

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan Undang Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 mahasiswa adalah peserta didik pada jenjang Pendidikan Tinggi yang diharapkan mampu menghasilkan lulusan yang menguasai cabang ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memenuhi kepentingan nasional dan peningkatan daya saing bangsa serta dapat mencerdaskan kehidupan bangsa dan memajukan kesejahteraan umum melalui pengabdian masyarakat yang dilakukan mahasiswa.

Mahasiswa dapat menyelesaikan program pendidikan sesuai dengan kecepatan belajar masing-masing dan tidak melebihi ketentuan batas waktu yang ditetapkan oleh Peraturan Menteri Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi. Batas waktu yang ditetapkan oleh ialah selama 7 tahun dengan beban belajar mahasiswa paling sedikit 144 sks yang harus diselesaikan sesuai dengan Peraturan Menteri Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi nomor 44 tahun 2015 tentang standar nasional pendidikan tinggi. Apabila tidak dapat menyelesaikan program pendidikan yang dijalani sesuai dengan batas waktu yang telah ditetapkan dapat dikenai sanksi (Peraturan Menteri Riset dan Teknologi Pendidikan Tinggi, 2016).

Persyaratan mahasiswa untuk menyelesaikan program pendidikan yang dijalannya adalah dengan menyelesaikan skripsi yang merupakan karya tulis penelitian yang berguna untuk pencarian jawaban ilmiah, pengembangan ilmu pengetahuan, serta pengamalan ilmu pengetahuan yang telah di dapat selama menjalani proses pembelajaran di Perguruan Tinggi.

Mahasiswa yang sedang dalam proses pengerjaan skripsi diharapkan mempunyai optimisme yang tinggi supaya dapat sesegera mungkin menyelesaikan skripsinya sebagai syarat untuk kelulusannya sebelum melewati batas waktu yang telah ditetapkan. Seligman (2006) menjelaskan bahwa optimisme merupakan alat untuk membantu individu mencapai tujuan yang telah tetapkan untuk dirinya sendiri. Optimisme membawa mahasiswa menjadi tidak gampang menyerah dan tidak mudah putus asa ketika bertemu rintangan dalam proses menyelesaikan skripsi, juga membuat mahasiswa tidak takut akan kegagalan karena mahasiswa yang mempunyai sikap optimis akan bangkit apabila bertemu kegagalan. Hal ini dapat membuat mencapai tujuan menyelesaikan skripsi sesuai dengan yang diharapkannya.

Menyadari banyaknya kesulitan dan hambatan bagi mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi seperti kecenderungan untuk menunda-nunda mengerjakan skripsi, dibutuhkan keyakinan untuk mendapatkan hasil yang baik dan sebaiknya mahasiswa harus memiliki harapan yang positif saat berhadapan dengan kesulitan seperti mengerjakan skripsi.

Keyakinan dan harapan positif itu biasa disebut dengan optimis, oleh karena itu hal yang sebaiknya yang dimiliki oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi yaitu optimisme. Optimisme dianggap mempunyai pengaruh penting dalam diri mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Berdasarkan penjelasan diatas, optimisme dianggap mampu menggerakkan hati seorang mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yang merupakan kewajibannya dalam menyelesaikan studi pendidikan. Sejalan dengan hasil penelitian Kurniawan, Priyatama, dan Karyanta (2015) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara konsep diri dengan optimisme dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa dengan nilai koefisien korelasi sebesar 65,4%. Meningkatkan optimisme merupakan salah satu cara untuk meningkatkan konsep diri pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Perasaan seseorang bahwa merasa tidak mempunyai kemampuan, menunjukkan adanya sikap negatif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mahasiswa. Padahal segala keberhasilan banyak bergantung kepada bagaimana cara seseorang memandang kualitas kemampuan yang dimiliki. Melalui pandangan positif terhadap kualitas kemampuan yang dimiliki mengakibatkan seseorang memandang seluruh tugas sebagai suatu hal yang mudah untuk diselesaikan.

Sejalan dengan hasil penelitian Rokhim (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara motivasi belajar dengan optimisme. Artinya, semakin tinggi motivasi belajar mahasiswa maka

semakin tinggi optimisme masa depan mahasiswa menyelesaikan skripsinya. Selanjutnya, mahasiswa sebaiknya mampu mengelola stres dengan baik dimana dalam proses menyelesaikan skripsi tersebut tidak dipungkiri bahwa mahasiswa akan banyak menemui kesulitan yang membuat mereka menjadi stres.

