

Resiliensi Akademik Mahasiswa Akhir: Studi Kasus Dalam Proses Penyelesaian Skripsi

Siti Fitriana*

Universitas PGRI Semarang, Indonesia

*sitifitriana@upgris.ac.id

Abstract. *Thesis is a scientific work that is intended as a graduation requirement so that it requires mastery of the material in the courses that students have attended during their college years. Many final year students are able to complete all courses well but their graduation are postponed due to difficulty completing their thesis. If students cannot adapt to these difficulties it will bring stress and frustration. There are pressures in the process of completing the thesis, students need high resilience within themselves in order to survive in facing difficult conditions and continue to try to complete their thesis. This resilience is called academic resilience. The purpose of this research is to find out the factors that influence the final year students academic resilience. The research methodology was a qualitative approach with a case study type. The results of this study indicated that the factors of emotion regulation, optimism, self-efficacy and support from friends and family affected academic resilience. Internal factors that affect academic resilience were emotional regulation, optimism, and self-efficacy while external factors that affect academic resilience was support from friends and family.*

Keywords: *Academic Resilience, Final Year Student, Case Study, Thesis*

Abstrak. Skripsi merupakan karya ilmiah yang diperuntukkan sebagai syarat kelulusan sehingga membutuhkan penguasaan materi pada mata kuliah yang telah diikuti oleh mahasiswa selama masa perkuliahan. Banyak mahasiswa tingkat akhir yang mampu menyelesaikan semua mata kuliah dengan baik namun kelulusannya ditunda karena kesulitan menyelesaikan skripsi. Jika mahasiswa tidak dapat beradaptasi dengan kesulitan tersebut maka akan menimbulkan stres dan frustrasi. Adanya tekanan-tekanan dalam proses penyelesaian skripsi, mahasiswa membutuhkan resiliensi yang tinggi dalam dirinya agar dapat bertahan dalam menghadapi kondisi yang sulit dan terus berusaha menyelesaikan skripsinya. Resiliensi ini disebut dengan resiliensi akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir. Metodologi penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor regulasi emosi, optimisme, efikasi diri dan dukungan dari teman dan keluarga mempengaruhi resiliensi akademik. Faktor internal yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah regulasi emosi, optimisme, dan efikasi diri sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi resiliensi akademik adalah dukungan dari teman dan keluarga.

Kata kunci: Resiliensi Akademik, Mahasiswa Tingkat Akhir, Studi Kasus, Skripsi

PENDAHULUAN

Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Darmono & Hasan, 2005). Skripsi menjadi syarat kelulusan sehingga menuntut penguasaan materi-materi dalam mata kuliah yang telah diikuti oleh mahasiswa selama masa kuliahnya. Selain itu, skripsi juga menuntut mahasiswa untuk melakukan penelitian secara benar sesuai dengan kaidah yang berlaku (Siswanto & Sampurno, 2013). Permasalahan akademik dalam penyelesaian skripsi seringkali dihadapi oleh mahasiswa mulai dari masalah sederhana sampai kompleks, seperti memahami materi yang akan dijadikan karya ilmiah, selalu revisi dari dosen pembimbing, rendahnya motivasi, dan kesulitan-kesulitan yang lainnya sampai dengan ujian skripsi yang seringkali menjadi momok yang menakutkan bagi mahasiswa sehingga menyebabkan mahasiswa terlambat dalam menyelesaikan studinya bahkan sampai ada putus kuliah. Menurut (Cahyani & Akmal, 2017) mahasiswa tingkat akhir banyak mengalami kesulitan dalam penyusunan skripsi mulai dari kesulitan mencari tema, judul, sampel dan alat ukur, kesulitan mendapatkan

