

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan dunia ke arah globalisasi yang pesat, telah menjadikan semakin kompetitifnya persaingan dalam dunia kerja. Hal ini membuat setiap individu dituntut mampu bekerja keras, baik dalam memenuhi tuntutan berkarier maupun dalam memenuhi kebutuhan hidup sebagai pribadi, dan sebagai makhluk sosial yang senantiasa berinteraksi dengan orang lain serta lingkungan. Keahlian atau kompetensi tertentu perlu dimiliki seseorang agar dapat berhasil menyesuaikan diri dengan tuntutan-tuntutan yang ada dalam dunia pekerjaan. Salah satu hal yang dapat membuat seseorang mencapai keberhasilan dalam menghadapi dunia pekerjaan adalah keberhasilan dalam menjalani dan menyelesaikan proses pendidikan sampai ke jenjang Perguruan Tinggi (Lydia Indira, 2006).

Ada banyak Perguruan Tinggi di Indonesia yang dapat dijadikan pilihan dalam melanjutkan studi, salah satunya adalah Universitas “X” Bandung. Universitas ini memiliki tujuh macam bidang studi yang dapat dijadikan pilihan, yaitu adalah Kedokteran-S1 & Profesi, Teknik (Sipil-S1, Elektro-S1, Industri-S1, dan *Computer Engineering*-S1, Dual Degree Teknik Sipil dan Sistem Informasi-S1), Psikologi-S1 & S2, Sastra (Inggris-S1&D3, Jepang-S1, China-S1&D3), Ekonomi (Akuntansi-S1 & Profesi, Manajemen-S1 & S2, dan *Master of Business Administration*-S2), Teknologi Informasi (Teknik Informatika-S1, Sistem

Informasi-S1, dan Teknologi Informasi-D3), dan Seni Rupa – Desain (Seni Rupa Murni-S1, Desain Interior-S1, dan Desain Komunikasi Visual-S1, Seni Rupa dan Desain-D3) ([www.universitas “x”.edu](http://www.universitas“x”.edu)).

Dari berbagai fakultas yang ada di Universitas “X”, Fakultas Psikologi merupakan salah satu fakultas yang memiliki akreditasi “A” (sangat baik). Fakultas Psikologi bertujuan menghasilkan Sarjana Psikologi yang dapat memahami proses dasar psikologi dan dapat melakukan penilaian (*assessment*) psikologi berdasarkan perilaku manusia, baik perorangan maupun kelompok sesuai dengan kaidah psikologi. Total SKS (Satuan Kredit Semester) yang ditetapkan untuk meraih gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) adalah minimal 148 SKS, yang dapat ditempuh dalam delapan semester, yakni empat tahun ([www.universitas “x”.edu](http://www.universitas“x”.edu)).

Salah satu syarat yang ditetapkan oleh Fakultas Psikologi Universitas “X” untuk mendapatkan gelar Sarjana Psikologi (S.Psi) adalah dengan menulis skripsi sebagai suatu karya tulis ilmiah, yang berupa paparan tulisan hasil penelitian yang membahas suatu masalah dalam bidang ilmu psikologi dengan menggunakan kaidah-kaidah yang berlaku dalam bidang ilmu psikologi. Bobot mata kuliah skripsi ditetapkan sebesar 5 SKS, ini setara dengan kegiatan akademik setiap minggu 20 sampai 25 jam. Prasyarat untuk dapat mengontrak skripsi yaitu mahasiswa lulus Usulan Penelitian (UP) yang berbobot 1 SKS dengan nilai minimal C, ini setara dengan kegiatan akademik empat sampai lima jam per minggu. Mahasiswa yang tidak lulus mata kuliah UP akan mengontrak kembali pada semester berikutnya, yang disebut mata kuliah UP Lanjutan (Panduan Penulisan Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi Universitas “X”, 2007).

Mata kuliah Usulan Penelitian (UP) sudah mulai bisa dikontrak pada semester tujuh, dengan mengerjakan bab satu sampai dengan bab tiga. Ketiga bab ini terdiri dari Bab I (Pendahuluan); latar belakang masalah, identifikasi masalah, maksud dan tujuan penelitian, kegunaan penelitian (teoritis dan praktis), serta kerangka pemikiran. Bab II (Tinjauan Pustaka), dan Bab III (Metodologi Penelitian); rancangan dan prosedur penelitian, bagan rancangan penelitian, variabel penelitian dan definisi operasional, alat ukur, populasi dan teknik penarikan sampel, teknik analisa data, serta hipotesa statistik (untuk penelitian dua variabel), (Panduan Penulisan Skripsi Sarjana, Fakultas Psikologi Universitas “X”, 2007). Setelah menyelesaikan ke-tiga bab ini, selanjutnya mahasiswa mengikuti seminar untuk membahas UP-nya dan mendapatkan masukan-masukan dari dosen pembahas serta mahasiswa pembahas, setelah itu mahasiswa melanjutkan dengan mengerjakan revisi-revisi pengerjaan UP-nya.