Penelitian Ningrum (2011) mengatakan hanya sedikit mahasiswa yang mempunyai tingkat optimisme tinggi dikarenakan tidak mampunya mahasiswa mengatasi stres yang mereka hadapi selama mengerjakan skripsi. Idealnya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi harus mempunyai optimisme yang tinggi agar dapat mengatasi kesulitan dalam mengerjakan skripsi, namun tercatat hanya 33,96% mahasiswa yang memiliki optimisme tinggi, yang berarti juga mempunyai *coping stress* yang baik terhadap permasalahan yang dihadapi. Sisanya sebanyak 66,03% mahasiswa memiliki optimisme rendah dan merasa tidak memiliki kekuatan untuk mengatasi masalah serta memiliki pandangan negatif terhadap masalah yang menyebabkan mereka terhambat menyelesaikan skripsi. Hal ini disebabkan karena mahasiswa salah menentukan strategi coping terhadap kesulitan mengerjakan skripsi, ketika menghadapi masalah mereka memilih untuk tidak mencari dukungan sosial untuk mengatasi masalah sehingga masalah yang ada tidak terselesaikan.

Berdasarkan penelitian diatas, Allat SWT telah mengingatkan kepada pribadi yang optimis di dalam Al-Quran dikatakan bahwa “*Hai anak-anakku, pergilah kamu, maka carilah berita tentang Yusuf dan*

saudaranya dan jangan kamu berputus asa dari rahmat Allah. Sesungguhnya tiada berputus asa dari rahmat Allah, melainkan kaum yang kafir". (Q.S Yusuf : 87). Artinya, seorang yang muslim haruslah memiliki sikap optimis di dalam dirinya serta tidak boleh berputus asa. Maka berputus asa dari rahmat Allah dan merasa jauh dari rahmat-Nya merupakan dosa besar. Kewajiban seorang manusia adalah selalu berbaik sangka terhadap Rabb-nya. Jika dia meminta kepada Allah, maka dia selalu berprasangka baik bahwa Allah akan mengabulkan permintaannya. Jika dia beribadah sesuai dengan syariat, dia selalu optimis bahwa amalannya akan diterima, dan jika dia ditimpa suatu kesusahan dia tetap berprasangka baik bahwa Allah akan menghilangkan kesusahan tersebut.

Menjadikan kelulusan dari program studi yang sedang dijalani dengan menyelesaikan skripsi sebagai target, kemudian tahu alasan ingin mewujudkannya, tahu kapan untuk menginginkannya dalam hidup, dan tahu cara mencapainya, sehingga mahasiswa memiliki keinginan yang sangat kuat untuk mendapatkannya. Setelah itu, mahasiswa tersebut mulai menyusun rencana dan melaksanakannya. Saat mereka menggunakan pikiran positif yang membukakan potensi dan energi yang terjalin dalam pikiran. Adrenalin dalam tubuh akan naik sehingga memberi semangat dan kekuatan. Saat itulah mahasiswa yang sedang mengerjakan menyelesaikan skripsi merasa siap menghadapi segala tantangan dengan keberanian dan kekuatan yang sanggup mengatasinya (Elfiky, 2009).

Optimisme yang tinggi pada mahasiswa maka mahasiswa juga akan mempunyai kekuatan untuk merespon kesulitan dan hambatan yang terjadi kemudian memanfaatkannya untuk dijadikan kekuatan berupa dorongan untuk lebih mampu menghadapi kesulitan dan hambatan, yang biasa disebut sebagai resiliensi. Dianggap dapat mempengaruhi resiliensi karena optimisme yang lebih baik ditemukan pada mahasiswa yang sebelumnya sudah pernah merasakan kesulitan. Fenomena yang terjadi dicontohkan pada mahasiswa yang berasal dari universitas negeri lebih memiliki optimisme yang baik daripada mahasiswa yang berasal dari universitas swasta, karena seleksi mahasiswa universitas negeri dinilai lebih ketat daripada seleksi mahasiswa universitas swasta (Roellyana & Listiyandini, 2016)