referensi, munculnya rasa malas, motivasi yang rendah, serta adanya rasa takut untuk bertemu dengan dosen pembimbing. Mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi dituntut untuk memiliki rasa optimis, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi optimal dan berperan aktif dalam menyelesaikan masalah, baik masalah akademis maupun non-akademis (Yesamine, 2000). Beban belajar yang sangat tinggi utamanya dalam proses penyelesaian skripsi tentunya akan mempengaruhi faktor psikologi mahasiswa tersebut. Faktor yang dimaksud adalah resiliensi akademik, yakni setiap perilaku, sikap, atau tanggapan emosional terhadap tantangan akademik atau sosial yang positif dan bermanfaat untuk pembangunan (seperti mencari strategi yang baru, mengerahkan upaya yang lebih besar, atau menyelesaikan konflik dengan damai) (Yeager & Dweck, 2012). Resiliensi akademik merupakan kemampuan mahasiswa untuk menangani kesulitan serta stres yang dialami pada konteks akademik misalnya tekanan serta stres dalam menghadapi ujian dan kesulitan dalam mengerjakan tugas (Mallick & Kaur, 2016). Hal ini diperkuat dengan pendapatnya Martin & Marsh (2003) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang resilien secara akademik adalah mahasiswa yang mampu secara efektif menghadapi empat keadaan, yaitu kejatuhan (*setback*), tantangan (*challenge*), kesulitan (*adversity*), dan tekanan (*pressure*) dalam konteks akademik. Hasil penelitian (Cairns et al., 2010) menyatakan bahwa masalah yang dihadapi mahasiswa di zaman ini lebih kompleks. Jadi mahasiswa dengan resiliensi akademik yang baik merupakan mahasiswa yang secara akademis sukses termasuk dalam penyelesaian skripsinya yang merupakan tagihan akademik meskipun mempunyai latar belakang sosio ekonomi yang kurang beruntung.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir. Secara umum, pemahaman positif tentang diri, pemahaman akan kontrol diri, dan optimis melihat masa depan, merupakan sumber daya yang tidak hanya membantu seseorang menghadapi kesulitan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga diasumsikan mampu mengatasi keadaan yang sangat menekan bahkan mengancam jiwa (Taylor, et al, 2000). Individu yang memiliki kemampuan resilien, sebagai berikut: (a) Mampu menentukan apa yang dikehendaki dan tidak terseret dalam lingkaran ketidakberdayaan; (b) Mampu meregulasi berbagai perasaan terutama perasaan negatif yang timbul akibat pengalaman traumatik; dan (c) Mempunyai pandangan atau kemampuan melihat masa depan dengan lebih baik (Yu, X., & Zhang, J., 2007). Manfaat penelitian ini adalah sebagai tambahan informasi dan menjadi bahan masukan bagi mahasiswa tingkat akhir untuk melakukan perbaikan-perbaikan dalam rangka pengembangan diri agar menjadi individu yang resilien. Penelitian ini juga diharapkan menambah pengetahuan bagi peneliti lain yang dapat digunakan sebagai bahan perbandingan atau masukan untuk penelitian selanjutnya.

METODE

Metodologi penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus. Pendekatan ini digunakan untuk mendapatkan pemahaman secara utuh dan terintegrasi tentang suatu fenomena yang terjadi pada individu tertentu. Terkait dengan fenomena yang ada, penelitian ini memiliki unit analisis yaitu resiliensi akademik pada mahasiswa akhir yang mengalami kesulitan dalam penyelesaian skripsi. Partisipan penelitian ini adalah 3 mahasiswa program studi Bimbingan dan konseling Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Semarang yang saat ini berada pada semester 10 dan semester 12 yang belum lulus.

