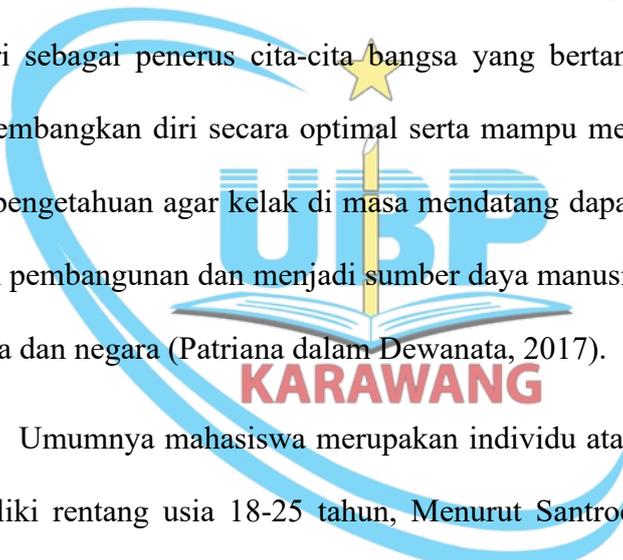


## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

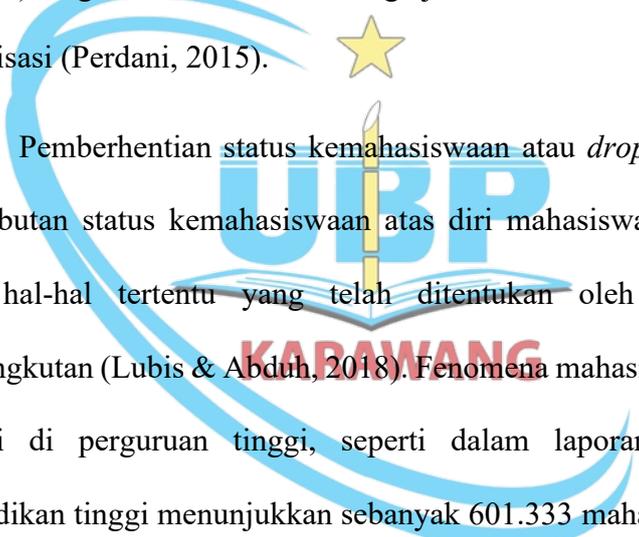
Perguruan tinggi merupakan satuan pendidikan penyelenggara pendidikan tinggi, yang di dalamnya terdapat Institut, Sekolah Tinggi, Akademi, maupun Universitas, dan peserta didiknya disebut sebagai mahasiswa (Hayati, 2019). Mahasiswa memiliki peran dan tantangan sendiri sebagai penerus cita-cita bangsa yang bertanggung jawab untuk mengembangkan diri secara optimal serta mampu melakukan penguasaan ilmu pengetahuan agar kelak di masa mendatang dapat berpartisipasi aktif dalam pembangunan dan menjadi sumber daya manusia yang berguna bagi bangsa dan negara (Patriana dalam Dewanata, 2017).



Umumnya mahasiswa merupakan individu atau peserta didik yang memiliki rentang usia 18-25 tahun, Menurut Santrock (2011) pada usia tersebut individu berada pada tahap perkembangan masa dewasa awal, yang mana individu pada usia tersebut berusaha untuk membentuk struktur kehidupannya sendiri, serta masa dewasa awal merupakan permulaan dari kemandirian ekonomi dan kemandirian dalam membuat keputusan.

Pada titik perkembangan ini individu masih memiliki keinginan untuk mengeksplorasi jalur karir yang diinginkan dan memiliki keinginan untuk menjadi individu yang memiliki gaya hidup pribadi. Menurut Santrock (2011) biasanya mahasiswa dengan rentang usia tersebut juga

memiliki perubahan dimana mahasiswa merasa lebih dewasa, kemudian mempunyai banyak pilihan terhadap mata kuliah yang ingin diambil, memiliki kesempatan yang lebih besar untuk mengeksplorasi, serta merasa lebih tertantang secara intelektual dengan tugas akademiknya. Akan tetapi, masa peralihan tersebut dapat menimbulkan suatu masalah, yang berkaitan dengan akademik. Beberapa masalah akademiknya seperti pada kewajiban mahasiswa mengerjakan tugas praktikum, tugas kelompok, tugas akhir (skripsi), tugas individu, belum lagi jika mahasiswa tersebut mengikuti organisasi (Perdani, 2015).



