

## **BAB I Pendahuluan**

### **Latar Belakang Masalah**

Pendidikan pada dasarnya yaitu usaha sadar yang terencana dalam mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta ketelampilan yang diperlukan diri, masyarakat, bangsa dan negara (UU Sisdiknas No 20 Tahun 2003). Hal ini menggambarkan bahwa keberhasilan dari pendidikan tidak hanya berpusat pada kemampuan kognitif, akan tetapi pengembangan sisi afektif, mental dan emosi. Dengan demikian, pendidikan merupakan upaya untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas, sehingga pendidikan yang dilakukan sebagai wujud nyata untuk menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas baik. Salah satu pendidikan yang dilakukan di Indonesia adalah pendidikan diperguruan tinggi. Tingkat perguruan tinggi memberikan peluang bagi peserta didik untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi, sehingga dapat menciptakan sumber daya manusia yang lebih berkompeten.

Perguruan tinggi dituntut untuk menghasilkan lulusan mahasiswa yang berkualitas, memiliki potensi dan ketrampilan didalam bidangnya masing – masing. Mahasiswa diharapkan tidak hanya mampu menyerap materi perkuliahan yang diterima, tetapi juga mampu mengembangkan materi perkuliahan yang diterimanya. Kesuksesan yang akan diraih oleh mahasiswa dapat dipengaruhi oleh semangat hidup, optimis dan motif sukses yang tinggi sehingga mahasiswa sukses dalam menjalankan kehidupan diperguruan tinggi dan mendapatkan prestasi yang optimal.

Setiap mahasiswa akan mengalami masalah dalam menjalani perkuliahan dan harus diselesaikan oleh dirinya sendiri karena masalah tersebut merupakan tuntutan dan tanggung

jawab yang harus dijalani. Selama menuntut ilmu diperguruan tinggi, mahasiswa akan menghadapi beban dan tugas perkuliahan yang semakin banyak dan standar penilaian yang semakin meningkat. Hal tersebut bertujuan untuk meningkatkan kualitas belajar mengajar dan target pendidikan tercapai dengan lebih efektif dan efisien (Zamroni, 2007). Dari hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 25 Juli 2019 kepada 25 mahasiswa yang berada ditingkat kedua, 15 mahasiswa mengatakan mengalami kesulitan dalam menghadapi semester 3 karena pada semester tersebut mereka mulai mempelajari mata kuliah yang berhubungan dengan psikologi khususnya pada mata kuliah Psikodiagnostika I. Mereka menganggap matakuliah Psikodiagnostika 1 sebagai mata kuliah yang sulit dibandingkan dengan mata kuliah lainnya, dosen yang mengajar tegas sehingga membuat mahasiswa menjadi tegang, adanya kegiatan praktikum, mencari OP dan melakukan tes (mulai dari pengetesan sampai dengan skoring hasil tes). Hal ini terbukti dari data perbandingan nilai mata kuliah prasyarat di semester 3. Sedangkan 10 mahasiswa lainnya mengatakan tertarik dan ingin mempelajari alat tes psikologi lainnya saat mereka mulai mempelajari mata kuliah Psikodiagnostika I.

Tabel 1.1

*Persentase perbandingan nilai mata kuliah prasyarat pada semester 3 angkatan 2016*

Mata kuliah	Nilai				
	A	B	C	D	E
<b>Psikologi Pendidikan I</b>	55,4 %	42,2 %	2,4 %	-	-
<b>Psikologi Kepribadian II</b>	-	72,4 %	25,8 %	1,2 %	0,6 %
<b>Psikologi Sosial I</b>	25,4 %	62,3 %	9,1 %	2,6 %	0,6 %
<b>Psikodiagnostika I</b>		27,3 %	52,9 %	14,1 %	5,7 %

Dari data diatas dapat dilihat bahwa persentase hasil belajar mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I lebih rendah jika dibandingkan dengan mata kuliah yang lain pada semester yang sama. Nilai dengan persentase terbanyak yang didapat pada mata kuliah Psikodiagnostika I adalah nilai “C”, sedangkan pada mata kuliah yang lain, seperti Psikologi pendidikan I persentase nilai terbanyak adalah nilai “A”, pada matakuliah Psikologi Kepribadian II persentase nilai terbanyak adalah nilai “B” dan pada mata kuliah Psikologi Sosial persentase nilai terbanyak adalah nilai “B”.

