

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Banyak mahasiswa yang aktif dalam organisasi mengalami kesulitan dalam menyeimbangkan antara kewajiban akademik dengan aktivitas organisasi, sebuah realitas yang kini menjadi fokus perhatian penting dalam dunia perguruan tinggi. Riset Ibrahim (2025) menunjukkan bahwa mahasiswa yang terlibat secara aktif dalam organisasi kampus menghadapi tekanan waktu dan beban stres akademik yang cukup signifikan. Meskipun demikian, keterlibatan organisasi memberikan manfaat nyata dalam hal mengasah kemampuan manajemen waktu serta meningkatkan disiplin diri. Sejalan dengan ini, Mustaqim & Wahjoedi (2024) menemukan bahwa peserta organisasi kampus cenderung memiliki kepemimpinan yang lebih baik dan performa akademik yang lebih memuaskan, meski tetap menghadapi kesulitan dalam mengimbangi tanggung jawab organisasional dengan beban akademik yang ada.

Tantangan akademik yang dihadapi mahasiswa Indonesia sangat beragam dan meliputi berbagai aspek pembelajaran. Studi Setiawan (2004) yang melibatkan 68 mahasiswa dari dua universitas swasta Indonesia mengidentifikasi delapan permasalahan utama dalam ranah akademik: kesulitan menghadapi beban akademik, manajemen waktu yang buruk, motivasi belajar rendah, ketidakpuasan dengan pencapaian akademik, ketidakcocokan dengan metode pengajaran, kesulitan memilih mata kuliah yang relevan, konsentrasi akademik yang terganggu, dan kesenjangan antara ekspektasi dengan realitas akademik. Data penelitian menunjukkan bahwa dua masalah paling umum yang dikeluhkan adalah kesulitan mengatasi tuntutan akademik dan pengelolaan waktu yang kurang efektif.

Isu ini semakin rumit ketika mahasiswa memutuskan untuk aktif dalam organisasi, karena mereka harus mengurus dua tanggung jawab berat secara bersamaan. Penelitian Nurangraeni (2024) mengungkapkan bahwa partisipasi mahasiswa dalam organisasi sambil menjalani beban akademik adalah hal penting untuk mengembangkan *skill* akademik dan kemampuan yang dibutuhkan industri. Namun studi yang sama juga mengidentifikasi tantangan nyata yang dihadapi

mahasiswa dalam mengelola waktu dan menjaga keselarasan antara kewajiban akademik dan aktivitas organisasi. Temuan ini sejalan dengan riset Avorgbedor & Vilme (2021) tentang peran ganda mahasiswa pada masa pandemi, yang menemukan bahwa mahasiswa dengan tanggungjawab berlipat ganda mengalami peningkatan stres, kesulitan dalam berbagai aspek kehidupan, penurunan nilai akademik, ketakutan akan keterlambatan lulus, dan tekanan finansial yang meningkat.

Khususnya bagi mahasiswa anggota HMI (Himpunan Mahasiswa Islam), organisasi kemahasiswaan paling lama dan terbesar di Indonesia yang didirikan pada 5 Februari 1947 di Yogyakarta, ini membawa tantangan tersendiri. Herman Rudiyanah (2024) menjelaskan bahwa HMI memiliki posisi strategis dalam mempersiapkan pemimpin politik dan memperkuat nilai-nilai demokrasi, dengan banyak alumninya yang kemudian menjadi pemimpin nasional termasuk presiden, anggota kabinet, dan legislator. Akan tetapi, peran penting ini sekaligus membebani anggota HMI dengan standar tinggi, tidak sekadar sukses akademik, tetapi juga harus aktif berkontribusi dalam program organisasi yang difokuskan pada kepemimpinan dan tanggung jawab sosial. Azhar (2023) dalam penelitiannya tentang perkembangan HMI di Medan pasca-reformasi menekankan bahwa organisasi ini terus berkembang mengikuti perkembangan zaman namun tetap menjaga prinsip-prinsip inti yang menjadi identitasnya.