Berdasarkan data yang didapatkan dari bagian Tata Usaha Fakultas Psikologi Universitas “X” tentang mahasiswa yang mengontrak Usulan Penelitian (UP), ada cukup banyak mahasiswa yang mengontrak UP lebih dari satu semester (pada tahun ajaran 2007/2008). Dari 79 mahasiswa yang mengontrak UP Lanjutan diperoleh bahwa ada dua mahasiswa mengontrak UP selama tujuh semester, 17 mahasiswa selama lima semester, 16 mahasiswa selama empat semester, 30 mahasiswa selama tiga semester, dan 18 mahasiswa selama dua semester.

Berdasarkan hasil survei terhadap mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengontrak Usulan Penelitian (UP) tentang kesulitan dalam proses pengerjaan UP-nya, antara lainnya yaitu kesulitan dalam mencari dan menentukan

judul, membaca dan memahami literatur yang berbahasa Inggris, kesesuaian jadwal dengan kedua dosen pembimbing serta memahami umpan balik yang diberikan oleh dosen pembimbing, nara sumber yang sulit ditemui karena ketidakcocokan waktu, banyaknya tugas dari mata kuliah yang lain terutama tugas praktikum, banyaknya kegiatan lain di luar kuliah (les dan kerja), tekanan-tekanan dari keluarga serta diri sendiri untuk cepat lulus, dan juga kondisi lingkungan sosial yang terkadang kurang mendukung untuk dapat berkonsentrasi dengan baik pada saat mengerjakan UP (contohnya: saat hendak mengerjakan UP, ada teman yang datang mengajak mengobrol dan ada teman lain yang ribut dengan menyalakan musik keras-keras).

Beberapa kesulitan-kesulitan ini dapat membuat mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP ini merasa stres, khawatir, dan malas. Mahasiswa Fakultas Psikologi yang sedang mengerjakan UP ini juga mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Karena mahasiswa menjadi terfokus pada pengerjaan UP-nya dengan berbagai macam kesulitan yang mereka alami, mahasiswa menjadi kurang memiliki empati terhadap kesulitan yang dialami temannya, menjadi lebih mudah tersinggung dan kesal ketika berbicara dengan teman, dan kurang dapat berpikir secara positif dalam menghadapi suatu masalah.

Mahasiswa juga menghindar ketika bertemu dengan dosen pembimbingnya, menunda-nunda pengerjaan UP-nya karena merasa malas dan jenuh dengan kesulitan-kesulitan yang dihadapi, yakni dalam mencari data, memahami teori dari literatur yang berbahasa Inggris, mengerjakan revisi dari

dosen, dan banyaknya tugas lain yang harus dikerjakan. Tekanan-tekanan dari keluarga dan diri sendiri untuk secepatnya lulus juga menjadi hal yang membuat mahasiswa menjadi semakin tertekan. Mahasiswa menjadi menghindari orang lain yang menanyakan mengenai kelulusannya dan bagi mahasiswa yang berasal dari luar kota menjadi merasa enggan pulang ke kota asalnya karena ingin menghindari pertanyaan-pertanyaan dari keluarga besar dan kenalannya.

Selain kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa pada saat mengerjakan UP-nya, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP ini juga sedang mengalami masa transisi dalam tahap perkembangannya, yakni dari tahap remaja menuju ke tahap dewasa awal (dimulai usia 20-an sampai usia 40-an), (Santrock, 2002). Pada tahap perkembangan dewasa awal ini, mahasiswa diharapkan sudah mampu untuk hidup mandiri, yakni dengan memiliki pekerjaan serta penghasilan sendiri, mahasiswa juga sudah mampu untuk memulai membuat keputusan tentang pasangan hidupnya dan akhirnya mulai membangun keluarga. Di sisi lain mahasiswa masih harus mengerjakan UP dengan banyaknya kesulitan yang dialaminya. Hal ini dapat membuat mahasiswa menjadi tertekan karena mahasiswa belum dapat menyelesaikan tahap akhir dari pendidikannya, yang kemudian dapat menghambat mahasiswa dalam mencapai kemandiriannya.

