

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

College menurut kamus Inggris-Indonesia (Echols & Hassan, 2014) diterjemahkan sebagai perguruan tinggi. Perguruan tinggi adalah jenjang pendidikan lanjutan dimana individu menempuh pendidikan yang lebih tinggi untuk memperoleh kemampuan dalam bidang akademik dan non-akademik untuk bekerja di ranah spesifik. Menurut Undang-Undang No. 20 tahun 2003, pasal 19 ayat 1 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang mencakup program pendidikan diploma, sarjana, magister, spesialis, dan doktor yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi. Adapun beberapa tujuan *college* menurut Undang-Undang No.12 tahun 2012, pasal 5 ayat 1 sampai 4 yaitu bertujuan untuk 1) mengembangkan potensi mahasiswa agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan yang Maha Esa dan berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, terampil, kompeten, dan berbudaya untuk kepentingan bangsa, 2) dihasilkannya lulusan yang menguasai cabang ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memenuhi kepentingan Nasional dan peningkatan daya saing bangsa, 3) dihasilkannya ilmu pengetahuan dan teknologi melalui penelitian yang memperhatikan dan menerapkan nilai Humaniora agar bermanfaat bagi kemajuan bangsa serta kemajuan peradaban dan kemajuan umat manusia, dan 4) terwujudnya pengabdian masyarakat berbasis penalaran dan karya penelitian yang bermanfaat dalam memajukan kesejahteraan umum dan mencerdaskan kehidupan bangsa.

Adapun hal yang dilakukan untuk mencapai tujuan dari pendidikan tinggi (*higher education*), peserta didik perlu mengikuti seluruh rangkaian kegiatan perkuliahan, mulai dari hadir di kelas, mengerjakan tugas kuliah yang diberikan dosen, mengikuti ujian tiap mata kuliah, berpartisipasi dalam kegiatan praktikum, mengikuti kegiatan magang, hingga menyelesaikan tugas akhir atau skripsi. Apabila mahasiswa tidak mampu memenuhi salah satu persyaratan tersebut, pastinya akan berdampak terhadap lamanya masa studi, hingga kelulusan mereka

sendiri. Terlebih lagi, aturan dari Kemenristekdikti menetapkan batas maksimal masa studi bagi jenjang sarjana adalah 7 tahun, dengan IPK minimal 2.00. Akibatnya, mahasiswa akan mengalami tekanan yang cukup besar selama mengikuti kegiatan perkuliahan di kampus. Selain harus memenuhi berbagai kewajiban perkuliahan, ternyata faktor psikologis juga memainkan peran penting terhadap keberhasilan studi seorang mahasiswa yaitu *college student subjective well-being*. Menurut Renshaw (2016) salah satu faktor yang memegang peranan penting terhadap keberhasilan studi atau kepuasan akademik di universitas adalah *college student subjective well-being*.

College student subjective well-being (CSSW) merupakan bentuk dari kesejahteraan subjektif (*subjective well-being*) pada mahasiswa yang mencakup kepuasan akademik, keyakinan akademik, keterhubungan dengan sekolah, dan rasa bersyukur (Renshaw, 2016). Kesejahteraan subjektif memainkan peranan penting dalam menunjang keberhasilan studi seorang mahasiswa. Seringkali, kegagalan dalam mengikuti proses perkuliahan disebabkan oleh rendahnya aspek-aspek yang tercakup dalam kesejahteraan subjektif tersebut. Sebagai contoh, mahasiswa yang mudah menyerah dalam pengerjaan tugas, hingga akhirnya melakukan prokrastinasi, bahkan tidak mengumpulkan tugas. Adapula mahasiswa yang merasa tidak memiliki keterikatan positif dengan lingkungan kampusnya, sehingga membuat ia sulit bekerja sama baik dengan sesama mahasiswa maupun dosen.

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kesejahteraan subjektif seorang mahasiswa, salah satu faktor yang memainkan peranan signifikan terhadap kesejahteraan subjektif mahasiswa adalah tingkat stres akademik (Renshaw, 2016). *Stress* itu sendiri dapat didefinisikan sebagai tuntutan-tuntutan pada seseorang yang dirasakan menantang, menekan, membebani atau melebihi daya penyesuaian yang dimiliki individu (Kirkcaldy, 2000). Sementara itu, stres yang bersumber dari tuntutan akademik dikenal dengan istilah stres akademik. Stres akademik adalah suatu kondisi atau keadaan individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa tentang *stressor* akademik dan reaksi terhadap *stressor* ketika menghadapi tuntutan akademik yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan di perguruan tinggi (Gadzella, 1991).