Mata kuliah Psikodiagnostika I merupakan mata kuliah yang wajib diikuti oleh seluruh mahasiswa di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung dan merupakan salah satu mata kuliah prasyarat untuk mata kuliah Psikodiagnostika II, III, dan V. Pada mata kuliah Psikodiagnostika I, mahasiswa tidak hanya diberikan teori tetapi juga diberikan praktikum. Adapun materi yang diajarkan dalam mata kuliah Psikodiagnostika I berupa keterampilan dalam pemeriksaan psikologi berupa *Process skill*, *Content skill* dan *Cognitive skill*.

Mahasiswa pada awalnya memiliki semangat, motivasi dan minat yang tinggi untuk mempelajari mata kuliah Psikodiagnostika I namun, keadaan ini menurun seiring dengan hambatan yang mereka alami baik yang berasal dari dalam diri dan dari luar diri atau lingkungan. Adapun hambatan yang dialami mahasiswa dari dalam diri seperti kurangnya keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki, kecemasan menghadapi praktikum, persepsi negative terhadap pembimbing, ketidak mampuan mengatur waktu untuk menghafalkan instruksi psikotes dan lain sebagainya. Sedangkan hambatan yang berasal dari luar diri atau lingkungan seperti kurangnya dukungan orang tua, dosen maupun teman, tugas perkuliahan yang semakin banyak, standar penilaian yang berbeda – beda, suasana kelas dan praktikum yang membuat mahasiswa tegang dan lain sebagainya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada salah satu mahasiswa berinisial “X” mengatakan pada awal perkuliahan mata kuliah Psikodiagnostika I ia merasa belum dapat membiasakan diri dengan peraturan yang berlaku harus duduk di barisan depan, memakai seragam rapih, tidak diperbolehkan telat pada saat perkuliahan dan praktikum dan peraturan lainnya. “X” juga merasa kurang nyaman dengan suasana kelas yang serius, dosen yang tegas, dan segan saat berurusan dengan laboran. Belum lagi “X” juga mendapatkan informasi negatif yang didapatkan dari kakak tingkat tentang proses mengajar dan praktikum pada matakuliah Psikodiagnostika I. “X” mengatakan selain berlatih untuk keperluan praktikum, ia juga harus belajar untuk menghadapi UTS dan UAS karena apabila ia mendapatkan nilai yang kurang pada salah satunya maka akan mempengaruhi nilai yang mereka dapatkan.

Berdasarkan perhitungan data yang diperoleh dari arsip akademik Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati mulai dari angkatan 2015 – 2017 diketahui bahwa masih banyak mahasiswa yang mengambil mata kuliah Psikodiagnostika I mendapatkan nilai “C” sebagai berikut :

Tabel 1.2.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN GUNUNG DJATI  
*Data nilai mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I*

Angkatan	Nilai Psikodiagnostika I				
	A	B	C	D	E
<b>2015</b>	0,6 %	25,7 %	60,9 %	12,8 %	-
<b>2016</b>	2,5 %	37,9 %	57,1 %	2,5 %	-
<b>2017</b>	-	27,3 %	52,9 %	14,1 %	5,7 %