Kesulitan-kesulitan yang dihadapi mahasiswa pada saat mengerjakan UP-nya membuat mahasiswa membutuhkan suatu situasi dan kondisi yang mendukung mereka untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Adanya situasi dan kondisi yang mendukung membuat mahasiswa dapat berespon

secara positif, yakni mahasiswa tetap mampu melakukan perannya sebagai anak dalam keluarga, teman, dan sebagai anggota dari suatu komunitas. Oleh karena itu, dibutuhkan kemampuan untuk menyesuaikan diri secara positif, yang disebut *resiliency*.

Resiliency merupakan kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri secara positif dan mampu berfungsi dengan baik di tengah situasi yang menekan dan banyak halangan serta rintangan (Benard, 2004). *Resiliency* dalam diri mahasiswa termanifestasi ke dalam empat aspek, yaitu *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future* (Benard, 2004). Terdapat derajat *resiliency* yang bervariasi pada tiap-tiap mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, hal ini dipengaruhi oleh *protective factors*, yaitu *caring relationship*, *high expectations*, dan *opportunities to participate and contribution* yang didapatkan melalui keluarga, lingkungan pendidikan (kampus), dan lingkungan komunitas (teman dan tetangga sekitar), (Benard, 2004).

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, yang memiliki aspek *social competence* dengan derajat tinggi akan mampu memunculkan respon yang positif dari lingkungannya, menyatakan pendapat dan keinginannya kepada keluarga, para pendidik (dosen pengajar dan pembimbing), dan temannya. Mahasiswa mampu menemani serta menghibur teman atau anggota keluarga yang sedang sedih, peduli terhadap kesulitan yang dialami orang lain, bersedia membantu teman yang meminta menjelaskan materi kuliah yang belum dimengerti, dan mau memaafkan kesalahan orang lain.

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, yang memiliki aspek *problem solving skills* dengan derajat tinggi akan memiliki perencanaan dalam kehidupannya, memiliki solusi alternatif untuk menyelesaikan permasalahan-permasalahan dalam kuliah, pertemanan, dan keluarganya. Mahasiswa juga dapat mencari sumber-sumber informasi (buku dan nara sumber) yang lain ketika mengalami kesulitan untuk menemukannya, dan mengetahui prioritas apa yang harus dilakukan dalam menyelesaikannya setiap tugas-tugasnya dengan baik.

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, yang memiliki aspek *autonomy* dengan derajat tinggi akan memiliki penilaian diri yang positif terhadap kemampuannya, mengerjakan setiap tugas-tugas dengan berusaha sebaik-baiknya agar memperoleh hasil yang maksimal, memiliki keyakinan dengan kemampuan diri yang dimiliki untuk dapat menyelesaikan setiap pekerjaannya. Mahasiswa tidak memperdulikan pendapat-pendapat negatif dari lingkungan yang beranggapan tentang dirinya yang tidak memiliki kemampuan apa-apa, mengintrospeksi diri secara positif terhadap kesalahan-kesalahan yang telah diperbuat sehingga dapat memikirkan hal yang kemudian sebaiknya dilakukan agar kesalahan yang ada tidak terulang kembali, dan tidak mudah terpancing emosi saat merasa kesal terhadap perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman dan lingkungan, serta umpan balik yang diberikan dosen, melainkan menganggap itu sebagai suatu proses yang baik.

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, yang memiliki aspek *sense of purpose and bright future* dengan

derajat tinggi akan memiliki motivasi serta tidak mudah putus asa dalam menghadapi berbagai kesulitan dan dapat menyelesaikan dengan baik semua kesulitannya. Mahasiswa mampu menyemangati diri dengan membayangkan kebahagiaan yang akan didapatkan bila suatu saat dirinya lulus kuliah dan bekerja, merasa optimis dapat menyelesaikan pengerjaan UP-nya, dan memiliki kepercayaan bahwa Tuhan akan ikut campur tangan dalam setiap aspek kehidupannya.

Berdasarkan hasil survei terhadap 20 mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP tentang aspek *social competence* yang mereka miliki, sebanyak 55% (11 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka terkadang merasa tertekan bila melihat ada teman yang sudah menyelesaikan UP-nya lebih dulu, sehingga bila ada teman yang bertanya tentang studi-nya maka mereka akan cenderung menjawab dengan perasaan kesal. Mereka juga menghindari untuk bertemu dengan dosen pembimbingnya karena mereka akan merasa terbebani mengingat pengerjaan UP mereka yang belum ada kemajuannya. Sedangkan 45% (9 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka dapat menjadi lebih termotivasi dalam mengerjakan UP-nya karena masukan-masukan yang diberikan oleh dosen pembimbing dan bila bertemu dengan teman-teman yang lain dapat saling bertukar pikiran mengenai perkuliahan mereka.