Pemberhentian status kemahasiswaan atau *drop out* adalah proses pencabutan status kemahasiswaan atas diri mahasiswa, yang disebabkan oleh hal-hal tertentu yang telah ditentukan oleh perguruan tinggi bersangkutan (Lubis & Abduh, 2018). Fenomena mahasiswa *drop out* kerap terjadi di perguruan tinggi, seperti dalam laporan terbaru statistik pendidikan tinggi menunjukkan sebanyak 601.333 mahasiswa putus kuliah pada 2020, dalam hal ini Perguruan Tinggi Swasta (PTS) paling banyak menyumbang angka putus kuliah dengan presentase sebesar 79,5% atau sebanyak 478.826 mahasiswa yang putus kuliah dari PTS, selanjutnya sebanyak 101.758 mahasiswa dari Perguruan Tinggi Negeri (PTN), 18.284 mahasiswa dari Perguruan Tinggi Agama (PTA), dan Perguruan Tinggi Kementerian/lembaga lain (PTK) sebanyak 3.395 mahasiswa (Jayani, 2021). Sementara itu, data yang didapat dari Pusat Data dan Informasi (Pusdatin) Universitas Buana Perjuangan Karawang tahun 2018-2021 dari

jumlah 8.230 mahasiswa yang aktif, 14% diantaranya mengalami *drop out* atau sebanyak 867 mahasiswa yang mengalami *drop out*.

Beberapa penyebab mahasiswa *drop out* dari perguruan tinggi yang sering dijumpai yaitu tidak bayar SPP, IPK kurang dari 2,00, dan tindakan melanggar lainnya (Arham, Ahmad, dan Ridfah, 2017). Selain itu, berbagai macam tuntutan akademik di lembaga pendidikan juga dapat meningkatkan kecenderungan *drop out* pada mahasiswa. Hal yang sering terjadi adalah penurunan motivasi belajar dan penurunan prestasi pada mahasiswa akibat menerima banyaknya tuntutan dari akademik yaitu stres akademik (Pascoe, 2020).

Stres dapat terjadi pada seluruh aspek kehidupan manusia, termasuk pada aspek akademik. Menurut WHO terjadinya stres di dunia tergolong cukup tinggi, lebih dari 350 juta penduduk di dunia mengalaminya dan penyakit di dunia yang berada diperingkat ke 4 (Ambarwati, Pinilih, & Astuti, 2017). Hal ini sejalan dengan peristiwa yang menimpa tiga orang mahasiswa UNPAD menjadi salah satu permasalahan terkait stres akademik yang dialami mahasiswa, mereka melakukan bunuh diri karena mengalami stres yang dikarenakan beban tugas yang tak kunjung selesai, dan tidak kunjung lulus yang berakibat terancam *drop out* (Putra W. , 2019). Stres adalah kondisi yang menyebabkan individu merasakan ketegangan, tekanan, atau emosi negatif termasuk kecemasan dan kemarahan (Prabu, 2015). Salah satu stres yang dialami dalam pendidikan disebut sebagai stres akademik.

Menurut Gadzella (2005) stres akademik yaitu persepsi seseorang terhadap *stressor* akademik dan bagaimana reaksi mereka terhadap *stressor* tersebut yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif. Salah satu stres yang dialami dalam pendidikan disebut sebagai stres akademik. Menurut Gadzella (2005) stres akademik yaitu persepsi seseorang terhadap *stressor* akademik dan bagaimana reaksi mereka terhadap *stressor* tersebut yang terdiri dari reaksi fisik, emosi, perilaku dan kognitif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani, Liza, dan Syah (2019) menunjukkan dari jumlah 188 mahasiswa kedokteran angkatan 2017 Universitas Andalas, 97 mahasiswa diantaranya mengalami tingkat stres akademik yang tinggi, dan sisanya disebabkan oleh berbagai macam stres lainnya. Penelitian lain yang dilakukan Lubis, Ramadhani, dan Rasyid (2021) menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami stres akademik tingkat tinggi sebanyak 55 mahasiswa (27%), dalam tingkat sedang sebanyak 80 mahasiswa (39,2%), dan tingkat rendah sebanyak 48 mahasiswa (21%). Kemudian hasil wawancara pra penelitian yang dilakukan peneliti kepada 3 mahasiswa Universitas Buana Perjuangan Karawang juga mengatakan jika beban tugas, pengelolaan waktu antara organisasi dan kuliah membuat mereka merasa kesulitan untuk fokus pada studi yang sedang mereka jalani, mereka juga merasa stres akibat banyaknya beban dan tuntutan dari perkuliahan maupun di luar kampus.