Dari data tersebut dapat menunjukkan prestasi belajar mahasiswa pada matakuliah Psikodiagnostika I dari angkatan 2015 – 2018 masih cukup rendah dengan persentase besar yang berada pada nilai “C” yaitu sebesar 60,9 %. di angkatan 2015, 57,1 % pada angkatan 2016 dan 52,9 % pada angkatan 2017. Adapapun untuk mengatasi permasalahan seperti ini, Masalah yang dihadapi oleh mahasiswa dapat diselesaikan oleh diri sendiri, tetapi tidak sedikit masalah tersebut menyebabkan mahasiswa mengalami stres. Seberapa berat stres yang dihadapi, tergantung kepada karakteristik mahasiswa tersebut. Seseorang dapat mengalami stress karena kurang dapat menyesuaikan keinginan dengan kenyataan yang terjadi.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Elias (dalam Elwan, 2014) pada 376 siswa di Malaysia membuktikan bahwa sebagian besar sumber stress remaja berasal dari masalah akademik. Menurut Sarafino (dalam Rahmawati, 2012) stress adalah suatu kondisi yang disebabkan adanya ketidak sesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial individu tersebut. Ketidak sesuaian yang dihadapi oleh mahasiswa itu berada pada tuntutan lingkungan dengan sumberdaya aktual yang dimilikinya. Stres yang terjadi di lingkungan Pendidikan biasanya disebut dengan stress akademik.

Stres akademik adalah perasaan cemas, tertekan baik secara fisik maupun emosional, tegang dan khawatir yang dialami oleh mahasiswa karena ada tuntutan akademik dari guru/dosen maupun orangtua untuk memperoleh nilai yang baik, menyelesaikan tugas dengan tepat waktu dan baik, dan tuntutan tugas pekerjaan rumah yang tidak jelas dan adanya lingkungan kelas yang kurang nyaman. Olenjik dan Holschuh (2007) menggambarkan stress akademik sebagai respon yang muncul karena banyaknya tuntutan dan tugas yang harus dikerjakan. Respon terhadap stres akademik terdiri dari pertama, *Cognitive response* seperti kehilangan rasa percaya diri, takut gagal, sulit berkonsentrasi, cemas masa depan. Kedua,

*Behavioral response* seperti menarik diri, penggunaan obat – obatan, menangis tanpa sebab pola makan dan pola tidur tidak teratur. Ketiga, *Physical response* seperti telapak tangan berkeringat, mulut kering, merasa lelah. Keempat, *Affective response* seperti cemas, mudah marah, dan murung.

Dari hasil wawancara yang dilakukan sebelumnya terhadap 25 mahasiswa yang mengambil matakuliah Psikodiagnostika I mengatakan bahwa mereka sering merasa cemas, takut gagal pada saat melakukan kesalahan atau melanggar aturan, emosi yang sulit di Kontrol, kesulitan berkonsentrasi dan tidur, dan kurang percaya diri saat mengikuti perkuliahan maupun praktikum Psikodiagnostika I. Terutama pada saat praktikum akan semakin banyak reaksi terhadap stresor mulai dari respon kognitif seperti hilangnya rasa percaya diri, ketakutan akan kegagalan, sulit berkonsentrasi dan cemas sampai respon fisik seperti telapak tangan berkeringat, mulut kering, badan bergetar sampai merasa lelah.

Gunawati dan Listiara (2006), menyatakan seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika ia mengalami suatu kondisi tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan individu tersebut. Perbedaan karakteristik pada setiap mahasiswa akan menentukan respon terhadap stimulus yang menjadi sumber stres, sehingga respon yang dihasilkan akan berbeda-beda walaupun stimulus yang menjadi sumber stresnya sama (Gunawati&Listiara, 2006).

Penelitian eksperimen mengenai dampak negative stres pada performance mahasiswa juga pernah dilakukan oleh Van Gemmert & Van Galen (1997) pada mahasiswa Psikologi di Universitas Nijmegen Belanda. Perlakuan yang diberikan pada subjek dalam penelitian ini adalah tugas menulis angka dengan pembatasan waktu yang menggunakan RT (*reaction time*) dan MT (*movement time*). Hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh kondisi stres yang dialami individu terhadap hasil pengerjaan tugas menulis angka khususnya pada aspek

kognitif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stress berpengaruh pada proses pikir. Individu yang mengalami stress cenderung mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi terhadap tugas yang dikerjakan.