Pada aspek *problem solving skills*, sebanyak 85% (17 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka mengalami kebingungan dan merasa terbebani saat memikirkan pengerjaan UP sehingga membuat mereka menjadi sulit untuk berkonsentrasi dalam mengerjakan hal lain, seperti tugas-tugas kuliah dan

pekerjaan yang lain. Sedangkan sebanyak 15% (3 mahasiswa) mengatakan bahwa dalam mengerjakan UP yang terpenting adalah dapat menyemangati diri sendiri untuk tidak mudah menyerah dan berusaha untuk mengikuti setiap proses yang ada dalam studinya dengan baik.

Pada aspek *autonomy*, sebanyak 75% (15 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka merasa malas, jenuh, dan terkadang menjadi terlalu santai dalam mengerjakan UP-nya, sehingga membuat mereka merasa terbebani dengan bimbingan yang harus dijalani, memiliki godaan untuk main yang besar, sehingga lebih memilih menghabiskan waktu dengan bermain untuk menghindari kesulitan-kesulitan mereka. Sedangkan sebanyak 25% (5 mahasiswa) mengatakan walaupun ada perasaan khawatir untuk menghadapi kesulitan-kesulitan mereka, namun mereka merasa harus tetap memiliki kesadaran untuk terus mengerjakan UP-nya dan juga mengerjakan apa yang memang menjadi kewajiban mereka yang lain, seperti tetap mengerjakan tugas-tugas kuliah dan tanggungjawab mereka.

Dalam aspek *sense of purpose and bright future*, sebanyak 70% (14 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka lebih cenderung bersikap pasrah karena adanya berbagai kesulitan yang dihadapi, sehingga mereka hanya menjalani kegiatan studi mereka dengan apa adanya tanpa memiliki harapan yang lebih. Sedangkan sebanyak 30% (6 mahasiswa) mengatakan bahwa mereka optimis dapat menyelesaikan pengerjaan UP-nya sehingga mereka pun merasa yakin dapat meningkatkan prestasi dan mampu mengerjakan tugas-tugas yang lain.

Berdasarkan paparan yang telah dikemukakan tentang kemampuan menyesuaikan diri (*resiliency*) pada 20 orang mahasiswa Fakultas Psikologi

Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP, maka didapatkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan UP ini mengalami kesulitan-kesulitan sehingga merasa tertekan. Selain itu, ditemui juga derajat *resiliency* yang bervariasi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP. Berdasarkan hal inilah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai derajat *resiliency* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka permasalahannya dapat dirumuskan sebagai berikut:

“Bagaimana derajat *resiliency* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP).

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1. Maksud Penelitian

Maksud penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai *resiliency* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP).

1.3.2. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran derajat *resiliency* dan aspek-aspeknya, yaitu *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*,

dan *sense of purpose and bright future* serta *protective factor* yang mempengaruhi tinggi atau rendahnya derajat *resiliency* pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP) .

1.4 Kegunaan Penelitian

a. Kegunaan Ilmiah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi bagi:

- Ilmu Psikologi, khususnya bidang Psikologi Pendidikan mengenai *resiliency* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP).
- Sebagai bahan rujukan bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian mengenai *resiliency* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP).

b. Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi bagi:

- Fakultas Psikologi Universitas “X” khususnya dekan, para dosen, dan para dosen pembimbing mengenai *resiliency* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP) Fakultas Psikologi Universitas ”X” untuk membantu para dosen dalam memberikan arahan dan bimbingan bagi mahasiswanya.

- Para orangtua mahasiswa yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP) di Fakultas Psikologi Universitas "X" agar mempunyai pemahaman tentang *resiliency* yang dimiliki mahasiswa dan dapat memberikan dukungan bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP) agar dapat menjalankan fungsinya dengan baik dalam seluruh aspek kehidupannya.
- Para mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP), mengenai *resiliency* mereka agar informasi ini dapat dimanfaatkan dalam upaya pengembangan diri dan penyesuaian diri yang lebih baik dalam semua aspek kehidupannya meskipun sedang menghadapi situasi-situasi dengan banyaknya kesulitan.

1.5 Kerangka Pemikiran

Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP) termasuk individu yang berada pada tahap perkembangan dewasa awal, yang dimulai pada usia 20-an sampai dengan usia 40-an. Individu pada masa dewasa awal ini mengalami penyesuaian terhadap perubahan secara kognitif (perubahan yang meliputi pikiran, intelegensi, dan bahasa) dan sosial (perubahan dalam hubungan dengan orang lain, emosi, dan kepribadian dalam konteks sosial), yang ditandai dengan masa menyelesaikan sekolah atau pendidikan (meningkatnya perhatian untuk mencapai prestasi dan unjuk kerja tertentu) dan juga sudah mulai memikirkan tentang karir

(meningkatnya tanggung jawab dan kemandirian dengan menurunnya ketergantungan terhadap orangtua), (Santrock, 2002).