Stres akademik merupakan tekanan-tekanan yang terjadi di dalam diri peserta didik yang disebabkan oleh persaingan maupun tuntutan akademik (Alvin, 2001). Menurut Gadzella (1991) terdapat dua kategori besar dalam stress akademik, yaitu stressor akademik dan reaksi stressor akademik. Stressor akademik dibagi menjadi lima aspek, yaitu frustrasi, konflik, tekanan, perubahan, dan *self-imposed*. Dimensi selanjutnya yaitu reaksi stressor akademik memiliki empat aspek, yaitu reaksi fisik, reaksi emosi, perilaku, dan penilaian kognitif. Menurut Amelia (2017) sebagai seorang Muslim yang beriman, harus memadamkan stres bukanlah masalah yang besar dan menjadi problema kehidupan yang berkepanjangan. Namun stres yang dihadapi di dunia pendidikan harus dijadikan sebagai sarana mendekatkan diri kepada Allah agar dapat terhindar dari beban dan pikiran yang berat serta dapat dijadikan sebagai sebuah proses kehidupan agar kita menjadi lebih matang menghadapi kehidupan di dunia dan juga di akhirat. Allah SWT berfirman:

إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا ۝ إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا ۝ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا

Artinya: “*Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila ia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah dan apabila ia mendapat kebaikan ia amat kikir.*” (QS. Al-Ma’arij: 19-21)

Stres akademik tidak hanya terjadi pada mahasiswa pada umumnya, namun juga dapat menimpa mahasiswa penyandang disabilitas. Pada penyandang disabilitas netra, stres akademik tentunya akan semakin besar dikarenakan hambatan visual yang mereka alami. Menurut Mangunsong (2014), ketunanetraan menyebabkan seseorang memiliki kendala dalam menyerap informasi karena sebagian besar informasi disampaikan melalui indera penglihatan. Masalah lain yang sering muncul adalah kendala dalam orientasi mobilitas, dimana tunanetra kesulitan untuk berpindah dari suatu tempat ke tempat lain, terutama jika perjalanan yang dilalui sangat sulit (seperti banyak gorong-gorong, tangga, ataupun lalu lalang kendaraan). Dalam sesi wawancara yang sudah dilakukan, menurut seorang alumni jurusan Sastra Inggris Universitas Indonesia berinisial DPM yang juga seorang tunanetra menyebutkan bahwa ketika dirinya berkuliah, ia mengalami kesulitan ketika harus berpindah-pindah tempat di kampusnya. Sebab, sepanjang jalan lingkar UI terdapat saluran air yang terbuka lebar. Di sisi

lain, ketiadaan *landmark* (patokan) yang jelas untuk mencari ruangan juga menjadi tantangan tersendiri ketika ia harus mencari ruang kelas secara mandiri.

Bukan hanya itu, dalam penelitian Suhesty (2015) disebutkan bahwa mahasiswa tunanetra cenderung mengalami stres akademik karena mahasiswa tunanetra mengalami kesulitan dalam proses perkuliahan, seperti beradaptasi tuntutan tugas dan sulit memahami penjelasan isi materi dosen. Akibat stressor yang besar, tidak jarang mahasiswa menjadi merasa tidak nyaman dengan lingkungan kampusnya. Selain membuat mahasiswa tidak nyaman dengan kampusnya, kondisi stres juga dapat memberikan dampak negatif terhadap performa mahasiswa tersebut. Hal ini diperkuat oleh penjelasan dari Nawawi, Herlina, Ainin, dkk (2009) bahwa stres berpengaruh terhadap fungsi kognitif, yaitu atensi, kesadaran, persepsi, ingatan, bahasa, dan pemecahan masalah serta kreativitas.

Selain menimbulkan efek negatif terhadap fungsi kognitif, stres akademik juga dapat menimbulkan dampak negatif terhadap aspek lain. Stres akademik dapat menimbulkan masalah yaitu secara kognitif, emosional, fisiologis dan perilaku, sedangkan dampak secara kognitif dapat menimbulkan masalah seperti kesulitan konsentrasi, sulit mengingat pelajaran, sulit memahami bahan pelajaran, secara emosional antara lain sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, frustrasi dan afek negatif lainnya (Heiman & Kariv, 2005; Rice, 1992; Spangenberg & Theron, 1998). Secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu dan lemah, kesulitan tidur nyenyak. Dampak perilaku yang muncul antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah, penyalahgunaan obat dan alkohol, dan terlibat dalam kegiatan mencari kesenangan beresiko yang berlebihan.

Adapun hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi stres akademik pada mahasiswa, yaitu perguruan tinggi memiliki pusat layanan konseling. Salah satu contohnya adalah BINUS *University* dengan *Student Advisory Center* (SAC) dan Universitas Indonesia juga memiliki Badan Koneseling Mahasiswa (BKM). Selain itu, terkait dengan hadirnya mahasiswa tunanetra, pihak kampus dapat memberikan pelatihan bagi dosen agar lebih mampu memahami kebutuhan

mahasiswa. Hal ini juga dijelaskan oleh RISTEDIKTI (2017), yaitu perguruan tinggi perlu menyediakan konselor bagi mahasiswa dengan ABK (seperti *autism* dan gangguan perhatian) yang dapat diakses oleh mereka kapan saja. Namun, tidak semua kampus dapat menyediakannya. Akibatnya, tidak jarang kondisi kampus yang demikian tidak dapat menanggulangi stres akademik yang dialami oleh mahasiswanya. Salah satu dampak dari stres akademik yang tidak tertanggulangi adalah rendahnya kesejahteraan psikologis mahasiswa selama berada di lingkungan kampus, atau dikenal dengan istilah *College well-being*.