Partisipan	Tahun Masuk	Masa Studi Saat ini
AN	2017	12
AS	2018	10
DC	2018	10

Teknik pengumpulan data menggunakan wawancara dan observasi. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini melalui teknik reduksi data, penyajian, dan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dan observasi diperoleh gambaran aspek resiliensi yang terlihat pada diri partisipan. Dalam aspek regulasi emosi, AS dan AN menunjukkan ketenangan, kemampuan mengelola perasaan dan mampu mengekspresikan emosi secara positif, partisipan juga memiliki hubungan yang baik dan bisa diterima oleh orang lain khususnya teman-temannya. Berbeda halnya partisipan DC yang belum menunjukkan ketenangan, kemampuan dalam mengelola perasaan maupun dalam mengekspresikan emosi secara positif. Hal ini terlihat pada saat datang bimbingan ketika diajak bicara sering tidak fokus dan gugup ketika menjawab pertanyaan. Dengan demikian Perilaku yang dimunculkan individu dipengaruhi oleh regulasi emosi. Pembentukan kepribadian yang menjadi perbedaan individu juga dipengaruhi oleh regulasi emosi (Nisfiannoor & Kartika, 2004). Ketenangan dan fokus menjadi dua hal penting dalam regulasi emosi. Seseorang yang dapat mengelola ketenangan dan fokus, akan memudahkannya dalam meregulasi emosinya (Hendriani, 2017). Hal ini juga diperkuat oleh pendapatnya Miranti (2012) individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi pada seseorang dapat dilihat dari kemampuannya mengendalikan diri ketika merasa kesal, mampu mengatasi rasa sedih, cemas, dan marah, sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah.

Selanjutnya gambaran resiliensi partisipan dalam aspek optimisme adalah ditandai dengan semangat dalam menjalankan aktivitas baik dalam belajar maupun bekerja mencari uang untuk memenuhi kebutuhan hidupnya. Optimisme partisipan juga ditandai dengan rasa syukur dengan keadaan walaupun dengan segala keterbatasan yang ada. Ketiga partisipan ini adalah individu yang memiliki kesulitan dalam biaya kuliah jadi harus memenuhi kebutuhan sehari-hari melalui bekerja. Partisipan AS dan AN menunjukkan sifat yang optimis dan percaya diri bahwa di tengah-tengah kesibukannya bekerja tetap dapat menyelesaikan skripsi. Hal ini terlihat dari progress bimbingan yang sudah sampai dengan proses penelitian di lapangan. Sedangkan DC masih bertanya-tanya apakah mampu menyelesaikan skripsinya dengan lancar atau tidak. DC memiliki perasaan khawatir dan takut kalau sampai *drop out*. Dengan demikian individu yang resilien merupakan individu yang optimis. Individu yang mempunyai kepercayaan bahwa dirinyalah yang memegang kendali atas masa depannya dan selalu berpikir positif atas apapun yang menimpa dirinya (Reivich & Shatte, 2002).

Aspek lain dari resiliensi adalah efikasi diri, yaitu kemampuan dalam memecahkan masalah atau menghadapi kesulitan. Aspek ini ditandai dengan inisiatif dalam menyelesaikan masalah, kreatif, inovatif dan bertanggung jawab. Ketiga partisipan dalam penelitian ini sudah memiliki kemampuan yang baik dalam menyelesaikan masalah biaya kuliah melalui bekerja tetapi pada partisipan DC belum memiliki kemampuan mengatur waktu dengan baik antara bimbingan dan bekerja sehingga proses penyelesaian skripsinya jadi terhambat tidak melaksanakan bimbingan ke dosen pembimbing. Partisipan AS dan AN sangat antusias dalam proses penyelesaian skripsinya meskipun berada di bawah tekanan pekerjaan dan ancaman *drop out*. Bagi AN yang waktunya tinggal satu tahun lagi harus mampu menyelesaikan skripsinya jika ingin lulus, hal ini dibuktikan kegigihan dan tanggung jawab yang tinggi selama melaksanakan bimbingan, bahkan AN tidak mengenal waktu bimbingan kalau dosen bisa dan memberikan waktu bimbingan AN selalu mengupayakan untuk datang. Dengan demikian Efikasi diri merupakan penilaian terhadap diri, apakah dirinya dapat mengerjakan perilaku baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak terhadap suatu hal yang dibebankan padanya (Alwisol, 2014). Agar menjadi resilien, efikasi diri sangat diperlukan, dengan memiliki efikasi diri, individu meyakini bahwa dirinya mampu menyelesaikan permasalahan yang tengah dihadapi serta tidak mudah menyerah dalam berbagai rintangan dan problem (Hendriani, 2016).