Himpunan Mahasiswa Islam (HMI) adalah salah satu organisasi mahasiswa terbesar di Indonesia yang berperan penting dalam pembentukan kepemimpinan mahasiswa. Jaringan HMI tersebar luas dengan jumlah cabang yang mencapai lebih dari 200 hingga 260 cabang di berbagai daerah, termasuk cabang istimewa di luar negeri seperti Malaysia dan Turki. Di samping itu, HMI juga memiliki kurang lebih 20 Badan Koordinasi (Badko) yang bertugas mengoordinasikan cabang-cabang pada tingkat wilayah. Jumlah kader HMI terus berubah seiring proses perkaderan yang berlangsung, namun secara umum diperkirakan telah mencapai ribuan hingga puluhan ribu mahasiswa yang tersebar di berbagai komisariat di tingkat fakultas maupun kampus di seluruh Indonesia. Hingga saat ini, HMI tetap bertahan dan terus

menjalankan perannya dalam memberikan kontribusi bagi bangsa Indonesia. Hal tersebut juga selaras dengan data Kongres HMI XXIX tahun 2015 di Pekanbaru, yang menyebutkan bahwa jumlah cabang HMI telah melampaui 200 cabang dari Sabang sampai Merauke, dengan anggota aktif lebih dari 500.000 mahasiswa di seluruh Indonesia (Karim, 2021).

Mengacu pada hasil dari data studi pendahuluan yang telah dilakukan, mahasiswa yang menjadi anggota HMI khususnya di Komisariat Psikologi menghadapi beberapa tantangan. Tantangan tersebut meliputi tugas akademik juga tugas organisasi yang dihadapi oleh setiap anggota HMI Komisariat Psikologi. Merujuk pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 32 mahasiswa anggota HMI Komisariat Psikologi, anggota HMI Komisariat Psikologi menghadapi berbagai tuntutan yang bersifat simultan, baik dari sisi akademik maupun organisasi. Data studi pendahuluan menunjukkan bahwa tantangan terbesar yang mereka hadapi antara lain adalah kesulitan manajemen waktu dan beban akademik yang berat. Banyak responden menyebut kesulitan manajemen waktu dan beban akademik yang berat sebagai tantangan utama dalam menyeimbangkan kuliah dengan aktivitas organisasi. Selain itu, sebagian anggota juga melaporkan kurangnya dukungan dari sesama anggota sebagai sumber tekanan lain dalam dinamika organisasi.

Tekanan dari setiap mata kuliah yang ada di rumpun ilmu psikologi membuat setiap anggota harus memenuhi setiap permintaan akademiknya. Mulai dari mengerjakan tugas ilmiah terstruktur, salah satunya seperti harus membuat artikel jurnal ilmiah yang harus *published*. Selain itu juga, mata kuliah praktikum yang ketat menjadi eksese tugas tambahan yang harus diselesaikan. Mulai dari mengambil data praktikum hingga membuat laporan praktikum yang cukup rumit. Dan di sisi lain, setiap anggota harus bisa menyelesaikan tugas-tugas organisasinya. Adapun tugas-tugas organisasi yang rutin harus dilakukan oleh setiap anggotanya antara lain; rapat umum rutin satu minggu sekali, rapat bidang masing-masing, mengerjakan *term of reference* setiap program kerja berikut dengan laporan pertanggungjawaban pasca

program terlaksana, dan sampai pada pendelegasian program internal dan eksternal kampus yang harus dipenuhi setiap minggunya.

Tekanan ini tidak hanya muncul pada level tugas, tetapi juga pada level relasi sosial dan dinamika kelompok. Beberapa anggota menggambarkan adanya sekat antarkelompok, serta dukungan yang dirasakan belum merata. Sebagian kader menyebutkan bahwa masih ada anggota yang kurang aktif, kurang mengayomi, atau memiliki kepentingan pribadi dalam ber-HMI. Kondisi ini berpotensi menambah beban organisasi dan menuntut kemampuan anggota untuk tetap bertahan, tetap aktif, dan mampu bangkit ketika menghadapi konflik, kritik, atau kegagalan dalam menjalankan amanah organisasi. Fenomena tersebut dalam psikologi dikenal dengan istilah *academic buoyancy*. Dalam konteks ini anggota tidak hanya dituntut tahan banting terhadap stres besar, tetapi juga cekatan beradaptasi terhadap masalah-masalah kecil tapi sering dialami seperti benturan jadwal, kritik atas program kerja, konflik ringan, maupun kegagalan mencapai target.

Academic buoyancy adalah kemampuan mahasiswa untuk menghadapi tantangan akademik sehari-hari dan bangkit kembali dari kemunduran yang dialami dalam konteks akademik (Martin & Marsh, 2008). Konsep ini memiliki perbedaan dengan resiliensi akademik tradisional karena hanya berfokus pada kemampuan mengatasi tantangan akademik sehari-hari seperti nilai buruk, tekanan *deadline*, dan beban tugas yang berat, bukan sebatas untuk menghadapi adversitas berat (Martin & Marsh, 2019). Dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia, *academic buoyancy* menjadi sangat penting dikuasai mengingat tingginya tuntutan akademik yang dihadapi oleh setiap mahasiswa, terutama bagi mereka yang terlibat aktif dalam setiap kegiatan organisasi kemahasiswaan.