Hal serupa juga ditampilkan oleh mahasiswa tunanetra berinisial G yang peneliti wawancara pada bulan November 2018. Peneliti juga melakukan wawancara kepada DPM di bulan yang sama. G merupakan mahasiswa tunanetra di Universitas Muhammadiyah. Menurut G, dirinya merasa tertekan dengan tuntutan perkuliahan yang cukup tinggi, dimana ia harus memahami materi kuliah yang tidak sepenuhnya dapat diakses dalam bentuk *braille* maupun *audio book*. Masalah ini akan membuatnya semakin terbebani ketika dirinya harus mengerjakan tugas secara mandiri, ataupun menghadapi ujian, sehingga G berusaha mencari bantuan sukarelawan untuk menemaninya ke perpustakaan, membacakan buku, ataupun mencari sumber ilmiah lain. Namun, tenaga sukarelawan tidak selamanya mudah ditemui, sehingga berdampak pula terhadap munculnya stres dalam diri G. Akibatnya, G merasa ragu dengan kemampuannya untuk menyelesaikan kuliah, dan sempat merasa pencapaian akademiknya rendah. Berbeda dengan G, justru DPM menunjukkan hal yang berbeda. Meskipun DPM mengalami kesulitan dalam mengakses materi perkuliahan, dan berhadapan dengan dosen yang belum tentu memahami kebutuhannya sebagai tunanetra, ia tetap merasa beruntung dapat berkuliah. Bahkan, di kampus DPM mengembangkan hubungan yang akrab dengan beberapa mahasiswa lain yang sering berinteraksi dan membantunya. Bahkan, DPM menjadi inisiator berdirinya salah satu organisasi ketunanetraan bernama KARTUNET.

Dari kedua wawancara tersebut, terlihat bahwa walaupun kedua mahasiswa tunanetra ini sama-sama mengalami tekanan akademik, namun terdapat perbedaan dalam beberapa indikator kesejahteraan psikologisnya. Adapun penelitian yang menjelaskan terkait hubungan antara stress akademik

dengan *college student subjective well-being*. Hal ini dijelaskan oleh Schiffrin & Nelson, (2010); Suh, Diener, & Fujita, (1996); Chamberlain & Zika, (1992), terdapat korelasi negatif antara stres dan kebahagiaan (*subjective well-being*) pada mahasiswa. Ketika tingkat stres meningkat maka tingkat kebahagiaan (*subjective well-being*) pada siswa akan menurun. Hal ini juga didapatkan di dalam penelitian yang dilakukan oleh Zarbova & Karabeliova (2018), yaitu terdapat korelasi negatif antara tingkat stres dan *well-being*. Ketika *stress* meningkat maka *well-being* akan menurun dan sebaliknya.

Dari dua kasus wawancara di atas yaitu yang menjelaskan bahwa terlihat bahwa walaupun kedua mahasiswa tunanetra ini sama-sama mengalami tekanan akademik, namun terdapat perbedaan yaitu dimana terdapat kontradiktif antara G dan DPM dalam mengatasi keterbatasan yang mereka alami. Bukan hanya itu saja, dari beberapa penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, hal ini menimbulkan pertanyaan dalam benak peneliti mengenai hubungan antara stress akademik dengan *college student subjective well being* mahasiswa tunanetra. Di Indonesia sendiri, penelitian mengenai stress akademik sudah banyak dilakukan, demikian juga terhadap topik *well-being* (*School Well Being dan Psychological Well Being*). Namun, penelitian mengenai hubungan antara Stress Akademik dengan *College student subjective well being* pada populasi mahasiswa disabilitas masih jarang dilakukan. Sementara itu, jumlah mahasiswa tunanetra di Indonesia semakin meningkat setiap tahunnya berkat program pendidikan inklusi di Indonesia. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara stress akademik dan *college student subjective well-being* pada mahasiswa tunanetra di Indonesia.

1.2. Rumusan Masalah

“Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara stress akademik dengan *college student subjective well being* pada mahasiswa tunanetra di Indonesia serta tinjauannya dalam Islam?”

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres akademik dengan *college student subjective well-being* pada mahasiswa tunanetra di Indonesia serta tinjauannya dalam Islam.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu bagi peneliti selanjutnya di bidang psikologi pendidikan sebagai acuan dalam melakukan penelitian terkait *college student subjective well-being* dengan stres akademik pada mahasiswa tunanetra di Indonesia.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Universitas diharapkan dapat menyediakan konseling *center* bagi mahasiswa disabilitas.
- 2) Bagi individu diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai dampak yang diakibatkan oleh stress akademik yang dapat mempengaruhi *college student subjective well-being*.
- 3) Dosen:
 1. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai bagaimana cara mengajar pada mahasiswa penyandang tunanetra untuk meningkatkan *college student subjective well-being*.
 2. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan rujukan dalam melakukan konseling terkait penanganan stres akademik dan peningkatan kesejahteraan subjektif untuk meningkatkan pencapaian akademik mahasiswa.

1.5 Kerangka Berpikir