El Hafiz, dkk. (2013) mengatakan bahwa optimisme mempunyai peran dalam diri seseorang terhadap kesabaran, hal ini dibuktikan dalam penelitian yang diujikan dengan kesabaran bertujuan untuk mendapatkan sebuah konstruk kesabaran. Penelitian dilakukan terhadap kebahagiaan yang terbagi atas 3 emosi positif, yaitu emosi positif masa lalu (kepuasan), masa kini (bahagia), dan masa depan (optimisme) sehingga didapati hasil bahwa kesabaran memiliki korelasi dengan dua emosi positif, yaitu masa kini (kebahagiaan) dan masa depan (optimisme). Hubungan kesabaran dengan emosi positif masa depan, yaitu optimisme terbukti memiliki hubungan yang signifikan dengan koefisien korelasi sebesar 0,35 ($\alpha = 0,01$). Sedangkan hubungan kesabaran dengan emosi positif masa kini,

yaitu kebahagiaan memiliki hubungan yang signifikan dengan koefisien korelasi 0,346 ($\alpha = 0,01$), namun emosi positif masa lalu menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan. Hal ini berarti, kesabaran tidak cukup mempengaruhi perasaan seseorang terhadap masa lalunya.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, kesabaran terbukti memiliki hubungan yang penting dengan optimisme. Hubungan tersebut dikarenakan kesabaran harus memiliki tujuan ke depan yang menjadi dasar optimisme seseorang. Oleh karena itu mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi diharapkan memiliki kesabaran, mengingat kesabaran mempunyai pengaruh penting dalam mencapai sebuah tujuan.

Sabar bukanlah sekedar kebajikan tambahan atau pelengkap, tetapi suatu keharusan yang sangat dibutuhkan manusia dalam peningkatan aspek material dan spiritualnya dan untuk kebahagiaan pribadi serta masyarakat. Tidak akan tercapai tegaknya aturan hidup dan kebangkitan duniawi kecuali dengan sabar. Jadi sabar merupakan keharusan dalam masalah aturan hidup dan dunia. Tanpa sabar mahasiswa tidak akan lulus dan menjadi individu yang berhasil karena setiap proses yang dijalani untuk mencapai itu semua tidak serta merta terjadi melainkan harus melalui penderitaan, mengatasi banyak kesulitan, melewati waktu-waktu yang berat (Yusuf, 1989).

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan 2 orang mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi pada hari Selasa tanggal 21 Maret 2018, 1) adanya kendala seperti terbatasnya jumlah mahasiswa yang boleh

bimbingan dikarenakan padatnya jadwal dosen pembimbing, 2) susah mendapatkan data, 3) sulit mencari buku referensi, 4) serta banyaknya materi yang harus direvisi sempat membuat mereka merasa *down* dan kehilangan semangat untuk melanjutkan skripsi, namun mereka tidak berlarut-larut dalam keadaan tersebut. Mereka dapat bangkit dari kondisi tersebut dipicu oleh kesabaran yang ada didalam diri mereka dan juga didorong dengan faktor dukungan sosial dari orang-orang terdekat mereka, terutama teman yang bisa diajak mengerjakan skripsi bersama. Awalnya mereka hanya sendiri-sendiri dalam menyelesaikan skripsi, karena memiliki nasib yang sama seperti mempunyai pembimbing yang sama membuat mereka saling mendukung dan akhirnya bersama-sama menyelesaikan skripsi yang membuat mereka dapat mengatasi kesulitan-kesulitan.

Sehubungan dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti, kesabaran dan dukungan sosial seperti inilah yang idealnya diharapkan ada dalam diri mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang mengatakan bahwa dukungan sosial mempunyai hubungan yang positif dengan kesabaran, dimana didapat angka koefisien korelasi penelitian tersebut sebesar $r_s = 0,994$. Hal ini berarti semakin tinggi dukungan sosial yang didapatkan maka semakin tinggi pula kesabaran (Fauzia & Halimah, 2015).

Subandi (2011) menjelaskan bahwa sabar mempunyai berbagai macam makna, yaitu pengendalian diri, menerima usaha untuk mengatasi

masalah, tahan menderita, merasakan kepahitan hidup tanpa berkeluh kesah, kegigihan, bekerja keras, gigih dan ulet untuk mencapai suatu tujuan. Mahasiswa yang mampu bersabar dalam kesulitan yang dihadapinya dapat bertahan dan membawa mereka lebih dekat untuk mencapai tujuan untuk menyelesaikan skripsi sebagaimana yang telah mereka harapkan.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, Allah SWT berfirman *“Dan orang-orang yang sabar karena mencari keridhaan Tuhannya, mendirikan shalat, dan menafkahkan sebagian rezeki yang Kami berikan kepada mereka, secara sembunyi atau terang-terangan serta menolak kejahatan dengan kebaikan; orang-orang itulah yang mendapat tempat kesudahan (yang baik)”* (Q.S Ar-Ra’d : 22). Artinya, Allah menyuruh kita sabar dalam segala situasi dan tetap meyakini bahwa di balik situasi pahit yang dihadapi ada hikmah yang membawa semakin dekat menuju tujuan yang diinginkan.

