

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Skripsi adalah karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa pada tingkat akhir atau pengembangan sebuah masalah yang dilakukan dengan teliti dan seksama (Darmono & Hasan, 2005). Skripsi merupakan syarat wajib yang harus dijalani mahasiswa dalam perguruan tinggi untuk mendapatkan gelar sarjana. Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dituntut untuk memiliki optimisme yang tinggi, semangat yang tinggi, mencapai prestasi yang optimal dan berperan aktif dalam menyelesaikan masalah baik dalam akademis atau non-akademis (Yesamine, 2002). Martapiska (dalam Wulandari, 2012) menyatakan bahwa mahasiswa sering mendapatkan tekanan atau kendala dari dalam diri dan luar diri. Tekanan atau kendala dari dalam diri mahasiswa seperti kesulitan mendapat referensi, keterbatasan waktu penelitian revisi, kesulitan mencari tema, judul, sampel dan alat ukur. Sedangkan tekanan atau kendala yang dari luar diri mahasiswa misalnya seperti dosen pembimbing yang sibuk, sulit ditemui, umpan balik yang diberikan dosen pembimbing cukup lama dan kurangnya konsultasi dengan dosen pembimbing.

Berbagai macam kendala tersebut dapat menimbulkan kondisi negatif atau tidak menyenangkan terhadap mahasiswa (Nisfiannor, Rostiana, & Puspasari, 2004). Penelitian yang dilakukan oleh Sulistyowati (2016) terhadap 280 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menunjukkan bahwa 51,1% partisipan cenderung mengalami kondisi negatif yang tinggi selama proses skripsi. Hal tersebut sejalan dengan wawancara yang peneliti lakukan kepada 5 mahasiswa mengenai dampak dari tekanan atau kendala yang dihadapi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil yang didapatkan dari wawancara tersebut adalah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi cenderung mengalami tekanan atau kendala dan tekanan atau kendala tersebut akan mempengaruhi persepsi individu terhadap kehidupannya.

Persepsi individu terhadap kehidupannya disebut kesejahteraan subjektif (Diener, 2000). Kesejahteraan subjektif meliputi evaluasi kognitif dan evaluasi afektif. Evaluasi kognitif merupakan persepsi yang dibentuk oleh individu tentang kepuasan hidupnya dan evaluasi afektif merupakan reaksi emosional serta perasaan negatif individu terhadap peristiwa dan suasana hatinya (Diener, Oishi, & Lucas, 2003). Saat kesejahteraan subjektif individu tinggi pada umumnya individu akan lebih mampu mengontrol emosinya dan menghadapi berbagai peristiwa dalam hidup dengan lebih baik (Diener, 2000). Myers & Diener (dalam Nisfiannor dkk, 2004), menyatakan bahwa individu dengan kesejahteraan subjektif yang rendah pada umumnya akan menilai rendah hidupnya dan menganggap peristiwa yang terjadi sebagai hal yang tidak menyenangkan. Persepsi individu mengenai kehidupannya diperkirakan akan berbeda dengan persepsi mahasiswa. Kesejahteraan subjektif sangat penting dalam kehidupan karena dapat meningkatkan harapan hidup, kesehatan yang lebih baik, menilai kualitas hidup dan mengevaluasi dirinya dalam kehidupan (Wakhidah, 2015).

Kesejahteraan subjektif yang dimiliki mahasiswa disebut dengan *College Student Subjective Wellbeing* dan terdiri dari empat dimensi (Renshaw, 2016). Keberfungsian kesejahteraan subjektif pada mahasiswa ialah kepuasan akademik (*academic satisfaction*) yang menggambarkan perasaan puas dan senang pada akademis yang dijalani dalam perguruan tinggi. Namun pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi seringkali merasa kurang puas dengan yang ia kerjakan. Selanjutnya, terdapat dimensi keyakinan akademik (*academic efficacy*) untuk melihat individu dalam mengatur dan bekerja keras serta memiliki keberhasilan saat menyelesaikan akademisnya di perguruan tinggi. Namun, terdapat mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yang seringkali merasa kurang yakin dengan hal-hal yang telah mereka kerjakan. Dimensi SWB selanjutnya adalah keterhubungan (*school connectedness*) yang menggambarkan hubungan baik dengan orang-orang atau lingkungan di perguruan tinggi. Namun, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi

seringkali kurang memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang yang berada di perguruan tinggi. Terakhir adalah dimensi rasa bersyukur (*college gratitude*) untuk melihat rasa bersyukur atas apa yang sudah individu peroleh atau dapatkan dalam hidupnya di perguruan tinggi. Hanya saja, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi seringkali merasa kurang bersyukur dengan apa yang telah ia kerjakan (Renshaw, 2016).

Renshaw (2016) menyatakan bahwa kesejahteraan subjektif pada mahasiswa dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, yaitu keyakinan diri (*self-efficacy*), ketekunan (*persistence*), kontrol diri (*self-control*), optimisme (*optimism*), kesadaran diri (*self-awareness*) dan empati (*empathy*). Diantara banyak faktor peneliti akan fokus pada optimisme. Optimisme adalah keyakinan individu akan sesuatu hasil yang baik kemudian dapat mendorong untuk selalu berusaha dalam mencapai tujuan yang diinginkannya serta memiliki keyakinan untuk selalu mendapatkan yang terbaik dalam hidupnya (Scheier & Carver, 2002). Oleh karena itu, optimisme yang tinggi akan mempengaruhi kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mengenai penilaiannya terhadap dirinya sendiri. Individu yang memiliki optimisme tinggi cenderung menerima sesuatu hal dengan respon aktif, tidak putus asa, merencanakan tindakan ke depan, mencari pertolongan, dan melihat kegagalan sebagai sesuatu yang dapat diperbaiki dikemudian hari (Adilia, 2010).

Khoirunnisa & Ratnaningsih (2016) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki optimisme dapat lebih percaya pada diri dan kemampuan yang dimiliki dalam menghadapi masalah serta tuntutan akademik. Optimisme akan mendorong mahasiswa untuk lebih positif dalam memandang masalah, serta menumbuhkan kemampuan untuk bertahan menghadapi kesulitan dan meningkatkan motivasi berprestasi dalam mencapai tujuan. Individu dengan optimisme yang baik juga akan memiliki penyesuaian diri yang baik sehingga pada akhirnya akan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Hal tersebut sesuai dengan

pandangan Islam dalam firman Allah SWT pada surat Al-Insyirah ayat 5-6:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “*Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.*” (QS. Al-Insyirah ayat 5-6)

Optimisme akan mendorong mahasiswa untuk lebih positif dalam memandang masalah, serta menumbuhkan kemampuan untuk bertahan menghadapi kesulitan dan meningkatkan motivasi berprestasi dalam mencapai tujuan. Individu dengan optimisme yang baik juga akan memiliki penyesuaian diri yang baik sehingga pada akhirnya akan meningkatkan kesejahteraan mahasiswa. Optimisme akan membantu performa individu dalam menyelesaikan semua tugas di perguruan tinggi dengan tepat waktu dan selalu memiliki harapan untuk mendapatkan hasil yang terbaik dalam penyelesaian semua tugas di perguruan tinggi (Asturini, 2016). Dalam teori *Bar-on Model of Emotional Intelligence* optimisme dapat meningkatkan efektivitas performa individu (Gardner, Jewler, & Barefoot, 2011).