Stres akademik disebabkan oleh dua faktor yaitu internal dan eksternal. Faktor internal yang mengakibatkan stress akademik yaitu pola pikir, kepribadian, dan keyakinan diri. Sedangkan factor eksternal yang mengakibatkan stress akademik seperti pelajaran yang padat, tekanan untuk berprestasi tinggi, dorongan status sosial, dan orang tua. Untuk melatih kontrol terhadap stresor, *Self-Efficacy* yang ada pada diri seseorang sangat berguna. Odgen (2000) mengatakan bahwa keyakinan seseorang mengenai kemampuannya untuk mengontrol perilakunya sangat berpengaruh pada respon individu terhadap kejadian-kejadian yang menyebabkan stres. *Self-Efficacy* merupakan kepercayaan pada satu kemampuan untuk mengatur dan melaksanakan bagian dari aktivitas yang dibutuhkan untuk menghasilkan tujuan yang diinginkan (Bandura, 1997). Bandura mendefinisikan *Self Efficacy* sebagai keyakinan mengenai kemampuan diri dalam mengerjakan tugas atau melakukan tindakan dalam mencapai hasil tertentu. Bandura dan Wood menjelaskan bahwa *Self Efficacy* megacu pada keyakinan akan kemampuan kognitif yang dimiliki dan tindakan yang harus dilakukan dalam memenuhi tuntutan situasi.

Terbentuknya *Self Efficacy* dipengaruhi oleh proses kognitif Mahasiswa dalam menghadapi kesulitan atau kondisi tertekan yang dialami. *Self Efficacy* akan menentukan bagaimana mahasiswa tersebut merasakan, berfikir, termotivasi dalam berperilaku. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan tinggi dengan kemampuan dalam menyelesaikan tugas – tugas yang sulit dan menganggap itu sebagai sebuah tantangan untuk menjadi lebih baik dari pada bersikap menghindar. Mahasiswa yang mengutamakan dan mempertahankan usaha yang mereka lakukan ketika berhadapan dengan sebuah kegagalan, mereka akan

dengan cepat kembali percaya kepada kemampuannya setelah mengalami kegagalan. Mereka menghubungkan kegagalan dengan usaha yang tidak cukup atau keterampilan atau pengetahuan yang kurang. *Self Efficacy* dapat menghasilkan pribadi yang berprestasi dan dapat mengurangi stress (Bandura, 1994: 1). Hargenhahn (dalam Rizky, 2014) menyatakan bahwa orang yang menganggap tingkat kemampuannya cukup tinggi akan berusaha lebih keras, dan lebih gigih menjalankan tugas dibandingkan dengan orang yang menganggap kemampuan dirinya rendah.

Bandura (dalam Schunk dan Meece, 2005) untuk mengatur perilaku apakah akan dibentuk atau tidak, dalam hal ini adalah perilaku yang disebabkan oleh stress akademik yang dialami individu, tidak hanya mempertimbangkan informasi dan keyakinan tentang keuntungan dan kerugiannya, tetapi juga mempertimbangkan sampai sejauhmana individu tersebut mampu mengatur perilaku tersebut, dan kemampuan ini disebut dengan *Self efficacy*. Dalam hal ini individu membutuhkan *Self efficacy* akademik yang kuat sehingga mereka dapat melalui masa transisi tersebut dengan sangat baik, salah satunya masa transisi dalam kategori akademik sehingga mereka dapat terhindar dari stres akademik.