Selain aspek di atas, faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik yang berasal dari luar adalah dukungan dari teman maupun keluarga. Individu yang resilien dapat dimiliki apabila adanya kasih sayang dan dukungan dari seorang individu kepada pihak-pihak yang memberikannya kedua hal tersebut. Pihak- pihak yang membantu individu dalam membangun hubungan yang dilandasi oleh suatu kepercayaan diantaranya yaitu orang tua, anggota keluarga lainnya, dan teman- teman yang mengasahi dan menerima individu tersebut (Grotberg, 1995). Mempunyai hubungan yang dapat dipercaya tentunya membuat seorang individu akan merasa nyaman. Hal tersebut juga dialami oleh ketiga partisipan dalam penelitian ini. AN lebih mendapatkan dukungan dari teman-temannya terutama tunangannya. AN percaya bahwa teman-temannya dapat menerima dirinya meskipun belum lulus terutama tunangannya yang saat ini sudah studi lanjut. Meskipun terkadang AN berselisih paham dengan tunangannya, namun hal tersebut masih bisa diatasi. Perhatian yang tidak didapatkan AN dari keluarganya, dia peroleh dari teman-teman dekatnya. Hal tersebut sejalan dengan teori Grotberg (1995) bahwa kasih sayang dan dukungan emosional dari orang lain terkadang dapat mengimbangi terhadap kurangnya kasih sayang dari orang tua. Berbeda halnya dengan AS dan DC yang mendapat dukungan dari keluarga dan teman-temannya. Meskipun pada awalnya orang tua AS tidak memberikan dukungan penuh karena AS tidak lulus melebihi batas waktunya, namun seiring berjalannya waktu dengan dibuktikan bahwa saat ini AS sudah sampai ke proses penelitian, kedua orang tuanya akhirnya memberikan dukungan penuh untuk AS. Begitu juga DC meskipun tinggalnya berjauhan tetapi orangtua tetap memberikan dukungan penuh untuk menyelesaikan skripsinya meskipun DC terkadang tidak percaya diri bisa menyelesaikan skripsinya. Teman-teman sekelas AS dan DC meskipun sebagian besar sudah lulus tetap memberi dukungan dan dorongan semangat untuk AS dan DC. Hal tersebut membuat AS dan DC menyayangi orang-orang di sekitarnya. Ketiga partisipan merespon kasih sayang yang diberikan oleh orang-orang di sekitarnya dengan baik. Mereka memberikan hal yang serupa dengan yang orang lain berikan padanya. Hal tersebut sejalan dengan teori Grotberg (1995), seorang individu yang sadar bahwa ada orang yang menyukai dan mengasihinya akan bersikap baik terhadap orang yang menyukai dan mengasihinya tersebut.

