

Hubungan antara Konsep Diri dengan *Hardiness* pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi Di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Della Widiastuti

15010113120016

**Fakultas Psikologi
Universitas Diponegoro Semarang**

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. *Hardiness* adalah serangkaian sikap individu yang menggambarkan pola pemikiran, perasaan serta tindakan individu agar dapat bertahan menghadapi masalah, yang ditandai dengan adanya komitmen terhadap aktivitas yang dilakukan, memiliki keyakinan dapat mengontrol kejadian dan hal-hal yang tidak terduga, serta memiliki pandangan bahwa perubahan dan masalah yang terjadi adalah suatu kewajaran dan merupakan tantangan. Populasi penelitian sebanyak 156 orang mahasiswa fakultas psikologi Universitas Diponegoro yang dalam proses menyelesaikan skripsi. Penelitian dilakukan kepada 60 orang mahasiswa yang masih dalam proses menyelesaikan skripsi. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *insidental sampling*. Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *hardiness* (23 aitem, $\alpha=0,859$) dan skala konsep diri (25 aitem, $\alpha=0,910$). Analisis data yang digunakan pada penelitian ini analisis regresi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan positif signifikan antara konsep diri dengan *hardiness* dengan $r_{xy}= .531$ $p=.000$ ($p<0.05$). Konsep diri memberikan sumbangan efektif sebesar 28,2% terhadap *hardiness*.

Kata kunci: *Hardiness*, Konsep Diri, Mahasiswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan sangat berperan penting dalam memajukan generasi suatu bangsa. Adanya pendidikan membuat pengetahuan, kemampuan nilai serta sikap yang dimiliki individu menjadi meningkat yang selanjutnya semua hal tersebut akan digunakan untuk memecahkan berbagai macam persoalan yang terjadi dilingkungan sekitar. Terlebih lagi, mengingat kini telah memasuki era globalisasi yang mana semua hal tidak mampu untuk diprediksi, maka peningkatan sumber daya manusia sangat dibutuhkan. Salah satu upaya yang bisa dilakukan yaitu meningkatkan mutu dan kualitas pendidikan. Menurut Undang-undang Republik Indonesia No. 12 tahun 2012 Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara. Pendidikan formal dimulai dari TK sampai ke perguruan tinggi. Perguruan tinggi merupakan jenjang pendidikan tertinggi di Indonesia (UU RI No. 12/2012 pasal 3). Individu yang meneruskan studi ke perguruan tinggi disebut dengan mahasiswa.

Hurlock (2013) mengungkapkan pada usia 18-40 tahun, memiliki tugas dan tanggung jawab terhadap masa perkembangannya, termasuk mahasiswa. Tugas

perkembangan mahasiswa sebagai masa dewasa awal menurut Hurlock (2002) diantaranya memiliki pekerjaan, memilih pasangan, belajar membentuk suatu keluarga bersama pasangan, hidup bersama dengan pasangan untuk merawat dan membesarkan anak, membangun dan mengelola kehidupan rumah tangga, serta menerima dan melaksanakan tanggung jawab sebagai warga negara dan ikut bergabung dalam suatu kelompok sosial yang cocok. Semakin tingginya tingkat pendidikan individu maka semakin tinggi beban dan tanggung jawab yang harus dilakukan. Berbeda dengan TK, SD, SMP dan SMA, perguruan tinggi cenderung menuntut mahasiswanya untuk lebih bisa mandiri serta harus dapat mengambil keputusan sendiri. Mahasiswa diwajibkan untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar, mengerjakan seluruh tugas mata kuliah, melaksanakan praktikum, dan mengerjakan ujian. Semua itu rangkaian dari kegiatan untuk menyelesaikan keseluruhan beban SKS. Mahasiswa yang telah menyelesaikan beban SKS, selanjutnya diwajibkan untuk mengerjakan dan menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana (S1).

Skripsi adalah sebuah tugas akhir mahasiswa yang berbentuk karya tulis penelitian yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki mahasiswa program sarjana sebagai hasil dari keseluruhan pengalaman belajar. Skripsi dapat menjadi hambatan dalam menyelesaikan studi apabila mahasiswa didalam hidupnya tidak memiliki semangat yang tinggi serta berperan aktif dalam menyelesaikan masalah yang ada pada saat mengerjakan skripsi. Hal tersebut senada dengan pernyataan Pratiwi & Laitlatulshifah (2012) yang menyatakan bahwa skripsi dapat dikatakan salah satu bentuk tuntutan dan tantangan bagi seorang mahasiswa tingkat

akhir, karena mahasiswa yang sedang menyusun skripsi diharuskan untuk memiliki sikap yang optimis, memahami seluruh isi skripsi yang dibuat, memiliki semangat hidup yang tinggi serta mampu dalam menyelesaikan masalah akademis dan non akademis. Peneliti telah melakukan penggalan data di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro dan mendapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 1.

