016). Mahasiswa dengan ketiga derajat *academic hardiness* tinggi juga menunjukkan kesediaan untuk menerima *feedback* yang diberikan kepadanya, sehingga belajar dari *feedback* yang sudah diperoleh agar lebih baik lagi kedepannya, dapat mengatur waktunya, memandang perkuliahan adalah prioritas baginya.

Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki derajat *academic hardiness* rendah, dapat dilihat dari rendahnya derajat komponen *academic hardiness*, minimal pada salah satu komponen akan cenderung menilai pengalamannya secara negatif serta dianggap sebagai ancaman. Selain itu, mahasiswa yang memiliki derajat *academic hardiness* rendah cenderung lebih sering merasa stres, sulit memandang situasi tersebut sebagai kesempatan untuk berkembang yang berpengaruh terhadap prestasi belajarnya, terlihat dari hasil tugas maupun kuis yang diperoleh, sulit untuk mengambil kontrol dalam berbagai situasi, salah satunya mengendalikan emosi, memilih untuk mengisolasi diri, hingga mundur dari perkuliahan. Mahasiswa dengan derajat

academic hardiness rendah cenderung kurang menantang dirinya, merasa bahwa kuliah bukanlah hal utama sehingga dalam perkuliahan mahasiswa ingin mendapat nilai tinggi dengan cara yang mudah, enggan menunjukkan usaha untuk mencari referensi tambahan diluar yang sudah ditetapkan, pasif dalam perkuliahan, Selain itu, mahasiswa dengan *academic hardiness* rendah cenderung memiliki IPK yang tidak terlalu tinggi. Mahasiswa dikatakan memiliki *academic hardiness* rendah ketika salah satu dari ketiga komponen derajatnya rendah, atau bahkan memiliki derajat yang rendah dalam ketiga komponennya, serta jika hanya salah satu dari tiga komponen didalamnya memiliki derajat tinggi

Academic hardiness rendah dapat terbagi dalam tujuh profil, yaitu mahasiswa dengan *commitment*, *challenge*, dan *control* rendah yang memandang bahwa studi yang dihadapinya saat ini bukanlah prioritas baginya, sehingga enggan untuk mengerahkan usaha lebih dalam perkuliahan yang diikuti, lalu enggan menunjukkan kelemahan dalam dirinya, sehingga ketika dihadapkan pada kegagalan, mahasiswa cenderung sulit untuk bangkit karena merasa tidak mampu, dimana hal ini terlihat dari kecenderungan untuk pasif dalam kelas, kurang berusaha untuk memperoleh nilai terbaik dalam setiap tugas yang diberikan, baik itu dari segi mengakses referensi tambahan dalam perkuliahan maupun usaha dalam mengerjakan laporan yang terus diberikan setiap pertemuan, dan memilih untuk tidak bertanya kepada dosen maupun asisten dosen ketika tidak memahami apa yang harus dikerjakan dalam kelas. Mahasiswa juga sulit untuk bangkit dari keagalannya dan tidak menjadikan kegagalan dalam perkuliahannya, seperti harus mengikuti remedial modul bahkan *fail* dari suatu mata kuliah sebagai pembelajaran pribadinya yang tergambar dari keengganan untuk bertanya kepada dosen maupun asisten mengenai apa yang kurang darinya dan apa yang harus diperbaiki lagi kedepannya. Mahasiswa juga menilai bahwa perkuliahan yang dihadapi hanya sekedar demi mendapat nilai tanpa memperoleh pelajaran, sulit untuk menemukan cara yang tepat untuk mengatasi stres dalam perkuliahannya, khususnya ketika dihadapkan pada kegagalan, seperti

nilai dibawah KKM. Ketika mahasiswa menghadapi kegagalan tersebut, tak jarang dirinya bisa mengisolasi diri bahkan keluar dari jurusan yang diambil saat ini.