Masa dewasa awal ini merupakan masa untuk membentuk kemandirian pribadi dan ekonomi, seperti perkembangan karier, memiliki pasangan, memiliki keluarga, dan memiliki pekerjaan setelah menyelesaikan pendidikannya (Santrock, 2002). Pada saat sedang berusaha untuk menyesuaikan diri terhadap tugas perkembangan yang ada, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung dituntut untuk mengerjakan dan dapat menyelesaikan UP-nya. Mahasiswa yang mengerjakan UP ini menghayati proses mengerjakan dan menyelesaikan UP sebagai suatu hal yang membuat mereka tertekan karena berbagai kesulitan yang mereka alami. Kesulitan-kesulitan ini antara lainnya, seperti mencari data, memahami teori dari literatur yang berbahasa Inggris, mengerjakan revisi dari dosen, dan banyaknya tugas lain yang harus dikerjakan. Tekanan-tekanan dari keluarga dan diri sendiri untuk secepatnya lulus.

Berbagai kesulitan yang dialami oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung pada saat mengerjakan UP-nya ini, membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya, mahasiswa menjadi kurang memiliki rasa empati terhadap kesulitan yang dialami temannya, menjadi lebih mudah tersinggung dan kesal dengan perkataan temannya, dan kurang dapat berpikir secara positif dalam menghadapi suatu masalah.

Dalam kondisi dengan berbagai macam kesulitan inilah, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP

diharapkan memiliki kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri di tengah situasi yang menekan dengan banyaknya kesulitan-kesulitan yang dihadapi. Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP diharapkan tetap memiliki kemampuan dalam melakukan kewajiban serta tanggung jawab mereka sebagai seorang mahasiswa dan individu yang sedang memasuki tahap dewasa awal walaupun mereka sedang berada dalam suatu kondisi yang menekan karena adanya berbagai kesulitan dalam pengerjaan UP-nya.

Kemampuan individu untuk dapat menyesuaikan diri secara positif dan mampu berfungsi dengan baik di tengah situasi yang menekan dengan banyaknya kesulitan yang dihadapi disebut *resiliency* (Benard, 2004). *Resiliency* ini termanifestasi dalam *personal strength* yang merupakan aset internal dari mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP yang berhubungan dengan perkembangan hidup yang sehat dan kesuksesan hidup. *Resiliency* ini terdiri dari empat aspek, yaitu *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future*.

Keempat aspek *resiliency* ini bisa bervariasi tinggi atau rendah derajatnya, yang dipengaruhi oleh peran dari faktor yang mendukung dan melindungi dari *adversity* (tekanan) dan *risk* (rintangan dan halangan, serta resiko), yang disebut *protective factors* (Masten & Reed, 2002; Sandler, 2001 dalam Benard, 2004). *Protective factors* ini telah ada sejak mahasiswa berada dalam suatu keluarga atau pada saat menjadi anggota suatu komunitas. *Protective factors* ini terdiri dari *caring relationships*, *high expectations*, dan *opportunities for participation and*

contribution yang didapatkan melalui keluarga, lingkungan pendidikan (kampus), dan lingkungan komunitas (teman dan tetangga sekitar).

Dalam menghadapi situasi dengan adanya berbagai macam kesulitan bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP ini, maka keluarga merupakan figur penting dan utama yang dapat memberikan dukungan kepada mereka untuk meningkatkan *resiliency*. *Protective factor* yang diharapkan diberikan keluarga dapat berupa adanya hubungan yang dekat antara anggota keluarga, perhatian, dan kasih sayang yang diberikan orangtua serta anggota keluarga yang lainnya, seperti kakak, adik, nenek, dan kakek (*caring relationship*). Adanya kepercayaan dan dukungan orangtua dalam pendidikan yang dijalani oleh mahasiswa (*high expectation*). Mahasiswa juga diikutsertakan untuk bertanggungjawab oleh orangtua dengan memberikan kepercayaan untuk menentukan prioritas tentang hal-hal apa yang perlu dilakukan dalam kehidupannya, memilih lingkungan pergaulan yang tepat agar tidak mendapatkan pengaruh yang buruk, memberikan kesempatan untuk terlibat dalam diskusi keluarga sehingga mahasiswa mampu mengeluarkan pendapatnya (*opportunities for participation and contribution*).

