

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah individu yang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa di sebuah perguruan tinggi diharapkan dapat melaksanakan kegiatan yang sejalan dengan Tridharma perguruan tinggi, yaitu meliputi pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat (UU No.12 Tahun 2012, Pasal 1 ayat 9). Mahasiswa menurut Hartaji (Sholichah dkk., 2018) mahasiswa adalah individu yang sedang menimba ilmu atau belajar dan terdaftar dalam salah satu bentuk perguruan tinggi, seperti akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, atau universitas. Mahasiswa berada dalam tahap perkembangan remaja akhir dan dewasa awal, dengan rentang usia 18-25 tahun.

Perkuliahan merupakan suatu hal yang sebagian mahasiswanya berasumsi bahwa perkuliahan itu menguras kekuatan fisik dan mental, karena *pressure* dalam perkuliahan muncul. Tekanan-tekanan dari perkuliahan ini secara sadar ataupun tidak sadar bisa berperan dalam motivasi dan ketahanan emosi dari para mahasiswa. Masalah seperti tugas yang rumit, kesulitan tugas yang jauh lebih tinggi dibandingkan jenjang sekolah sebelumnya, dosen yang kurang disenangi, lingkungan yang membuat kurang nyaman, materi perkuliahan yang sukar dimengerti dan lain sebagainya. Tekanan-tekanan dan masalah yang dipaparkan tersebut pasti akan dihadapi oleh hampir segenap mahasiswa baik yang bekuliah di kampus swasta ataupun negeri tanpa terkecuali.

Dikarenakan masalah-masalah yang timbul ini pula sangat berpotensi terjadi hal-hal yang berkaitan dengan gangguan mental seperti depresi, frustrasi, dan stres. Hal ini dapat dibuktikan dalam wawancara singkat peneliti dengan beberapa mahasiswa dalam masa perkuliahan menuturkan bahwa narasumber mengalami adanya depresi hingga kecemasan dalam fase berkuliah terlebih ketika ada tugas yang rumit dan menumpuk. Hal yang dipaparkan tersebut adalah satu dari banyak kasus yang bisa disebabkan oleh tekanan kuliah bagi mahasiswa. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Wibowo pada tahun 2018 menyatakan bahwa resiliensi akademik memiliki peran yang amat penting untuk mahasiswa yang sedang mengurus skripsi.

Selanjutnya, peneliti juga menemukan fenomena langsung di lapangan melalui wawancara secara langsung terdapat mahasiswa tingkat atas yang mengalami goncangan motivasi, motivasi mulai berkurang, cemas berlebih, stres terhadap tekanan perkuliahan. Beberapa narasumber mengatakan bahwa ia merasa perkuliahan semakin berat tanggungan yang harus diemban, tugas yang semakin rumit sehingga yang bersangkutan merasakan kecemasan serta goncangan mental. Banyak mahasiswa yang berhasil melakukan adaptasi dengan baik selama masa kuliah, hampir tanpa mengalami masalah perilaku yang signifikan, hingga ada yang tergolong sebagai mahasiswa berprestasi dan memiliki akhlak baik.

Hal ini memiliki cukup menarik dikarenakan meskipun menghadapi realitas kehidupan yang sama, respon responden bisa berbeda-beda. Dalam istilah psikologi, mahasiswa yang mampu menghadapi situasi berisiko tanpa

mengembangkan perilaku bermasalah yang serius dapat disebut sebagai mahasiswa yang memiliki resiliensi. Stres dan tekanan tentu adalah hal yang wajar ditemui dalam kehidupan ini tidak terkecuali dalam perkuliahan namun cara mahasiswa dalam menangani stres akibat perkuliahan berbeda-beda dan dengan faktor pendorong yang beragam pula, hal itulah yang ingin peneliti gali di dalam penelitian kali ini.

Dengan banyaknya tekanan yang dialami oleh mahasiswa agar tetap bertahan hingga bisa menyelesaikan perkuliahan dengan efisien diperlukanlah suatu aspek yang disebut dengan resiliensi akademik. Bonanno, dkk (Sholichah dkk., 2018) resiliensi dijelaskan sebagai suatu daya atau kemampuan dalam bertahan, mengatasi, bahkan berkembang pasca mengalami sebuah problematika atau masalah yang mendalam.

Selanjutnya Lopez (Iqbal, 2011) menjelaskan bahwa resiliensi dalam perkembangan manusia dijelaskan dengan fokus pada tiga situasi: bertahan dalam keadaan kemalangan yang signifikan (*stress resistance*), bangkit dari keterpurukan setelah mengalami trauma atau pengalaman yang sangat mengganggu (*bouncing back*), dan berhasil kembali ke keadaan normal (*normalization*). Dalam berbagai kasus, resiliensi sendiri dapat menghasilkan sebuah pola dalam berperilaku sehat pasca menghadapi masalah dan kemalangan. Mahasiswa diharapkan memiliki ketahanan dalam menghadapi masalah dan tantangan akademik, yang dikenal dengan resiliensi akademik (Yulianti dkk., 2021).

