

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia yang disebut dengan kuliah adalah pelajaran yang diberikan di perguruan tinggi atau mengikuti pelajaran di perguruan tinggi. Sementara itu, Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 60 tahun 1999 tentang pendidikan tinggi pada pasal 10 ayat 1 menyatakan bahwa pendidikan tinggi diselenggarakan melalui proses pembelajaran yang mengembangkan kemampuan belajar mandiri. Dan pada ayat 2 menyatakan bahwa dalam penyelenggaraan pendidikan tinggi dapat dilakukan kuliah, seminar, simposium, diskusi panel, lokakarya, praktika dan kegiatan ilmiah lain. Sedangkan orang yang belajar di sekolah tingkat perguruan tinggi untuk mempersiapkan dirinya bagi suatu keahlian tingkat sarjana di sebut mahasiswa. Mahasiswa dibagi menjadi dua, yaitu mahasiswa reguler dan mahasiswa non-reguler yang berarti mahasiswa yang kuliah sambil bekerja.

Faktor yang menyebabkan mahasiswa bekerja yaitu, faktor ekonomi karena dengan bekerja mahasiswa mampu mengatasi masalah keuangan dalam membiayai perkuliahan yang memiliki biaya cukup mahal dan juga kebutuhan akan hidup seperti biaya sewa kos, biaya untuk membeli buku-buku pendukung perkuliahan, dan biaya untuk makan sehari-hari yang kian hari makin meningkat sehingga membuat mahasiswa harus mencari cara agar mampu mencukupi kebutuhannya untuk pendidikan dan juga untuk biaya hidupnya. Beberapa mahasiswa mencari jalan keluar dengan cara bekerja untuk

mengatasi masalah keuangan dalam membiayai perkuliahan sehingga dapat meringankan beban orangtua. Selain itu dengan bekerja mahasiswa akan mendapatkan pengalaman, keterampilan, dan gambaran umum secara nyata mengenai bekerja.

Namun dengan seluruh kegiatan bekerja tersebut, muncul kekhawatiran dimana mahasiswa akan terlena dan melupakan kewajiban studi mereka. Beragam alasan yang melatarbelakangi mahasiswa untuk kuliah sambil bekerja. Alasan utamanya adalah terkait dengan finansial yakni memperoleh penghasilan untuk membayar pendidikan dan kebutuhan sehari-hari sekaligus meringankan beban keluarga. Alasan lainnya adalah untuk mengisi waktu luang dikarenakan jadwal perkuliahan yang tidak padat, ingin hidup mandiri agar tidak ketergantungan dengan orang lain ataupun orang tua, mencari pengalaman di luar perkuliahan, menyalurkan hobi dan macam-macam alasan lainnya (Mardelina & Muhson, 2017).

Mahasiswa sebagai anggota dari sebuah lembaga pendidikan tinggi dituntut untuk memiliki kemandirian dan tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akademik yang telah ditetapkan, guna mencapai kompetensi lulusan yang diharapkan oleh perguruan tinggi yang menjadi almahaternya. Tugas akademik tersebut diantaranya adalah penyelesaian dan pencapaian beban studi yang ditetapkan, penyelesaian tugas kuliah, praktikum dan penyusunan skripsi. Skripsi merupakan karya tulis ilmiah hasil penelitian mandiri mahasiswa, sekaligus menjadi mata kuliah dengan bobot 6 SKS sebagai tugas akhir untuk memenuhi persyaratan dalam meraih gelar sarjana. Dalam penyusunan skripsi mahasiswa dituntut untuk mencari dan merumuskan masalah

penelitian, membuat rancangan penelitian, melakukan analisis dan menyusun laporan hasil penelitian serta melakukan presentasi di depan penguji.