Dari beberapa hasil penelitian di atas, masalah stres akademik mahasiswa tersebut harus mendapat perhatian dan penanganan baik dari

pihak kampus maupun pihak lain agar mahasiswa dapat mengelola stresnya dengan baik, karena stres dalam mahasiswa tidak dapat dihilangkan melainkan dapat dikelola dan dikendalikan. Akan tetapi jika keadaan tersebut tidak diperhatikan maka kemungkinan mahasiswa akan sulit dalam melanjutkan studi, prestasi belajar yang rendah, mengulang mata kuliah, hingga *drop out* (Aryahi, 2016).

Menurut Yusuf (2020) terdapat 2 faktor yang menyebabkan stres akademik, yaitu faktor eksternal yang berasal dari lingkungan sekitar individu seperti dukungan orang tua kepada anaknya secara emosional, penghargaan, informasi ataupun kelompok, dan faktor internal yang berasal dari dalam individu seperti *hardiness* yang mengacu pada kepribadian yang membuat individu menjadi kuat, tahan dan stabil dalam menghadapi stres. Agar mencegah terjadinya stres akademik yang menyebabkan penurunan prestasi dan meningkatnya beban belajar hingga terjadinya *drop out* dibutuhkan kemampuan *hardiness*.

Secara umum *hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian yang mempunyai fungsi sebagai sumber perlawanan pada saat individu menghadapi peristiwa-peristiwa yang menimbulkan stres (Maddi, 2013). Kobasa (dalam Mund, 2016) juga mendefinisikan *hardiness* sebagai sebuah pendekatan proses kognitif yang memiliki ketahanan melawan situasi yang penuh stres dengan adanya kemampuan respon afektif, kognitif, dan psikomotorik yang melekat.

*Hardiness* memiliki efek penyangga atau berfungsi sebagai moderator dari pengaruh stres yang membahayakan terhadap kinerja dan kesehatan individu, yaitu individu dengan *hardiness* tinggi lebih mampu untuk menahan dampak negatif dari stres kehidupan, sehingga memiliki kemungkinan lebih kecil untuk terserang penyakit dibandingkan individu dengan *hardiness* rendah (Kobasa dalam Saputra & Suarya, 2019). Individu dengan *hardiness* tinggi akan tetap mengharapkan hasil yang positif meskipun situasi yang dihadapi cukup berat, sehingga semakin tinggi *hardiness* pada individu maka semakin baik pula status kesehatan mental individu (Pakmehr & Iravani, 2013). Pernyataan tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Chincolikar dan Kulkarini (2017) yang mendapat hasil bahwa individu dengan *hardiness* tinggi cenderung mengalami tingkat stres yang lebih rendah.

Berdasarkan hasil penelitian terkait pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik yang dilakukan oleh Ramadhani & Kurnia (2021) menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara *hardiness* dengan stres akademik pada mahasiswa. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rozali & Yolanda (2021) tentang pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan *hardiness* terhadap stres akademik. Terakhir pada penelitian yang dilakukan Wahyuni (2018) menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa.

Dari beberapa hasil penelitian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu adakah pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang?

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berikut manfaat atau kegunaan penelitian yang dapat diperoleh melalui penelitian ini baik secara teoritis maupun praktis, yaitu:

1. Manfaat Teoritis
  - a. Dapat memberikan tambahan khasanah keilmuan dalam bidang psikologi
  - b. Memberikan informasi baru dan pemahaman mengenai pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa

- c. Diharapkan mampu dapat membantu memperluas pemahaman dalam bidang psikologi terkait *hardiness* dan stres akademik.

## 2. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan pandangan mengenai pengaruh *hardiness* terhadap stres akademik pada mahasiswa di Universitas Buana Perjuangan Karawang
- b. Penelitian ini diharapkan juga dapat membantu agar mahasiswa dapat meningkatkan *hardiness* yang dimiliki untuk mengurangi tingkat stres akademik.