Resiliensi yang dianggap penting bagi mahasiswa adalah resiliensi akademik. Proses pendidikan di perguruan tinggi memiliki berbagai aspek menarik untuk dibahas, termasuk tantangan akademik yang dapat menyebabkan mahasiswa mengalami kegagalan. Kajian tentang resiliensi akademik menjadi sangat penting sebagai landasan bagi mahasiswa, terutama yang memiliki aktivitas di luar kampus. Resiliensi, menurut Reivich dan Shatte (Hendriani, 2022) merupakan kemampuan seseorang untuk bertahan dan menyesuaikan diri dan tetap teguh dalam menghadapi masalah yang sulit. Konsep resiliensi sendiri merupakan sebuah konsep yang menggambarkan kemampuan seseorang dalam menghadapi masa-masa sulit. Jackson dan Watkin juga menyatakan bahwa tingkat resiliensi individu pula lah yang menjadi salah satu aspek penentu berhasil atau tidaknya seseorang (Saufi dkk., 2022).

Para ahli melihat resiliensi sebagai kapasitas untuk kembali pulih dari situasi atau kejadian traumatis. Dari sudut pandang psikologis, resiliensi diartikan sebagai kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan kebutuhan situasional secara fleksibel dan kemampuan untuk sembuh dari pengalaman emosional yang buruk (Swastika & Retnaningsih, 2012). Seseorang yang memiliki resiliensi akan lebih tangguh dan melihat kegagalan bukan sebagai akhir, melainkan sebagai kesempatan untuk belajar dan berkembang. Selain itu, individu yang resilien akan mencari metode untuk mengembangkan pola pikir atau pengetahuan yang lebih tinggi sehingga dapat menangani masalah dengan menyeluruh, penuh perhatian, dan bersemangat. Mampu melakukan resiliensi tidak berarti tidak mengalami kecemasan; mereka tetap merasakan kecemasan

seperti orang lain pada umumnya, tetapi telah belajar untuk mengelola kecemasan dan keraguan yang menyebabkan kesulitan. Resiliensi membantu individu mencapai tingkat tertinggi dalam berbagai hal, seperti kepuasan kerja, memaknai hubungan dengan orang terdekat, kebahagiaan, hingga kesuksesan Reivich dan Shatte (Hendriani, 2022).

Menurut Corsini (Wahidah, 2018) resiliensi akademik adalah kemampuan seseorang untuk tetap tangguh dalam menghadapi berbagai tugas di lingkungan pendidikan. Secara umum, resiliensi mengacu pada faktor-faktor yang mengurangi perilaku negatif yang terkait dengan stres dan menghasilkan hasil yang adaptif meskipun menghadapi kesulitan dan penderitaan (Waxman, dalam (Sholichah dkk., 2018) Pelajar yang memiliki resiliensi akademik tidak mudah untuk menyerah saat menghadapi tantangan akademik. Menurut Amalia, hal ini membuat mereka menjadi optimis dan berpikiran positif, bahkan dalam situasi sulit, sehingga mereka yakin bahwa selalu ada jalan keluar atau solusi untuk mengatasi masalah dan kesulitan akademik (Sholichah dkk., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh (Adaptasi dkk., 2021) tentang resiliensi dan *culture shock* akademik mahasiswa asing asal Thailand yang berkuliah di Indonesia menemukan faktor-faktor stres dan cara penyelesaiannya pada mahasiswa asing Asia yang sedang menempuh studi di perguruan tinggi Indonesia. Faktor-faktor stres pada mahasiswa asing Asia meliputi faktor kepribadian, pengetahuan, sosial dan budaya, serta lingkungan. Penelitian terkait resiliensi dan stres akademik oleh Septiani dan Fitria (Kirana dkk., 2022)) menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara dimensi resiliensi

dan dimensi stres. Mahasiswa yang memiliki tingkat stres tinggi adalah mahasiswa yang tidak resilien atau memiliki resiliensi rendah. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki tingkat resiliensi tinggi akan memiliki tingkat stres yang rendah.