Mata kuliah tugas akhir adalah mata kuliah yang menuntut kemandirian mahasiswa dalam proses pengerjaannya. Oleh karena itu mahasiswa perlu untuk mengatur dirinya secara mandiri dalam mengerjakan skripsi agar mereka dapat mencapai hasil yang diinginkan. Seorang mahasiswa yang sedang mengambil skripsi dituntut untuk dapat memiliki kemampuan *self-regulated learning* sebagai dasar memunculkan kemandirian dalam mengerjakan skripsi (Hardhito & Leonardi, 2016). Mahasiswa yang mandiri dalam pengerjaan skripsinya tidak lagi bergantung pada teman sekelasnya.

Regulasi diri (*self regulation*), merupakan salah satu komponen penggerak utama kepribadian manusia (Alfiana, 2013). Menurut Bandura (dalam Widjaja, 2014) bahwa manusia adalah makhluk yang dapat mengatur diri sendiri. Manusia memiliki kemampuan berpikir yang dapat digunakan untuk memanipulasi lingkungan sehingga terjadi perubahan lingkungan akibat kegiatannya tersebut. Jadi, pribadi manusia sebagai individu, lingkungan, dan tingkah laku saling mempengaruhi. Kemampuan untuk mengubah tingkah lakunya itu disebut sebagai kemampuan untuk meregulasi diri.

Bandura (dalam Feist & Feist, 2013) mengemukakan bahwa regulasi diri adalah kemampuan manusia untuk menolak dan mengubah respon. Regulasi diri merupakan usaha manusia untuk melakukan pengendalian. Regulasi berarti perubahan perilaku yang sesuai dengan standar ideal atau tujuan. Mengubah perilaku agar sesuai dengan

aturan, sesuai dengan yang kita mau, atau mengejar tujuan adalah sebuah bentuk regulasi diri.

Regulasi diri merupakan motivasi internal, yang berakibat pada timbulnya keinginan seseorang untuk menentukan tujuan-tujuan dalam hidupnya, merencanakan strategi yang akan digunakan, serta mengevaluasi dan memodifikasi perilaku yang akan dilakukan (Alfiana, 2013).

Dalam proses belajar, Bandura (Fasikhah & Fatimah, 2013) mendefinisikan *self-regulated learning* sebagai suatu keadaan dimana individu yang belajar sebagai pengendali aktivitas belajarnya sendiri, memonitor motivasi dan tujuan akademik, mengelola sumber daya manusia dan benda, serta menjadi perilaku dalam proses pengambilan keputusan dan pelaksana dalam proses belajar. Regulasi diri dalam belajar yang baik akan membantu seseorang dalam memenuhi berbagai tuntutan yang dihadapinya. Menurut Santrock (dalam Rachmah, 2015) menyebutkan adanya regulasi diri dalam belajar akan membuat individu mengatur tujuan, mengevaluasinya dan membuat adaptasi yang diperlukan sehingga menunjang dalam prestasi.

Zimmerman berpendapat bahwa regulasi diri berkaitan dengan pembangkitan diri baik pikiran, perasaan serta tindakan yang direncanakan dan adanya timbal balik yang disesuaikan pada pencapaian tujuan personal (Ghufron, 2012). Regulasi diri penting dimiliki oleh seseorang dalam membantu perkembangannya, karena regulasi diri juga dapat mengontrol keadaan lingkungan dan impuls emosional yang sekiranya dapat mengganggu perkembangan seseorang (Alfiana, 2013).

Dengan regulasi diri yang baik, seseorang akan memiliki kemampuan dalam mengendalikan situasi-situasi yang dihadapinya sehingga tidak berdampak negatif bagi dirinya. Ia akan mampu menentukan sikap dan perilaku sesuai dengan keputusan mereka. Dengan kemampuan regulasi diri yang baik, seseorang akan mampu memandang secara positif setiap situasi yang dihadapinya (Kusumawati E. D., 2017).