Mahasiswa dengan profil *commitment* tinggi, *challenge* rendah, dan *control* tinggi, menganggap bahwa perkuliahan merupakan prioritasnya, mampu mengerahkan usaha untuk mengerjakan tugas dan belajar mempersiapkan kuis dengan baik, dapat bangkit kembali saat menghadapi kegagalan (nilai tugas kurang memuaskan atau nilai kuis dibawah 67), dapat menentukan prioritasnya, mengetahui cara untuk mengatasi stres yang dihadapi dalam perkuliahan (misalnya menonton film, berolahraga, dan lain-lain), namun merasa kurang menikmati tantangan yang dihadapi di mata kuliah yang diikutinya, bekerja keras hanya untuk memperoleh nilai dalam mata kuliah. Jika mahasiswa memiliki *commitment* dan *challenge* tinggi, *control* rendah menunjukkan bahwa perkuliahan merupakan hal yang penting bagi orangtua dan dirinya, sekaligus menantang, sehingga bersedia mengerahkan usaha untuk mengerjakan tugas dan belajar menghadapi kuis dengan berbagai cara, bersedia untuk terlibat aktif dalam proses perkuliahan, merasa tertantang dengan mata kuliah yang diikuti, bekerja keras untuk belajar karena ingin lebih mendalami ilmu yang dipelajari, sehingga berusaha untuk memahami materi perkuliahan baik dengan bertanya kepada tim dosen maupun mengakses referensi tambahan dan tidak segan untuk menerjemahkannya. Mahasiswa dengan profil ini sulit untuk bangkit kembali saat menghadapi kegagalan, misalnya nilai kuis dibawah 67 atau harus remedial modul, sulit menentukan prioritas, enggan meminta *feedback* saat menghadapi kegagalan, sulit mengendalikan emosinya, dan tidak mengetahui cara yang bisa dilakukannya untuk mengatasi stres terkait tuntutan perkuliahan di semester yang dihadapi, bahkan memilih untuk mengisolasi diri.

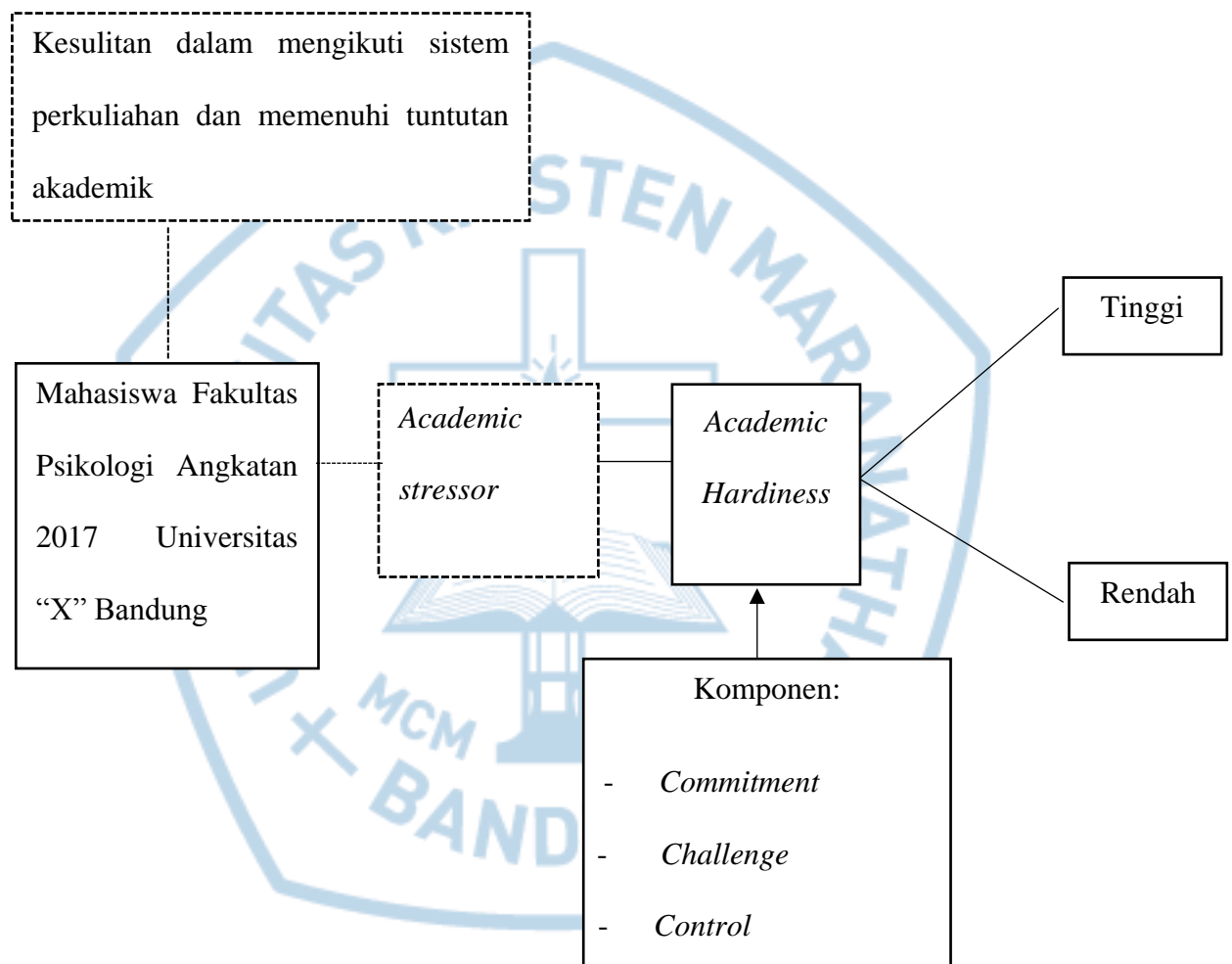
Jika mahasiswa memiliki *commitment* rendah, namun tinggi di *challenge* dan *control*, menunjukkan bahwa mahasiswa dapat bekerja keras dalam mata kuliah yang dihadapi, memiliki keyakinan dalam menghadapi perkuliahan yang diikuti, terlepas dari sulit atau