Lingkungan pendidikan juga merupakan faktor yang memiliki pengaruh penting bagi mahasiswa dalam meningkatkan *resiliency* yang dimiliki oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP. Lingkungan pendidikan, ini meliputi dosen, teman-teman sesama mahasiswa, dan kampus itu sendiri. *Protective factors* yang dapat diberikan dalam lingkungan pendidikan ini antara lain adalah adanya perhatian

dan masukan positif yang yang diberikan oleh dosen (*caring relationship*). Dosen dapat memberikan dukungan dan memuji prestasi yang berhasil dicapai dan harapan kepada mahasiswa sesuai dengan kemampuannya (*high expectation*). Mahasiswa juga diberikan kesempatan untuk bertanya dan mengemukakan pendapatnya (*opportunities for participation and contribution*).

Sedangkan, *protective factors* yang dapat diberikan oleh teman sesama mahasiswa dalam lingkungan pendidikan dapat berupa dukungan dan motivasi, seperti memberikan masukan-masukan yang membangun ketika mahasiswa menghadapi masalah (*caring relationship*), memberikan harapan dan dukungan yang positif kepada mahasiswa ketika mengalami kesulitan dalam memahami materi perkuliahan (*high expectation*). Mahasiswa juga diberikan kesempatan untuk mengikuti kegiatan-kegiatan yang disukainya dan menyampaikan pendapat atau masukannya dalam menghadapi masalah (*opportunities for participation and contribution*).

Selain keluarga dan lingkungan pendidikan, orang-orang yang ada di sekitar tempat tinggal mahasiswa juga turut memberikan pengaruh bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung untuk *resilience*. *Protective factors* yang dapat diberikan, antara lain dapat berupa rasa peduli yang diberikan oleh tetangga sekitar rumah atau dari teman-teman kos sehingga mahasiswa tidak merasa terganggu ketika sedang mengerjakan UP atau tugas-tugas yang lain dan membutuhkan ketenangan (*caring relationship*), dan dukungan dari lingkungan sekitar yang memberikan semangat dengan meyakinkan mahasiswa bahwa ia memiliki kemampuan dalam mengerjakan

tanggungjawabnya (*high expectation*), serta memberikan kesempatan kepada mahasiswa dalam mengemukakan pendapatnya (*opportunities for participation and contribution*).

Dengan adanya *caring relationship*, *high expectation*, dan *opportunities for participation and contribution* yang diberikan oleh keluarga, lingkungan pendidikan, dan lingkungan komunitas mahasiswa maka kebutuhan-kebutuhan dasar mahasiswa, seperti rasa aman, dicintai, dihargai, kemandirian, merasa mampu, dan berarti menjadi terpenuhi. Terpenuhinya kebutuhan dasar mahasiswa ini akan mengembangkan derajat *resiliency* yang dimiliki mahasiswa, sehingga mahasiswa memiliki derajat *resiliency* yang tinggi. Hal ini dapat dilihat dari tingginya derajat *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future* yang dimiliki oleh mahasiswa.

Mahasiswa yang memiliki derajat *social competence* yang tinggi, akan menjadi seseorang yang dapat membangun relasi dan keterikatan secara positif dengan orang lain walaupun sedang menghadapi suatu situasi yang menekan dengan adanya banyak kesulitan. Mereka juga mampu menata kata-katanya dengan baik ketika berbicara dengan orang lain (orangtua atau teman), mampu menyatakan dan menjelaskan pendapat atau pandangannya kepada dosen pembimbing, memahami perasaan teman yang sedang mengalami masalah dan akan menghiburnya, serta memiliki kesediaan untuk memaafkan orang lain yang perilakunya membuat kesal.

Pada mahasiswa yang memiliki derajat *problem solving skills* yang tinggi, mahasiswa akan memiliki kemampuan untuk membuat perencanaan tentang hal-

hal apa saja yang harus dilakukannya agar dapat dikerjakan dengan lebih terencana dan teratur. Mereka tidak mudah terpancing ketika berselisih dengan sesama teman dan akan mencari solusi yang tepat dengan akal sehat, mampu berusaha mencari sumber-sumber bahan yang diperlukan dalam mengerjakan tugas-tugasnya di tempat yang lain apabila belum menemukannya, dan mampu menentukan prioritas ketika sedang menghadapi masalah sehingga tidak berdampak pada hal-hal yang lain.