Maddux (dalam Grahani & Mardiyanti, 2019) menyatakan bahwa regulasi diri yang kurang efektif akan menjadikan seseorang mengalami permasalahan psikologis yang serius, misalnya depresi dan gangguan kecemasan. Regulasi diri dapat dimunculkan oleh seseorang dengan cara berlatih atau mengatur aktivitas-aktivitas yang akan dilakukannya (Grahani & Mardiyanti, 2019). Karakteristik mahasiswa yang tidak dapat melakukan *self regulated learning* adalah tidak mandiri, mengalami kesulitan dalam beradaptasi, kurang mampu bekerjasama dengan orang lain, kesulitan dalam berpikir kritis dalam memecahkan suatu masalah, tidak memiliki motivasi untuk berprestasi, tidak yakin akan kemampuan yang dimiliki diri, dan sebagainya (Grahani & Mardiyanti, 2019).

Salah satu aspek yang mempengaruhi *self regulated learning* menurut Zimmerman adalah *self efficacy*. Individu yang menyadari kompetensinya, memperlihatkan keyakinan yang tinggi terhadap dirinya (Grahani & Mardiyanti, 2019). Pendapat tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati & Cahyadi (2013) yang menunjukkan bahwa efikasi diri memiliki peran terhadap regulasi diri dengan hasil yang positif. Hasil ini menggambarkan bahwa semakin tinggi efikasi diri siswa maka semakin tinggi regulasi diri siswa pada pelajaran matematika.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Jagad & Khoirunnisa (2018) terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara efikasi diri dengan regulasi diri pada siswa SMP. Hal ini menggambarkan efikasi diri yang dimiliki oleh siswa dapat memengaruhi *self regulated learning* pada siswa. Semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki siswa maka akan semakin tinggi *self regulated learning* pada siswa SMP.

Menurut Bandura (dalam Kusumawati & Cahyani, 2013) efikasi diri adalah keyakinan seorang individu mengenai kemampuannya dalam mengorganisasi dan menyelesaikan suatu tugas yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Bandura yang menyatakan bahwa efikasi diri merupakan variabel yang paling berperan untuk memprediksi prestasi mahasiswa. Individu yang memiliki efikasi diri yang bagus dapat menjadi faktor pembangkit motivasi untuk bertindak, mampu mengontrol stres dan kecemasan, sebaliknya individu yang memiliki efikasi diri yang rendah bisa menjadi penghambat utama dalam pencapaian tujuan perilaku tertentu. Ketika individu tersebut tidak yakin pada kemampuannya untuk bisa mencapai sesuatu yang diharapkan maka peluang kegagalan akan semakin tinggi sehingga dapat menyebabkan munculnya perilaku yang tidak diinginkan (Mufidah, 2017).

Rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko (Rustika, 2012).

Menurut Stoltz (dalam Kusumawati E. D., 2017) bahwa seseorang yang memiliki motivasi kuat akan mampu menciptakan peluang meskipun dihadapkan pada kesulitan, artinya seseorang dengan motivasi yang kuat akan berupaya menyelesaikan tantangan dan kesulitan yang dihadapi dengan mengoptimalkan kemampuan serta mengatur dirinya (regulasi diri) agar kesulitan dan tantangan tersebut dapat diatasi. Menurut penelitian sebelumnya pada jurnal yang berjudul Pengaruh *Adversity Quotient* Terhadap Regulasi Diri Siswa Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMP Negeri 13 Yogyakarta, menunjukkan hasil ada pengaruh atau kontribusi yang signifikan *adversity quotient* terhadap regulasi diri siswa (Kusumawati, 2017). Hal ini menggambarkan Siswa dengan *adversity quotient* tinggi cenderung memiliki regulasi yang tinggi pula karena mereka yakin mampu mengatur diri mereka sendiri di tengah kesulitan yang dihadapi. Penelitian lain yang membahas mengenai hubungan antara *adversity quotient* dengan regulasi diri yaitu penelitian yang telah dilakukan oleh Hery Ghofar (2014) yang berjudul Hubungan antara *adversity quotient* dengan regulasi diri MA Darussalam Agung Buring Malang yang menunjukkan hasil terdapat hubungan positif yang signifikan antara *adversity quotient* dengan regulasi diri. Siswa dengan *adversity quotient* tinggi cenderung memiliki regulasi yang tinggi pula karena mereka yakin mampu mengatur diri mereka sendiri di tengah kesulitan yang dihadapi. Siswa yang mampu mengatur dirinya dalam berbagai aktivitas akan lebih berhasil dibandingkan dengan siswa yang tidak mampu mengatur dirinya sendiri.