Martin & Marsh (2010) mengidentifikasi lima aspek utama yang membentuk *Academic buoyancy* melalui konsep 5C: *Confidence*, *Coordination*, *Commitment*, *Composure*, dan *Control*. Keseluruhan aspek ini saling mendukung, ketika seorang mahasiswa merasa percaya diri, bisa mengatur waktu, berkomitmen, memiliki rasa tenang, dan merasa punya kendali, maka mereka tidak hanya sebatas bertahan dari

tekanan, tetapi bisa menjadi berkembang dari setiap tantangan yang dihadapinya. Dalam konteks organisasi seperti HMI, konsep 5C sangat dibutuhkan karena setiap anggota sering menghadapi tekanan dari berbagai tuntutan, menuntaskan kewajiban dan tanggungjawab akademik dan keorganisasian dengan kemampuan untuk bangkit dari kondisi sulit inilah yang menjadi kunci keberhasilan jangka panjang.

Ada tiga faktor yang berperan pada *academic buoyancy*, diantaranya adalah faktor personal, sosial, lingkungan, dan institusional. Faktor personal memiliki beberapa aspek penting, seperti *self-efficacy* yang merupakan keyakinan terkait kemampuan diri dan merupakan prediktor kuat *academic buoyancy* (Weißenfels dkk., 2022). Selain itu, ada *growth mindset* yang juga berperan penting, di mana pola pikir yang percaya bahwa kemampuan dapat dikembangkan melalui usaha (Putri dkk., 2024). Kemampuan mengatur diri dalam proses pembelajaran atau dalam psikologi dikenal dengan *self-regulation* juga menjadi faktor utama (Datu & Yang, 2021), di samping *resilience* yang mengacu pada kemampuan untuk bertahan dan bangkit dari setiap kesulitan (Habibi, 2024).

Faktor sosial melingkupi berbagai bentuk dukungan yang didapatkan dari lingkungan sekitar, seperti dukungan dari teman sebaya untuk menghadapi tantangan akademik (Datu & Yang, 2021), lalu dukungan yang diberikan oleh keluarga dalam seluruh rangkaian aktivitas akademik (Putri dkk., 2024). Bimbingan dan dukungan dari dosen juga sangat penting dalam mencapai keberhasilan akademik (Weißenfels dkk., 2022). Ditambah lagi dengan *social connectedness* yang mencerminkan rasa terhubung dengan komunitas akademik (Habibi, 2024).

Dari faktor lingkungan, terdapat beberapa elemen seperti *positive school climate* yang menunjang terbentuknya iklim lingkungan kampus yang suportif dan positif (Putri dkk., 2024). Partisipasi dalam setiap kegiatan organisasi atau *organizational involvement* memberikan pengalaman positif yang dapat memperkaya setiap proses belajar (Comerford dkk., 2015). Serta adanya *learning environment* yang efektif dan suportif sangat berperan penting dalam proses keberhasilan akademik (Weißenfels dkk., 2022). Terakhir, faktor institusional yang tidak kalah penting.

Kualitas pendidikan dan pengajaran atau *quality of education* menjadi fondasi utama (Habibi, 2024). Selain itu, ketersediaan layanan dukungan akademik atau *support services* menjadi pelengkap yang substansial (Martin & Marsh, 2008). Praktik penilaian yang adil dan konstruktif atau *assessment practices* juga membantu proses belajar yang efisien (Datu & Yang, 2021).

Dari hasil studi pendahuluan terhadap anggota HMI Komisariat Psikologi didapatkan beberapa hal penting yang menjadi faktor utama terbentuknya tingkat *academic buoyancy*. Diantaranya adalah dukungan teman sebaya, dukungan sistem pembelajaran. Dan ditemukan beberapa tantangan khususnya itu karena tingginya tuntutan tugas akademik, sulit untuk menyeimbangkan tanggungjawab akademik dan organisasi. Dalam ilmu psikologi hal ini disebut dengan *study demands-resources*.