Jumlah Mahasiswa Fakultas Psikologi yang Mengerjakan Skripsi

Angkatan	Jumlah
2010	9 orang
2011	12 orang
2012	24 orang
2013	111 orang
Total	156 orang

Berdasarkan tabel di atas, didapatkan hasil bahwa masih banyak mahasiswa yang belum mampu menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Terdapat beberapa faktor yang menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada tiga mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro pada tanggal 3 April 2017 yang menyatakan bahwa kesulitan-kesulitan yang sering ditemui yang dapat menjadi faktor penghambat adalah sumber referensi yang sulit dicari, sulit mendapatkan data dan subjek penelitian, bingung membaca dan menganalisis hasil data penelitian, rasa malas mengerjakan skripsi ketika dihadapkan dengan permasalahan dan lingkungan sekitar yang tak mendukung seperti diajak

bermain oleh teman. Berbagai macam kesulitan dan permasalahan yang muncul saat mengerjakan skripsi dapat membuat stres mahasiswa.

Mahasiswa dalam menghadapi berbagai kesulitan dalam mengerjakan skripsi, sangat membutuhkan *hardiness* untuk merespon setiap masalah terkait dengan stres yang dihadapi. Kreitener & Kinicki (2005) mengemukakan bahwa *hardiness* adalah perilaku individu yang mengubah stresor negatif menjadi positif atau dengan kata lain menganggap stresor sebagai suatu tantangan.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan pada tanggal 3 April 2017 kepada tiga mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro juga mendapatkan hasil bahwa ketika dihadapkan dengan berbagai macam bentuk kesulitan dan permasalahan dalam mengerjakan tugas termasuk skripsi adalah dengan meninggalkan tugas tersebut dan beralih ke aktivitas hal lain yang menurutnya bisa memperbaiki *mood* seperti menonton film, pergi *refreshing*, atau melakukan aktivitas yang disukai. Perilaku meninggalkan tugas setiap mengalami kesulitan dan permasalahan merupakan salah satu indikasi kurangnya komitmen yang dimiliki mahasiswa, padahal komitmen dibutuhkan agar individu dapat melihat pekerjaan yang menjadi tugasnya sebagai suatu hal yang penting dan akan membuat individu mampu untuk memfokuskan perhatian, imajinasi dan usaha (Maddi & Khoshaba, 2005).

Komitmen kuat yang dimiliki individu dapat mengarahkannya untuk menghadapi masalah-masalah yang ada ketimbang lari atau beralih melakukan aktivitas lain. Dapat dikatakan bahwa komitmen juga sangat dibutuhkan bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi agar dapat memandang skripsi sebagai hal yang

cukup penting dan mampu untuk tetap fokus terhadap skripsi sehingga ketika mengalami kesulitan-kesulitan, mahasiswa mampu untuk mengatasi kesulitan tersebut dengan cara tidak meninggalkan skripsi dan beralih ke aktivitas lain.

Selain hal di atas, didapatkan juga pengakuan dari beberapa mahasiswa yang mengatakan bahwa berbagai macam bentuk kesulitan yang muncul tanpa diduga saat mengerjakan skripsi adalah hal yang merugikan. Hal tersebut membuat mahasiswa tidak dapat melanjutkan ke tahapan selanjutnya dalam proses penyelesaian skripsi. Mahasiswa merasa waktu yang seharusnya dapat dimanfaatkan untuk melanjutkan ke tahapan proses menyelesaikan skripsi harus terhenti sejenak karena adanya kesulitan dan masalah yang muncul dan hal tersebut juga dapat berdampak pada kesempatan yang mereka miliki yaitu kesempatan untuk lulus tepat waktu. Hal tersebut merupakan salah satu indikasi kurangnya sikap *challenge* (tantangan) yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi.

Selain itu, mahasiswa juga mengakui bahwa kesulitan yang muncul saat mengerjakan skripsi menyebabkan mereka menjadi putus asa dan tak berdaya. Mahasiswa merasa bahwa kesulitan dan berbagai masalah yang berkaitan dengan skripsi diluar kemampuannya. Sikap merasa putus asa dan tak berdaya merupakan akibat dari rendahnya *control* yang dimiliki mahasiswa. Kurangnya sikap *commitment*, *challenge* dan *control* yang dimiliki mahasiswa Fakultas Psikologi merupakan wujud dari *hardiness* yang rendah.