Adversity quotient adalah kemampuan untuk mengendalikan situasi-situasi sulit. *Adversity quotient* sebagai bentuk respon individu terhadap kesulitan dan

pengendalian terhadap respon yang konsisten tidak terlepas dari bagaimana individu menyikapi situasi yang menekan dalam kehidupannya (Utami, Hardjono, & Karyanta, 2012). Untuk menghadapi tantangan dan tekanan dibutuhkan adanya kekuatan untuk menyelesaikannya. (Utami, Hardjono, & Karyanta, 2012).

Daya juang berperan besar dalam mempengaruhi usaha seseorang dalam mengatasi kesulitan-kesulitan yang dialaminya. Individu yang memiliki *adversity quotient* yang kuat akan mampu mengatasi kesulitan-kesulitan yang dihadapinya (Stoltz, 2018). *Adversity quotient* sangat penting dalam kehidupan, diantaranya berperan dalam mempengaruhi daya saing, produktivitas, kreativitas, motivasi, pengambilan resiko, perbaikan, ketekunan belajar, serta cara merangkul perubahan. Dengan demikian mahasiswa diharapkan memiliki *adversity quotient* yang tinggi sehingga mampu mengatasi kesulitan dan hambatan dalam menyelesaikan skripsinya. *Adversity quotient* juga turut mempengaruhi produktivitas, serta cara-cara menyesuaikan diri dengan perubahan sehingga kesuksesan dalam menyelesaikan skripsi akan diraih sekalipun masalah - masalah datang sebagai penghalang.

Fenomena yang berkaitan dengan aktivitas mahasiswa yang kuliah sambil bekerja tersebut menjadi hal yang biasa dikalangan mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang. Hampir tersebar di seluruh angkatan dan fakultas, mahasiswa yang sambil bekerja. Menurut data yang di peroleh dari pusat data dan informasi Universitas Buana Perjuangan Karawang mahasiswa yang bekerja angkatan 2016 sekitar 816 mahasiswa dari jumlah keseluruhan mahasiswa angkatan 2016 sebanyak 950 mahasiswa, artinya lebih dari 85% mahasiswa angkatan 2016 adalah pekerja.

Bagi mahasiswa yang bekerja dan sedang menyusun skripsi, mereka harus bisa membagi waktu untuk aktivitasnya yang padat supaya skripsinya bisa selesai tepat waktu. Tugas skripsi tersebut merupakan tugas yang tidak ringan bagi para mahasiswa. Sehingga bisa menyebabkan berbagai tekanan psikologis, seperti cemas dan juga stres akademik (Thanoesya, Syahniar, & Ifdil, 2016). Ada berbagai faktor yang mempengaruhi cepat atau lambatnya mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi baik berasal dari faktor internal maupun eksternal mahasiswa. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap beberapa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja juga mengatakan bahwa ada beberapa kesulitan yang dihadapi saat menyusun skripsinya terutama masalah terbatasnya waktu yang dimiliki untuk menyusun skripsinya dikarenakan sebagian waktunya sudah dihabiskan untuk bekerja, dan juga merasa sangat kelelahan saat menyusun skripsinya karena kegiatan tersebut dilakukan setelah pulang dari bekerja.

Permasalahan yang biasanya dihadapi mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsi diantaranya adalah adanya kesulitan dalam mencari literatur, tidak terbiasa menulis karya ilmiah, kemampuan akademis yang kurang memadai, kurangnya ketertarikan mahasiswa terhadap penelitian, kurang terbiasa dengan sistem kerja terjadwal dengan pengaturan waktu sedemikian ketat, dana yang terbatas dan masalah dengan dosen pembimbing skripsi (Susanti, 2015). Pernyataan tersebut juga di dukung oleh hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja kurang lebih 20 mahasiswa pada bulan Agustus 2020, dapat ditarik kesimpulan bahwa para subyek memiliki permasalahan yang ia hadapi

selama menyusun skripsi adalah susahnya melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing dikarenakan terbatasnya waktu yang ia miliki dan juga masalah dana.