Alasan peneliti mengambil subjek penelitian yang merupakan *international student change* atau mahasiswa pertukaran internasional adalah karena peneliti ingin mengetahui apa yang menjadi faktor pendorong resiliensi akademik mahasiswa yang merupakan WNA. Subjek penelitian secara notabene memiliki perbedaan yang mendasar dalam lingkungan kampusnya dan kehidupan sehari-harinya, seperti bahasa, adat istiadat, pola masyarakat, kultur, budaya dan lain sebagainya dengan Indonesia dimana dengan hal-hal tersebut di tempat tinggal baru yaitu Jambi. Selanjutnya, peneliti ingin mengetahui bagaimana *international student change* bisa berkuliah di negeri orang dengan adanya perbedaan-perbedaan dengan negara asalnya. Pemilihan subjek ini juga bertujuan agar para pembaca dapat mengetahui bagaimana WNA menjalani perkuliahan di Indonesia ini sekaligus bagaimana cara mahasiswa negara asing tersebut mampu memiliki resiliensi akademik sehingga mampu menyelesaikan kuliah atau setidaknya mampu bertahan sampai dengan saat hasil penelitian ini ditulis.

Berdasarkan penjabaran hasil penelitian tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimana resiliensi akademik mahasiswa yang sedang berkuliah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor pendorong resiliensi akademik mahasiswa yang sedang menempuh perkuliahan. Dengan memahami

faktor-faktor ini, diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih jelas dan luas dalam bidang Bimbingan dan Konseling, serta membantu mahasiswa dalam mempersiapkan diri untuk menghadapi dan menyikapi tekanan akademik. Diharapkan pula, pemahaman ini dapat menurunkan tingkat stres yang dialami mahasiswa akibat kesulitan-kesulitan dalam menempuh perkuliahan. Terlebih lagi, dengan subjek penelitian yang merupakan warga negara asing (WNA), penelitian ini dapat memberikan sudut pandang yang berbeda dan lebih komprehensif.

B. Pertanyaan Penelitian

Sebagaimana hal-hal yang telah dipaparkan dalam latar belakang tersebut, maka peneliti dapat mengidentifikasi pertanyaan penelitian yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana resiliensi akademik mahasiswa *international student change* asal Gambia?
2. Apa saja faktor resiliensi akademik mahasiswa *international student change* asal Gambia?

C. Tujuan Penelitian

Secara umum, penelitian ini bertujuan untuk menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan dengan mengkaji serta mendeskripsikan tentang resiliensi akademik mahasiswa *International Student Change* asal Gambia.

1. Untuk mendeskripsikan resiliensi akademik mahasiswa *international student change* asal Gambia.

2. Untuk mengetahui faktor yang mendorong resiliensi akademik dari mahasiswa *international student change* asal Gambia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sudut pandang baru dalam keilmuan Bimbingan dan Konseling, terkhusus dalam resiliensi akademik sehingga mampu memberikan referensi dan informasi yang dibutuhkan oleh peneliti selanjutnya.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan peneliti dan pembaca terkhusus kepada calon-calon konselor mengenai apa itu resiliensi akademik.
- c. Penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi para mahasiswa, dosen, dan pihak-pihak terkait resiliensi akademik, pihak-pihak terkait dapat mengembangkan strategi dan program yang lebih efektif untuk membantu mahasiswa mengatasi stres dan tantangan akademik.
- d. Penelitian ini dapat membantu meningkatkan kualitas pendidikan dengan memperkuat faktor-faktor pendukung resiliensi akademik mahasiswa. Dengan demikian, mahasiswa akan lebih siap menghadapi tantangan akademik dan dapat meningkatkan kemampuan akademiknya.
- e. Penelitian ini juga dapat membantu meningkatkan kesejahteraan mahasiswa dengan mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat membantu mengatasi stres dan tantangan akademik. Hal ini dapat membantu para

mahasiswa merasa lebih nyaman, percaya diri, dan termotivasi dalam menjalani studinya.

- f. Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dalam bidang resiliensi akademik mahasiswa. Hal ini dapat membantu para peneliti dalam mengembangkan pengetahuan tentang faktor-faktor pendukung resiliensi akademik mahasiswa yang lebih lengkap dan komprehensif.
- g. Dikarenakan subjek penelitian adalah WNA maka diharapkan pembaca dapat mengambil manfaat serta kiat-kiat bagaimana cara menjalani studi di luar negeri untuk para pembaca yang ingin melanjutkan studi di luar negeri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai tugas akhir peneliti untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana, strata satu (S1) pada Prodi Bimbingan dan Konseling. Penelitian ini juga sekaligus menjadi pembelajaran yang sangat penting bagi peneliti dalam kehidupan dan untuk mengembangkan pengetahuan peneliti dengan landasan dan kerangka teoritis yang ilmiah.

b. Bagi Pembaca

Diharapkan bagi para pembaca dapat mengambil manfaat dalam penelitian ini berupa sudut pandang baru terkait bagaimana resiliensi itu dan bagaimana penerapan resiliensi akademik kedalam kehidupan akademis. Dikarenakan subjek penelitian adalah orang asal Gambia yang

merupakan warga negara asing diharapkan bagi para pembaca yang berkuliah atau akan berkuliah di luar negeri penelitian ini dapat menjadi pedoman dan acuan untuk beresiliensi di negara luar.