Pada penelitian sebelumnya yang mengenai "*Self Efficacy, Stres, and Academic Success In College*" yang diteliti oleh Zajacova, Lynch, and Espenshade (2005) menyatakan bahwa terdapat hubungan yang kuat tetapi negative antara stres dan *Self efficacy*, artinya bahwa terdapat hubungan antara stres dan *Self efficacy*, ketika stress tinggi maka *Self efficacy* rendah begitu juga sebaliknya stress rendah *Self efficacy* tinggi. Stres dan *Self efficacy* yang diteliti Zajacova, Lynch, and Espenshade (2005) antara lain interaksi di sekolah, kepercayaan diri dalam kinerja akademik di luar kelas, kepercayaan prestasi akademik di kelas, dan kepercayaan kemampuan untuk mengelola pekerjaan, keluarga, dan sekolah. Berdasarkan uraian tersebut, diduga bahwa *Self efficacy* mempunyai pengaruh pada tinggi rendahnya



tingkat stress yang dialami. Jika seseorang memiliki tingkat *Self efficacy* yang tinggi, maka dia akan bisa mengurangi atau meminimalisir tingkat stres tersebut, sebaliknya mahasiswa yang memiliki tingkat *Self efficacy* yang rendah akan mudah mengalami stres

Berdasarkan uraian diatas menggambarkan bahwa jika seseorang berada dalam kondisi sulit, mereka harus menghadapi berbagai tuntutan dari dalam diri maupun dari lingkungan yang semakin berat sehingga rentang mengalami kondisi stres. *Self Efficacy* seseorang yang memiliki keyakinan akan mampu mengerjakan berbagai tugas untuk mencapai sebuah tujuan, akan mungkin membuat mahasiswa tersebut mampu untuk menghadapi hambatan terkait dengan kesulitan yang dialami yang pada akhirnya, mahasiswa tersebut dapat mengurangi stress dengan keyakinan dapat menyelesaikan tugas tersebut.

*Self efficacy* pada mahasiswa bertujuan untuk membantu mereka dalam mengatasi berbagai keadaan sulit akibat berbagai tuntutan dari dalam diri maupun lingkungan. Dengan *Self efficacy* memungkinkan mahasiswa mampu beradaptasi dengan kondisi sulit yang dialami sehingga tidak mudah tertekan dan menjadi stress. Berdasarkan uraian latar belakang, maka peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh *Self efficacy* terhadap Stres akademik mahasiswa pada Mata Kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### **RumusanMasalah**

1. Bagaimana *Self efficacy* mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?
2. Bagaimana stres akademik mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?

3. Apakah terdapat pengaruh *Self efficacy* terhadap Stres akademik mahasiswa pada Mata Kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung ?

### **Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui *Self efficacy* mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
2. Untuk mengetahui stres akademik mahasiswa pada mata kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh *Self efficacy* terhadap Stres akademik mahasiswa pada Mata Kuliah Psikodiagnostika I di Fakultas Psikologi UIN Sunan Gunung Djati Bandung.

### **Kegunaan Penelitian**

#### ***Kegunaan Teoretis***

Untuk menambah referensi penelitian psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Pendidikan dan Psikologi Perkembangan serta untuk menambah ilmu pengetahuan mengenai *Self efficacy* dan Stres akademik mahasiswa.

#### ***Kegunaan Praktis***

Penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi dan informasi baru dalam bidang psikologi mengenai pengaruh *Self efficacy* dan Stres akademik mahasiswa.

Penelitian ini dapat memberikan edukasi kepada orangtua terkait *Self efficacy* dan stress akademik pada anak. Sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi orangtua dalam mengembangkan pola asuh yang dapat memunculkan *Self efficacy* pada anak

Hasil penelitian ini dapat memberikan edukasi dan kesadaran mengenai pengaruh *Self efficacy* bagi diri sendiri. Sehingga mahasiswa dapat mengurangi stress akademik yang dialami dengan *Self efficacy* yang dimilikinya.

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada pihak – pihak terkait seperti pihak akademik maupun orang tua mengenai pengaruh *Self efficacy* terhadap stress akademik yang dialami mahasiswa pada saat mengikuti perkuliahan Psikodiagnostika I sebagai bahan pertimbangan untuk membantu mahasiswa untuk menyelesaikan permasalahan dan tekanan yang dialami sehingga dapat membuat mahasiswa ikut aktif dalam mempelajari mata kuliah

Psikodiagnostika I





uin

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
SUNAN GUNUNG DJATI  
BANDUNG