Hambatan dan kesulitan yang menyertai proses penyusunan karya ilmiah ini, mengakibatkan skripsi sebagai beban akademik bagi mahasiswa yang sedang atau akan menyusun skripsi sambil bekerja. Mahasiswa merasa diberi beban berat, kehilangan motivasi dalam mengerjakan skripsi. Sehingga mahasiswa menunda-nunda dalam menyusun skripsinya. Penyebab mahasiswa menunda-nunda pengerjaan skripsinya, yakni rendahnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi dan disertai oleh adanya pengaruh dari teman-teman, atau pekerjaan lain yang lebih diprioritaskan (Susanti, 2015).

Selain itu hambatan dan kesulitan yang di hadapi mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang yang bekerja adalah hanya memiliki waktu yang sedikit untuk menyusun skripsinya dan waktu luang tidak sesuai dengan jam buka perpustakaan. Mahasiswa yang bekerja memiliki waktu kerja yang beragam, ada yang sistem shift dan non shift. Bagi mahasiswa yang bekerja dengan sistem non shift yang mengharuskan mereka menghabiskan waktunya 8 jam bekerja dari pagi hari sampai sore hari dan mereka hanya memiliki waktu luang di malam hari. Sedangkan perpustakaan di kampus buka dari pagi hingga sore hari, sehingga mereka tidak memiliki waktu untuk keperpustakaan mencari referensi dan literatur untuk skripsinya.

Dimasa pandemi seperti saat ini juga menjadi hambatan serta tantangan bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Buana Perjuangan Karawang. Hal ini didasari dengan adanya kebijakan WFH (*Work From Home*) dan SCH yang

dilakukan oleh pemerintah sehingga semua aktivitas pekerjaan dan pembelajaran yang ada di Universitas Buana Perjuangan dilakukan secara online. Kampus tutup untuk beberapa bulan sehingga situasi ini juga menyulitkan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk melakukan bimbingan secara langsung dengan dosen pembimbing. Walaupun diberlakukan juga bimbingan online, namun bimbingan online kurang efektif karena bimbingan harus menunggu lama untuk di koreksi oleh pembimbing belum lagi untuk mahasiswa yang tinggal di daerah yang cukup susah untuk sinyal internetnya. Selain itu dengan adanya beberapa kebijakan yang mengharuskan beberapa perpustakaan juga ikut tutup sementara berdampak pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi kesulitan dalam mencari referensi dan literatur untuk bahan skripsinya.

Berdasarkan penelitian sebelumnya dan fenomena yang ada mendorong peneliti untuk ingin mencari tahu dan menggali lebih lanjut mengenai pengaruh efikasi diri dan *adversity quotient* terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh antara efikasi diri terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang?

2. Apakah ada pengaruh antara *adversity quotient* terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang?
3. Apakah ada pengaruh antara efikasi diri dan *adversity quotient* terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh efikasi diri terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *adversity quotient* terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang.
3. Untuk mengetahui ada pengaruh efikasi diri dan *adversity quotient* terhadap regulasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sambil bekerja di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan dan kajian teoritis terutama di bidang psikologi terkait dengan mahasiswa tentang pentingnya efikasi diri dan *adversity quotient* terhadap regulasi diri, penelitian ini diharapkan menjadi sumbangan yang bermanfaat pengembangan ilmu psikologi

khususnya psikologi klinis dan dapat dijadikan referensi bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, gambaran, dan pengetahuan baru bagi mahasiswa akhir terkait dengan pengaruh efikasi diri dan *adversity quotient* terhadap regulasi diri sehingga mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat meningkatkan regulasi diri.