Optimisme sangat diperlukan dalam kehidupan individu pada berbagai bidang kehidupan. Salah satunya dalam bidang sosial, optimisme dapat meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, mengurangi sikap pesimis, membuat individu lebih dapat menyesuaikan diri dalam kehidupan sosial serta dapat menikmati kepuasan hidup dan merasa bahagia (Shofia, 2009). Oleh sebab itu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebaiknya memiliki optimisme yang baik supaya meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, mengurangi rasa pesimis dan lain sebagainya. Sedangkan, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering mendapatkan kendala yang dapat menimbulkan kondisi negatif dan optimisme yang dimilikinya menurun (Nisfiannor dkk, 2004). Kondisi yang negatif tersebut dapat berpengaruh pada keyakinan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi atau dapat menghambat penyelesaian skripsi mahasiswa. Namun, peneliti beranggapan bahwa mahasiswa yang

memiliki optimisme yang baik maka akan memandang positif semua kendala yang sedang dialaminya. Jika seseorang memandang positif semua kendala yang sedang dialaminya, maka ia akan menggunakan seluruh potensi yang ada di dalam dirinya untuk menggapai tujuan (Saidah, 2016). Oleh sebab itu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebaiknya memiliki optimisme yang baik supaya meningkatkan kepercayaan diri, harga diri, mengurangi rasa pesimis dan lain sebagainya.

Penelitian yang dilakukan oleh Ningrum (2011) menemukan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester memiliki perbedaan optimisme yang signifikan lebih rendah dibandingkan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi kurang dari satu semester. Penelitian ini dilakukan kepada 80 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan ditemukan sebesar 43,8% mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi memiliki optimisme yang rendah. Temuan ini sejalan dengan wawancara yang dilakukan peneliti kepada 10 orang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa yang diwawancara terdiri dari 5 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester dan 5 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama satu semester. Hasil yang didapatkan ialah mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester merasa mudah menyerah dalam mengerjakan skripsi saat referensi yang akan digunakan sulit untuk ditemukan. Sebaliknya, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi selama satu semester merasa sangat yakin dalam menyelesaikan skripsinya dengan baik. Berdasarkan wawancara tersebut dapat dikatakan bahwa optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi lebih dari satu semester kurang memiliki optimisme.

Penelitian yang dilakukan oleh Ali & Zaman (2014) pada 220 mahasiswa di Pakistan menunjukkan bahwa optimisme mempengaruhi kepuasan hidup mahasiswa di Pakistan. Hasil dari penelitian tersebut diketahui bahwa optimisme mempengaruhi kepuasan hidup mahasiswa universitas Pakistan yang berperan sebesar 12%. Safarina (2016) melakukan penelitian mengenai optimisme dengan kesejahteraan subjektif

pada 75 mahasiswa Magister Psikologi Universitas Medan Area. Hasil dari penelitian tersebut diketahui bahwa optimisme dengan kesejahteraan subjektif memiliki hubungan positif yang signifikan. Hal tersebut berarti semakin tinggi optimisme maka semakin tinggi kesejahteraan subjektif mahasiswa. Penelitian optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa sudah banyak diteliti. Akan tetapi, penelitian sebelumnya dilakukan pada mahasiswa Pakistan yang dilakukan oleh Ali & Zaman (2014). Penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui optimisme yang dimiliki mahasiswa magister psikologi sehingga dapat diperkirakan berbeda dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada strata 1(S1) dan lebih dari satu semester. Oleh karena itu, peneliti akan fokus pada kesejahteraan subjektif pada mahasiswa sarjana yang sedang mengerjakan skripsi dan lebih dari satu semester.

Berdasarkan penjelasan diatas penelitian ini perlu dilakukan kembali untuk melihat peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi karena memiliki perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya..

1.2 Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?
2. Bagaimana peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menurut tinjauan Islam?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk melihat peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Untuk melihat peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi menurut tinjauan Islam.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pemikiran serta acuan yang baru untuk penelitian selanjutnya dalam ilmu psikologi khususnya terkait dengan tema peranan optimisme terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat digunakan oleh :

1. Pihak universitas sebagai dasar dalam memberikan penyuluhan mengenai optimisme kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.
2. Untuk mahasiswa agar meningkatkan optimisme saat mengerjakan skripsi sehingga dapat meningkatkan kesejahteraan subjektifnya.

1.5 Kerangka Berpikir