tidaknya mata kuliah tersebut, menikmati tantangan yang diberikan dalam perkuliahannya, dan bersedia untuk meningkatkan usahanya ketika dalam perkuliahan performanya tidak sesuai dengan harapannya, dapat bangkit kembali saat diberikan *feedback* atau nilai tugas dan kuis dibawah 67, dapat bangkit walaupun harus remedial modul, menerima kritik sebagai dorongan untuk maju, dan belajar karena benar-benar mahasiswa ingin mendalami apa yang dipelajarinya, sehingga mahasiswa berusaha untuk mengakses materi lain diluar yang sudah diberikan untuk menunjang pemahamannyanamun mahasiswa kurang menunjukkan bahwa perkuliahan adalah prioritasnya dan enggan berkorban demi studinya, sehingga mahasiswa akan lebih sering pasif dalam perkuliahan yang diikutinya.

Mahasiswa dengan *commitment* tinggi, namun rendah di *challenge* dan *control* menunjukkan bahwa mahasiswa memandang studi sebagai hal utama, namun kurang mengerahkan usaha lebih dalam perkuliahan, seperti kurang aktif dalam kelas, kurang merasa tertantang dalam perkuliahan yang diikutinya, sulit bangkit saat menghadapi *feedback* atau ketika nilainya kurang memuaskan dan memandang bahwa belajar hanya untuk mendapat nilai. Mahasiswa dengan *commitment* rendah, *challenge* tinggi, dan *control* rendah merasa tertantang dengan perkuliahan yang dihadapinya walaupun sulit, menunjukkan keinginan untuk belajar yang lebih, namun sulit untuk bangkit saat diberikan *feedback*, maupun ketika harus remedial modul atau ketika nilai yang diperoleh kurang memuaskan, sulit mengendalikan *stress* nya saat menghadapi kesulitan dalam perkuliahan, dan kurang bersedia untuk berkorban demi keberhasilan studinya, seperti kurang berkontribusi dalam kelompok dan memandang studi bukanlah prioritas, sulit mengatur waktu, cenderung pasif dalam perkuliahan yang diikuti. Mahasiswa dengan *commitment*, *challenge* rendah, dan *control* tinggi, menunjukkan bahwa mahasiswa dapat mengatur waktu dan membagi prioritas dalam perkuliahannya, mengendalikan diri saat menerima *feedback* dan dapat bangkit saat mendapat nilai yang kurang memuaskan, mengetahui apa yang dapat dilakukannya saat menghadapi *stres*, seperti

menonton. Namun, perkuliahan yang dihadapi saat ini bukanlah hal yang utama sehingga enggan untuk berkorban lebih terhadap perkuliahan yang diikuti dan kurang menikmati tantangan dari perkuliahan yang dihadapinya.

Penjelasan mengenai *academic hardiness* pada mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung tergambar dalam bagan pemikiran berikut:



Bagan 1.1. Kerangka Pemikiran

1.6. Asumsi Penelitian

1. Mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung dapat menghayati bahwa tuntutan di dalam sistem perkuliahan dan tugas-tugasnya sebagai mahasiswa merupakan situasi yang menekan,
2. *Academic hardiness* diperlukan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2017 Universitas “X” Bandung agar bisa bertahan dalam situasi menekan dan memanfaatkannya menjadi kesempatan berkembang
3. *Academic hardiness* dilihat melalui 3 komponen yaitu *commitment*, *challenge*, dan *control*.
4. Mahasiswa dikatakan memiliki *academic hardiness* tinggi jika memiliki derajat *commitment*, *challenge*, dan *control* yang tinggi
5. Ketika salah satu komponen *academic hardiness* pada mahasiswa memiliki derajat rendah, maka mahasiswa memiliki derajat *academic hardiness* rendah.