Hardiness adalah sebuah pola khas dari perilaku-perilaku serta kemampuan yang membuat individu memiliki resiliensi yang tinggi dengan bertahan dan dapat bertahan dibawah tekanan stresor. Perilaku-perilaku yang dimaksud adalah: 1) komitmen, yaitu bagaimana individu terlibat dengan orang dan berbagai peristiwa disekitarnya. 2) kontrol, yaitu menjaga individu untuk tetap mempengaruhi kejadian yang ada disekelilingnya dibandingkan menyerah pada keadaan. 3) tantangan, yaitu mencari tahu bagaimana individu mampu berkembang meskipun berada di dalam tekanan stresor daripada hanya meratapi nasib (Maddi & Khoshaba, 2005). Dampak positif dari adanya *hardiness* tinggi yang dimiliki individu adalah mampu menentukan strategi coping yang tepat ketika dihadapkan dengan permasalahan yang membuat individu tersebut merasa stres dan putus asa. Individu yang memiliki *hardiness* yang tinggi lebih rentan memandang situasi dan kejadian yang menyebabkan stres sebagai hal yang positif, oleh sebab itu individu tersebut akan dapat lebih jernih dalam menentukan coping yang tepat. Sebaliknya, individu yang memiliki *hardiness* rendah cenderung keliru dalam menentukan strategi coping.

Hardiness yang tinggi juga dibutuhkan bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi, karena dengan adanya *hardiness* tinggi ketika mahasiswa dihadapkan dengan hambatan-hambatan saat mengerjakan skripsi mahasiswa akan mampu mengatasi permasalahan tersebut dengan memilih strategi coping yang tepat. Sebaliknya, jika mahasiswa memiliki *hardiness* rendah, ketika dihadapkan dengan permasalahan saat mengerjakan skripsi cenderung keliru memilih strategi coping untuk mengatasi hal tersebut, seperti dengan melakukan prokrastinasi dengan menunda dan meninggalkan

skripsi dan beralih ke aktivitas lain bahkan sampai melakukan bunuh diri. Sastri (2014) dalam penelitiannya yang berjudul “Perbedaan *Hardiness* pada Mahasiswa Fakultas Psikologi dalam Menyelesaikan Tugas Akhir Ditinjau Dari Jenis Kelamin” menyebutkan bahwa *hardiness* dapat membuat mahasiswa agar tidak berfikir untuk melakukan bunuh diri ketika dihadapkan dengan hal-hal yang membuatnya merasa stres dan putus asa.

Penelitian lain menunjukkan bahwa di dalam *stressful event*, individu yang memiliki *hardiness* tinggi lebih sedikit mengeluh dibandingkan individu yang *hardiness*-nya rendah (Schultz dan Schultz, 2010). Penelitian mengenai *hardiness* juga dilakukan oleh Cole dkk (2004) mengungkap hubungan antara motivasi belajar dengan *hardiness*. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa siswa yang mendapatkan pelatihan penguatan *hardiness* selama dua bulan akan memiliki reaksi dan simtom depresi yang lebih sedikit dibanding siswa yang tidak pernah diberi pelatihan. Dapat dikatakan stimulasi depresi serta hasil akhir pembelajaran yang jauh lebih baik dipengaruhi oleh *hardiness*.

Dijelaskan lebih lanjut dalam penelitian “*Hardiness Commitment, Gender, and Age differentiate University Academic Performance*” yang dilakukan oleh Sheard (2009), individu yang memiliki *hardiness* kuat akan menunjukkan tindakan untuk mengatasi permasalahan sebagai cara untuk mengatasi stres (contohnya: belajar untuk ujian dan mengerjakan tugas tepat waktu) serta bekerja keras untuk mengubah kemalangan menjadi peluang yang baik untuk dirinya. Apabila individu menganggap

tindakan contoh seperti diatas memiliki nilai yang berharga, maka individu yang memiliki ketangguhan akan terlibat dalam strategi secara sengaja untuk mengubah aktivitas menjadi suatu hal yang menurut dirinya lebih positif yaitu dengan menjaga motivasinya untuk memilih dan melakukan kegiatan yang memberikan manfaat untuk dirinya.