Pada mahasiswa yang memiliki derajat *autonomy* tinggi, mahasiswa akan memiliki pandangan bahwa dirinya merupakan seseorang yang memiliki kemampuan yang baik dalam mengerjakan tugas-tugasnya, memiliki rasa tanggung jawab dalam melakukan perannya sebagai anak dalam keluarga, mahasiswa Psikologi, dan teman. Mereka juga tidak memperdulikan pendapat-pendapat negatif dari lingkungan yang beranggapan bahwa dirinya tidak memiliki kemampuan apa-apa, mengintrospeksi diri secara positif terhadap kesalahan-kesalahan yang dilakukan dalam perannya sebagai teman, anak, dan mahasiswa. Kemudian, mereka juga tidak mudah larut dalam kesedihan ketika banyak mengalami kesulitan dan tidak mudah menjadi marah bila merasa kesal dengan perlakuan yang tidak menyenangkan dari teman lain di kampus, melainkan menganggap itu sebagai suatu proses yang baik.

Kemudian, pada mahasiswa yang memiliki derajat *sense of purpose and bright future* yang tinggi, mahasiswa akan memiliki motivasi dalam mengerjakan semua tanggungjawabnya sehingga tidak mudah putus asa ketika mengalami kesulitan, mampu menyemangati diri sendiri agar dapat tetap terus terpacu dalam

menjalani seluruh kehidupannya. Mereka mampu membayangkan kebahagiaan yang akan dirasakan bila suatu saat dapat lulus kuliah dan akan memasuki dunia kerja yang baru sehingga akan membuat diri menjadi lebih optimis, dan memiliki kepercayaan bahwa ada Tuhan yang akan selalu ikut membantu dan campur tangan dalam rencana tentang masa depannya.

Apabila *caring relationship*, *high expectation*, dan *opportunities for participation and contribution* kurang atau tidak diberikan oleh keluarga, lingkungan pendidikan, dan lingkungan komunitasnya maka kebutuhan-kebutuhan dasar mahasiswa, seperti rasa aman, dicintai, dihargai, kemandirian, merasa mampu, dan berarti menjadi kurang atau tidak terpenuhi. Hal ini menyebabkan derajat *resiliency* yang dimiliki mahasiswa kurang dapat berkembang, sehingga mahasiswa memiliki derajat *resiliency* yang rendah. Derajat *resiliency* yang rendah ini dapat terlihat dari rendahnya derajat *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future* yang dimiliki oleh mahasiswa.

Mahasiswa yang memiliki derajat *social competence* yang rendah, pada saat menghadapi suatu situasi yang menekan maka mahasiswa akan menjadi kurang dapat memberikan respon yang positif terhadap lingkungan. Mereka akan membatasi diri dalam bergaul dan kurang berani serta yakin dalam menyatakan pendapat mereka, baik ketika berada di rumah, lingkungan pendidikan, maupun di lingkungan komunitas mereka.

Pada mahasiswa yang memiliki derajat *problem solving skills* yang rendah, maka akan kurang mampu dalam membuat perencanaan dan tindakan apa yang

sebaiknya dilakukan ketika menghadapi masalah dalam kehidupannya. Mereka juga kurang mampu melihat alternatif solusi karena terus terpaku pada masalah-masalah yang menurutnya sulit untuk diselesaikan, merasa takut untuk meminta bantuan kepada orangtua, teman, maupun dosen ketika menghadapi kesulitan, dan kurang mampu menetapkan jalan keluar terbaik ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan permasalahannya.

Mahasiswa yang memiliki derajat *autonomy* yang rendah, akan menjadi kurang memiliki penilaian diri yang positif terhadap dirinya bahwa ia mampu mengerjakan dan menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik, kurang bertanggung jawab terhadap apa yang dikerjakannya, seperti tugas-tugas ataupun pekerjaan-pekerjaan rumah dan kuliah. Mereka juga kurang mampu memotivasi dirinya sendiri sehingga menjadi sering menunda-nunda pekerjaan yang harus segera dilakukannya, mudah terpengaruh oleh pendapat-pendapat dari lingkungan luar yang negatif bahwa dirinya seorang yang tidak memiliki kemampuan apa-apa, kurang mampu mengintrospeksi diri, dan mudah terpancing emosi ketika diajak bercanda oleh temannya.