Sejalan dengan berbagai macam makna sabar yang telah dijelaskan, terdapat hasil penelitian yang menjelaskan bahwa sabar mempunyai arah pengaruh yang positif dengan regulasi emosi hal ini menunjukkan apabila semakin tinggi kesabaran maka semakin tinggi pula regulasi emosi begitu juga sebaliknya. Hasil analisis dari penelitian ini menunjukan koefisien determinasi R square sebesar 0,467 angka tersebut mengandung arti bahwa dalam penelitian ini kesabaran memberikan sumbangan efektif sebesar 46,7% terhadap regulasi emosi. Sehubungan dengan penelitian tersebut,

regulasi emosi juga mempunyai hubungan yang memiliki arah positif dan signifikan dengan optimisme yang ditunjukkan dengan angka korelasi sebesar 0,63 (Kencono, 2016; Rini & Siswati, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian diatas, kesabaran yang dilakukan oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi akan membawa sebuah regulasi emosi karena mahasiswa yang berada dalam kesulitan menyelesaikan skripsi yang dapat menghadapinya dengan lapang dada kemungkinan besar akan memiliki regulasi emosi yang tinggi. Sehubungan dengan regulasi emosi yang juga memiliki hubungan dengan optimisme, hal ini akan membuat mahasiswa bertanggung jawab dengan skripsi yang sedang dikerjakan olehnya yaitu dengan menyelesaikannya, tidak mudah putus asa ketika menghadapi kesulitan dan semangat dalam mengerjakan skripsi sehingga dapat dikerjakan secara produktif dan efektif.

Bahaya yang terjadi apabila seseorang hilang kesabaran, maka individu akan beranggapan bahwa kesabaran tidak ada gunanya lagi, tidak memiliki semangat lagi, merasa jenuh dengan keadaan yang tak kunjung membaik, dan keinginan untuk marah terhadap kondisi sulit yang sedang dialami. Hal tersebut dapat membuat kondisi mahasiswa yang sedang kesulitan menyelesaikan skripsi semakin memburuk, hal itulah yang harus diingat agar mahasiswa selalu menanamkan kesabaran dalam dirinya dan menjadikan sabar sebagai sikap ideal bagi mahasiswa yang sedang kesulitan dalam menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan penelitian diatas, Allah telah menjelaskan keunggulan untuk orang-orang yang menjaga kesabarannya, sebagaimana Allah berfirman *“Dan orang-orang yang sabar karena mencari keridhaan Tuhannya, mendirikan shalat, dan menafkahkan sebagian rezeki yang Kami berikan kepada mereka, secara sembunyi atau terang-terangan serta menolak kejahatan dengan kebaikan; orang-orang itulah yang mendapat tempat kesudahan (yang baik)”*. (Q.S Ar-Ra’d : 22). Ayat ini menjelaskan bahwa dengan bersabar akan memberikan kebaikan dan diberikan tempat terbaik di akhirat.

Berdasarkan fenomena, data dan hasil penelitian terdahulu yang telah peneliti paparkan sebelumnya, menarik minat peneliti untuk melihat lebih jauh mengenai hubungan kesabaran terhadap optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan suatu penelitian yang berjudul **“Hubungan Antara Kesabaran Dengan Optimisme Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi ”**.

B. Rumusan Masalah

Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimana hubungan antara kesabaran dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?”.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kesabaran dengan optimisme pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu untuk menambah wawasan dan ilmu pengetahuan ilmu psikologi, khususnya dalam bidang psikologi agama dan psikologi positif. Diharapkan dari hasil penelitian juga dapat bermanfaat untuk keperluan peneliti selanjutnya yang tertarik untuk melakukan penelitian dibidang psikologi agama dan psikologi positif.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua kalangan, terutama pada pengajar untuk dapat membuat pelatihan mengenai kesabaran dan optimisme diperuntukkan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sehingga dapat dilakukan usaha meningkatkan kesabaran dan optimisme.