Berdasarkan penelitian diatas dapat dikatakan bahwa *hardiness* memiliki peranan penting terhadap motivasi individu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nguyen dkk (2012) yang berjudul “*Psychological Hardiness in Learning and Quality of College Life of Bussines Students: Evidence from Vietnam*”, yang mendapatkan hasil bahwa *hardiness* dalam belajar merupakan kunci penting untuk meningkatkan kualitas hidup dunia perkuliahan dan memiliki pengaruh yang kuat terhadap motivasi belajar siswa. *Hardiness* juga pernah diteliti oleh Vecgrave & Pavulens pada tahun 2012 yang berjudul “*Intterelation of First Semester Students Depression With Social Support And Hardiness*”, hasilnya menunjukkan terdapat hubungan yang erat antara depresi siswa yang baru memasuki semester pertama dengan *hardiness*. Dukungan sosial dan *hardiness* yang tinggi dapat meningkatkan kemampuan rasa percaya diri dan kemampuan manajemen stres bagi siswa sehingga dapat mengurangi depresi bagi siswa semester pertama.

Abdollahi dkk (2014) menjelaskan bahwa *hardiness* dapat mempengaruhi tingkat kebahagiaan individu, mengurangi tekanan yang dirasakan, memiliki kontribusi pada fisik dan kesehatan mental, serta mampu memperbaiki kepuasan hidup individu. *Hardiness* dapat membuat individu untuk mampu menilai, mengontrol serta

menantang situasi stres yang dialami, merespon stres dengan efektif sehingga akan menciptakan lingkungan yang sehat. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness*, salah satunya adalah optimisme. Individu yang memiliki sikap optimis cenderung mengharapkan hal baik akan terjadi padanya (Bastianello, dkk 2014). Optimisme akan muncul apabila individu memiliki konsep diri.

Agustiani (2006) menjelaskan bahwa konsep diri merupakan gambaran yang dimiliki individu tentang dirinya, yang dibentuk melalui pengalaman-pengalaman yang didapatkan dari interaksi dengan lingkungan. Konsep diri adalah pandangan pribadi yang dimiliki individu tentang dirinya atau persepsi terhadap aspek diri yang meliputi aspek fisik, aspek sosial dan aspek psikologis yang didasarkan atas pengalaman dari interaksi terhadap orang lain (Sobur, 2009). Konsep diri (*self-concept*) adalah kesadaran individu mengenai siapa dirinya. Menurut Deaux, dkk (dalam Sarwono, 2009) konsep diri merupakan sekumpulan keyakinan serta perasaan individu terhadap dirinya. Keyakinan individu terhadap dirinya dapat berkaitan dengan minat, bakat, kemampuan, penampilan fisik, dan lain-lain. Individu kemudian mempunyai perasaan terhadap keyakinan mengenai dirinya tersebut, apakah dirinya merasa positif atau merasa negatif, bangga atau tidak bangga, serta senang atau tidak senang atas dirinya sendiri. Semakin positif konsep diri yang dimiliki individu akan semakin mudah seseorang untuk berhasil, demikian pula sebaliknya.

Konsep diri sangat diperlukan bagi mahasiswa, karena dengan adanya konsep diri pada diri mahasiswa maka akan berdampak pada keberhasilan prestasi

akademiknya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sumantri (2011) bahwa mahasiswa yang memiliki konsep diri positif akan menghasilkan prestasi akademik yang tinggi, sebaliknya mahasiswa yang konsep dirinya negatif akan menghasilkan prestasi akademik yang rendah pula. Penelitian tentang konsep diri dengan prestasi akademik juga dilakukan oleh Pambudi dan Wijayanti (2012) pada mahasiswa Program Keperawatan Universitas Diponegoro. Berdasarkan penelitian tersebut, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan prestasi akademik. Konsep diri yang negatif menyebabkan pencapaian akademik juga kurang, sedangkan konsep diri yang positif akan membuat mahasiswa dapat meraih prestasi akademik yang baik pula. Konsep diri juga berhubungan erat dengan motivasi yang dimiliki individu semakin positif konsep diri maka akan semakin tinggi motivasi untuk mencapai tujuan prestasi akademik yang tinggi. Peserta didik yang memiliki konsep diri yang negatif akan cenderung kehilangan motivasi dan minat yang nantinya berdampak pada prestasi akademik.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat dikatakan bahwa konsep diri penting bagi mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti hubungan antara konsep diri dengan *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara konsep diri dengan *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang?”.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara konsep diri dengan *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang Psikologi Sosial dan Psikologi Kepribadian serta bagi masyarakat luas mengenai korelasi antara Konsep diri dengan *Hardiness*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai Psikologi Kepribadian dan Psikologi Sosial yaitu hubungan konsep diri dan *hardiness*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya, terutama bagi peneliti yang tertarik dengan variabel *hardiness*.

c. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan bahan informasi bagi mahasiswa khususnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi, mengenai *hardiness*.