Menurut Van Zyl dkk. (2024), *Study demands* didefinisikan sebagai aspek fisik, psikologis, sosial, dan institusional dari program studi yang memerlukan upaya fisik, emosional, atau mental yang berkelanjutan dari waktu ke waktu.). Van Zyl dkk. (2024) mendefinisikan *study resources* sebagai aspek fisik, psikologis, sosial, atau pendidikan dari kegiatan belajar yang berfungsi dalam mencapai tujuan pembelajaran, mengurangi *study demands* beserta biaya fisiologis dan psikologisnya, atau merangsang pertumbuhan dan pengembangan personal. Beberapa penelitian telah menunjukkan hubungan signifikan antara *study demand-resource* dengan *academic buoyancy*. Lesener dkk. (2020) dalam penelitian terhadap 5.660 mahasiswa universitas menemukan bahwa *study demands* seperti *workload* dan tekanan waktu berhubungan positif dengan *student burnout*, sementara *study resources* seperti dukungan dari pendidik dan teman sebaya berhubungan positif dengan *student engagement* dan *academic buoyancy*.

Penelitian Salmela-Aro & Upadyaya (2014) menunjukkan bahwa *study demands* yang berat pada siswa sekolah menengah berhubungan positif dengan tingkat *school burnout*, sedangkan *study resources* secara positif memprediksi keterlibatan siswa dalam pekerjaan sekolah. Dalam konteks pendidikan tinggi Indonesia, penelitian yang mengintegrasikan model SD-R dengan *academic buoyancy* masih terbatas,

padahal hal ini penting untuk memahami dinamika akademik mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Bakker & Mostert (2024) dalam *review* komprehensif tentang *study demands-resources theory* menekankan bahwa mahasiswa dapat mempengaruhi *well-being* mereka sendiri melalui *proactive behaviors* dalam mengoptimalkan *study demands* dan *resources*. Hal ini relevan dengan konteks mahasiswa organisasi yang memiliki otonomi dalam mengelola keterlibatan mereka dalam aktivitas akademik dan organisasional.

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, penulis tertarik untuk meneliti "Pengaruh *Study Demands-Resources* terhadap *Academic Buoyancy* pada Anggota HMI Komisariat Psikologi" karena satu alasan mendasar. Alasan utama itu terdapat *gap* penelitian yang signifikan dalam konteks Indonesia, khususnya yang menggunakan model *study demands-resources* dengan *academic buoyancy* pada mahasiswa yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Sebagian besar penelitian terdahulu dilakukan dalam konteks Barat, sehingga diperlukan validasi empiris dalam setting budaya dan sistem pendidikan Indonesia.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah *study demands* berpengaruh terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi?
2. Apakah *study resources* berpengaruh terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi?
3. Apakah *study demands* dan *study resources* secara simultan berpengaruh terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi?

Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan penelitian ini adalah:

1. Mengetahui pengaruh *study demands* terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi.

2. Mengetahui pengaruh *study resources* terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi.
3. Mengetahui pengaruh *study demands* dan *study resources* secara simultan terhadap *academic buoyancy* pada anggota HMI Komisariat Psikologi.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam beberapa aspek. Pertama, penelitian ini akan memperkaya literatur tentang *academic buoyancy* dalam konteks mahasiswa Indonesia, khususnya yang aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Kedua, penelitian ini akan memberikan validasi empiris terhadap model *study demands-Resources* dalam setting pendidikan tinggi Indonesia, yang selama ini masih terbatas. Ketiga, penelitian ini akan mengintegrasikan teori *Academic buoyancy* dengan model SD-R dalam konteks organisasi kemahasiswaan yang memiliki karakteristik unik dalam sistem pendidikan Indonesia.

Kegunaan Praktis

Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran mahasiswa tentang faktor-faktor yang mempengaruhi *academic buoyancy* mereka, sehingga dapat mengembangkan strategi yang lebih efektif dalam mengelola tuntutan akademik dan organisasional. Mahasiswa dapat memahami pentingnya mengoptimalkan *study resources* yang tersedia untuk memperkuat kemampuan *academic buoyancy*.

Bagi organisasi mahasiswa, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk merancang program pengembangan anggota yang lebih efektif, dengan memperhatikan aspek *study demands* dan *resources*. Organisasi dapat mengembangkan sistem support yang membantu anggota dalam mencapai keseimbangan antara aktivitas akademik dan organisasional.

Bagi institusi pendidikan, penelitian ini dapat memberikan *insights* bagi perguruan tinggi dalam merancang kebijakan dan program yang mendukung

mahasiswa yang aktif dalam organisasi. Institusi dapat mengembangkan layanan konseling dan mentoring yang spesifik untuk mahasiswa organisasi.

Bagi penelitian selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan salah satu rujukan awal untuk mengkaji *academic buoyancy* pada konteks yang serupa. Tetapi, harus dikuatkan juga dengan penelitian lain yang lebih detail dan komprehensif. Penelitian ini juga dapat dipertimbangkan untuk dikembangkan lebih lanjut pada populasi mahasiswa organisasi lain yang lebih luas di Indonesia.