Dalam mengelola berbagai perasaan dan stimulus yang datang kepada tiga partisipan, mereka memiliki respon yang berbeda-beda. Saat marah AN akan meluapkannya, dan apabila kecewa AN selalu teringat dengan hal dan orang yang membuatnya kecewa meskipun hal itu tidak berlangsung lama. Saat marah dan kecewa AS akan menunjukkan rasa marah dan kecewanya dengan ucapan dan tindakan. Lain halnya dengan DC, saat marah ataupun kecewa SM lebih memilih untuk diam dan lebih baik menghindari dari orang yang membuatnya kecewa karena DC memiliki ketakutan apabila rasa kecewanya tersebut mendapat respon yang kurang baik dari orang lain jika diungkapkan. Ketiga partisipan dapat mengenali perasaannya dan mampu mengungkapkan hal tersebut dengan kata-kata ataupun perilaku. Hal tersebut sejalan dengan teori Grotberg (1995) bahwa seorang anak dapat mengenali perasaannya, memberikan sebutan emosi, dan menyatakannya dengan kata-kata dan perilaku. Mereka mampu mengenali rasa sedih, senang, kecewa, marah dan berbagai perasaan lainnya. Mereka mampu mengungkapkan perasaannya dengan mengekspresikannya lewat kata-kata dan perilaku. Seorang anak memahami temperamen diri sendiri dan temperamen orang lain (Grotberg, 1995). Hal tersebut juga dirasakan oleh tiga partisipan penelitian. Ketiganya mampu mengenali dan memahami temperamen diri mereka sendiri dan temperamen orang lain. AN dan AS mengakui bahwa dirinya adalah pribadi yang pemarah dan juga sensitif jika ada orang lain yang merendahkan atau menyakitinya. Sedangkan DC adalah pribadi yang pemalu dan takut jika menghadapi suatu masalah tapi ingin mencari orang lain yang mau mendengarkan masalahnya dan tidak menyalahkannya. Perilaku ketiga partisipan dalam mencari hubungan yang dapat dipercaya tersebut sejalan dengan teori Grotberg (1995) bahwa seorang individu dapat menemukan orang lain untuk dimintai pertolongan, berbagi perasaan dan perhatian. Hal

tersebut dimaksudkan guna mencari cara terbaik untuk menyelesaikan masalah personal maupun interpersonal.

Selain permasalahan di atas yang selalu ada terdapat pengalaman negatif juga yang dirasakan oleh mahasiswa tingkat akhir dalam proses menyelesaikan skripsi yang berdampak pada lamanya studi mahasiswa tersebut. Hal ini cukup menguras energi dan waktu mereka untuk mengatasinya yaitu masalah pembagian waktu antara bimbingan dan pekerjaan yang dijalani saat ini serta masalah dengan kedua pembimbing untuk dapat memiliki pemahaman yang sama. Seluruh partisipan ini saat dalam proses penyelesaian skripsi sambil bekerja. Masalah kedua dengan pembimbing juga demikian. Secara personal masalah ini tidak lepas dari perbedaan karakter dan pengalaman antar individu. Pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki oleh mahasiswa terkadang justru bertentangan dengan masukan para pembimbing. Belum lagi kedua pembimbing terkadang memiliki persepsi yang berbeda maka partisipan harus mampu mengambil jalan tengah agar skripsi yang dikerjakannya berjalan dengan lancar apalagi ketiga partisipan ini berada di penghujung waktu penyelesaian yang tinggal sebentar lagi. Sebagai mahasiswa tingkat akhir butuh perjuangan agar bisa lulus dan mendapat gelar. Mahasiswa tingkat akhir adalah mahasiswa yang sudah memasuki fase semester 7 ke atas. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa tingkat akhir dalam proses penyelesaian skripsi menghadirkan berbagai kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut diantaranya: 1) kesulitan menemukan topik skripsi Bagi mahasiswa tingkat akhir, permasalahan yang paling biasa ditemui saat awal mengerjakan skripsi adalah menemukan topik skripsi, 2) kesulitan memperoleh data penelitian skripsi, 3) dosen pembimbing yang sibuk dan kurang responsif, serta 4) tidak mempunyai *support system* (<https://t.me/kompascomupdate>). Mahasiswa akhir harus memiliki ketangguhan dalam menghadapi permasalahan akademik dalam penyelesaian skripsi tidak mengalami hambatan di dalam perkembangannya. Resiliensi akademik merupakan gambaran mahasiswa dalam menghadapi peristiwa negatif atau tantangan besar, yang menekan dan menghambat proses pembelajaran mereka sehingga pada akhirnya mereka mampu beradaptasi dan menjalankan tuntutan akademik dengan baik (Hendriani, 2017).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat ditarik kesimpulan bahwa mahasiswa memiliki resiliensi dalam kesulitan proses penyelesaian skripsi dipengaruhi dengan kemampuan dalam regulasi emosi, optimisme, dan efikasi diri. Selain itu resiliensi akademik juga dipengaruhi oleh dukungan dari teman maupun keluarga. Dengan demikian mahasiswa akhir harus memiliki ketangguhan dalam menghadapi permasalahan akademik dalam penyelesaian skripsi sehingga tidak mengalami hambatan di dalam perkembangannya. Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik secara internal adalah kemampuan dalam regulasi emosi, optimisme, dan efikasi diri sedangkan faktor yang mempengaruhi resiliensi akademik secara eksternal adalah dukungan dari teman maupun keluarga. Hasil penelitian ini selanjutnya akan dapat dimanfaatkan untuk merumuskan intervensi yang efektif dalam memberikan pelayanan kepada mahasiswa tingkat akhir yang sedang berada pada kondisi krisis terutama dalam proses penyelesaian skripsinya.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, Y. E., & Akmal, S. Z. (2017). Peranan Spiritualitas Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Psikoislamedia : Jurnal Psikologi*, 2(1), 32. <https://doi.org/10.22373/psikoislamedia.v2i1.1822>.
- Cairns, S., Massfeller, H., & Deeth, S. (2010). Why Do Post-Secondary Students Seek Counselling?. *Canadian Journal of Counselling*, 44(1), 34–50.