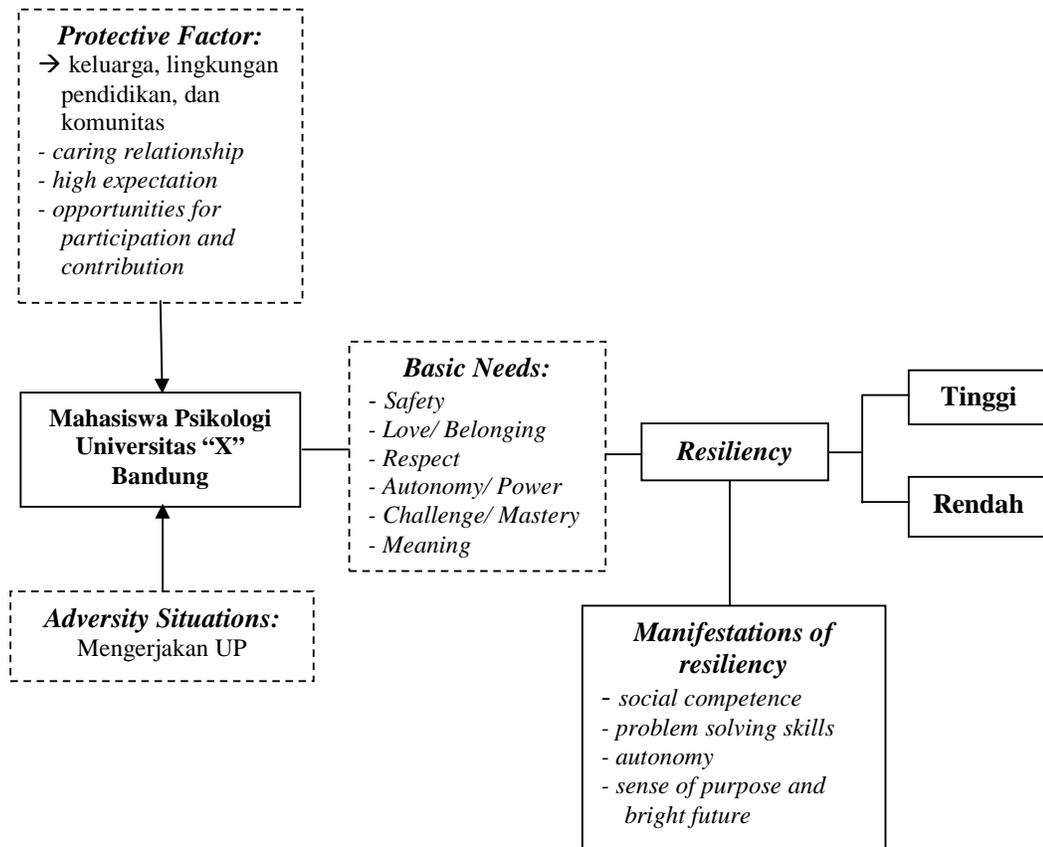
Kemudian, pada mahasiswa yang memiliki derajat *sense of purpose and bright future* yang rendah, akan menjadi kurang mampu mengarahkan diri mereka terhadap tujuan sehingga kurang dapat mempertahankan motivasi mereka dan cenderung bersikap meremehkan dalam mengerjakan tugas-tugasnya. Mereka juga bersikap pesimis terhadap hal-hal yang dilakukan karena tidak merasa yakin akan berhasil ketika telah melakukan sesuatu dan hanya mengandalkan diri sendiri

dalam mengerjakan sesuatu sehingga kurang memiliki kepercayaan bahwa ada Tuhan yang akan turut campur tangan dalam masa depannya.

Oleh karena itu, mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan Usulan Penelitian (UP), perlu mengembangkan *resiliency*-nya agar mahasiswa juga dapat menjalani tugas perkembangannya sebagai seorang individu yang berada pada tahap perkembangan masa dewasa awal. Hal ini juga dapat membantu mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung untuk dapat menyesuaikan diri dengan baik di lingkungannya walaupun di tengah situasi yang menekan dengan banyaknya kesulitan, halangan, dan rintangan. *Resiliency* membantu mahasiswa untuk tetap mampu dalam memenuhi tuntutan-tuntutan kehidupannya dalam keluarga, lingkungan pendidikan, dan lingkungan komunitas.

Berdasarkan uraian tersebut, maka dapat digambarkan dengan skema

kerangka pemikiran sebagai berikut:



Skema 1.1 Skema Kerangka Pemikiran

Asumsi

- Mengerjakan Usulan Penelitian (UP) dapat dihayati sebagai suatu situasi yang menimbulkan stres bagi mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung.
- *Resiliency* dengan derajat yang tinggi diperlukan oleh mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP agar mampu menyesuaikan diri dalam menghadapi situasi dengan banyaknya kesulitan dan menekan.
- Derajat tinggi atau rendahnya *resiliency* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP dapat dilihat melalui aspek-aspek dari *resiliency*, yaitu *social competence*, *problem solving skills*, *autonomy*, dan *sense of purpose and bright future*.
- Derajat *resiliency* mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung yang sedang mengerjakan UP bervariasi, dipengaruhi oleh *protective factors* yang didapatkan melalui keluarga, lingkungan pendidikan (dosen dan teman sesama mahasiswa), dan lingkungan komunitas (teman dan tetangga sekitar).