- Darmono, A & Hasan, A. (2005). *Menyelesaikan Skripsi dalam Satu Semester*, Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta, Indonesia.
- Grotberg, E. H. (1995). *A Guide to Promoting Resilience in Children*. TheHague : Bernard van Leer Foundation.
- Hendriani, W. (2016). Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar. Prenadamedia Group.
- Hendriani, W. (2017). Adaptasi positif pada resiliensi akademik mahasiswa doktoral. *Humanitas*, 42(2), 139-149
- Mallick, M. K., & Kaur, S. (2016). Academic resilience among senior secondary school students: Influence of learning environment. *Rupkatha Journal on Interdisciplinary Studies in Humanities*, 8(2), 20–27. <https://doi.org/10.21659/rupkatha.v8n2.03>.
- Martin, A. J., & Marsh, H. W. (2003). *Oxford Review of Education buoyancy : multidimensional and of causes , correlates and cognate constructs Academic resilience and academic buoyancy : multidimensional and hierarchical conceptual framing of. September 2012*, 37–41. <https://doi.org/10.1080/03054980902934639>
- Miranti, Ade. (2021). Indeks Prediksi Pengangguran Bertambah 1,1 Juta Orang Akibat Pandemi pada 2021.
- Nisfiannoor & Kartika. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal psikologi* 2(2), 160-178.
- Reivich, K.J., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 keys to finding your inner strength and overcoming life’s hurdles*. NY: Random House, Inc.
- Siswanto, I., & Sampurno, Y. G. (2013). Faktor-Faktor Penghambat dalam Pengerjaan Tugas Akhir Skripsi Mahasiswa FT UNY. *Journal Ilmiah*, 1–14.
- Taylor, et al. (2000). Biobehavioral Responses to Stress in Females: Tend-and-Befriend, Not Fight-or-Flight. *Psychological review*, 107 (3), 411-429.
- Yesamine, O. (2002). Hubungan antara Kecenderungan Problem Focused Coping dengan Depresi Mahasiswa Tingkat Akhir. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- Yeager & Dweck. (2012) Mindsets That Promote Resilience: When Students Believe That Personal Characteristics Can Be Developed. *Educational Psychologist*, 47(4), 302-314. DOI: 10.1080/00461520.2012.722805.
- Yu, X., & Zhang, J. (2007). Factor analysis and psychometric evaluation of Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with chinese people. *Social behaviour and personality*, 35, 1-30.