

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang Masalah

Masa kritikal pada transisi dari Sekolah Menengah Atas (SMA) menuju perkuliahan menimbulkan berbagai macam tantangan yang tentu saja memberikan pengaruh psikologis pada mahasiswa baru (Beck dkk., 2003). Mahasiswa baru pada umumnya akan mulai belajar mencari makna hidup dan memutuskan karir mereka di masa depan. Banyak dari mahasiswa baru mengalami keadaan ketika mereka harus meninggalkan rumah, berada di lingkungan atau kelas yang belum familiar, serta beberapa hal yang berkaitan dengan akademis (Ruthig dkk., 2008). Bahkan, berdasarkan penelitian Furr dkk. (2001) menunjukkan bahwa beberapa bulan pertama kuliah merupakan masa tersulit bagi para mahasiswa baru, sehingga stres dan depresi menjadi hal yang umum terjadi ketika memasuki masa transisi di bangku kuliah dan berkaitan dengan kebiasaan tidak sehat yang menyebabkan kehilangan konsentrasi dan fokus ketika menjalani kuliah (Lumley & Provenzano, 2003; Patterson dkk., 2004) hingga menyebabkan dampak negatif dalam performa di bangku kuliah (Ruthig dkk., 2009).

Mahasiswa baru dihadapkan pada kebutuhan untuk bersosialisasi dengan teman-teman, para dosen, ataupun karyawan. Mahasiswa yang baru mengenal lingkungan kampus dan lingkungan tempat tinggal membutuhkan kepercayaan diri dan kemampuan untuk dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan, sehingga dengan modal tersebut, seseorang dapat beraktivitas dalam menjalankan tugas-

tugas dengan baik (Marlina, 2011). Tentu saja, mahasiswa memiliki kemampuan beradaptasi yang berbeda-beda dalam menghadapi tantangan dan masalah selama di perkuliahan. Mahasiswa yang mampu beradaptasi terhadap lingkungan akademik dan sosial yang baru, kemungkinan besar mampu bertahan dan lulus di perkuliahan (Tinto dalam Estiane, 2015). Agar mahasiswa dapat menjalankan aktivitas dengan baik di bangku kuliah, mereka membutuhkan beberapa keahlian dan kemampuan psiko-sosial, diantaranya adalah optimisme dan dukungan sosial (Brissette dkk., 2002).

Optimisme adalah kemampuan melihat sisi terang kehidupan dan memelihara sikap positif, sekalipun ketika berada dalam kesulitan (Stein & Book, 2002). Optimisme merupakan sebuah cara pandang seseorang dari segi positif mengenai permasalahan yang dihadapi dan meyakini sesuatu yang baik akan datang pada waktu yang akan datang. Optimisme dapat dilihat melalui sudut pandang kecerdasan emosional, optimisme merupakan salah satu alat pembelajaran bagi seseorang agar tidak putus asa, stres, dan depresi bila mendapat kesulitan (Goleman, 2007). Pada mahasiswa yang memiliki rasa optimisme yang baik akan memiliki harapan bahwa sesuatu yang baik akan terjadi pada mereka, memiliki potensi terjadi stress dan depresi yang cukup rendah (Scheier dkk., 2001). Mahasiswa yang memiliki sikap optimisme akan meningkatkan prestasi akademik mereka di bangku perkuliahan (Ruthig dkk., 2009). Salah satu faktor yang mempengaruhi sikap optimisme diantaranya adalah adanya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Brissette dkk., 2002).

King (2010) berpendapat bahwa dukungan sosial merupakan informasi dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai dan dihormati, serta dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Safarino (2011) menyatakan bahwa dukungan sosial adalah bukti bahwa ada orang lain yang memberikan kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan kepada pihak lain. Optimisme dan dukungan sosial diketahui mampu menurunkan tingkat stres dan depresi (O'Connor and Cassidy, 2007) serta meminimalisir munculnya penyakit psikis pada mahasiswa tahun pertama (Brissette dkk., 2002). Berdasarkan studi Karademas (2006), sikap optimisme suatu individu dapat dimediasi oleh adanya dukungan sosial yang diberikan kepadanya. Oleh karena itu, optimisme dan dukungan sosial merupakan dua hal yang saling berhubungan terkait dalam kelangsungan kesehatan psikis seseorang.

Dukungan sosial dapat datang dari lingkungan sosial seperti teman, tetangga, maupun keluarga besar, dan salah satu bentuk dukungan sosial dapat berasal dari teman sebaya. Dukungan dari teman sebaya akan membuat individu merasa memiliki teman senasib, teman untuk berbagi minat yang sama, dan saling menguatkan untuk berubah ke arah yang lebih baik. Biasanya, dukungan sosial dari teman sebaya terjadi dalam interaksi sehari-hari, misalnya melalui hubungan akrab yang dijalani bersama dalam suatu perkumpulan di kehidupan sosialnya (Hilman, 2002).

Dalam masa perkuliahan, biasanya mahasiswa baru merasa tertarik untuk mengikuti berbagai kegiatan yang ada di kampusnya, baik karena dorongan rasa

ingin tahu ataupun karena memang ingin mengembangkan diri. Pada umumnya mereka membutuhkan pendampingan dari mahasiswa senior yang lebih dulu kuliah yaitu kakak angkatannya sendiri. Senior merupakan orang yang berada di tahun akhir di universitas atau orang yang lebih dulu masuk universitas (Santrock, 1995).

Sebagai sesama mahasiswa, senior dipandang memiliki kemampuan dalam memberikan pendampingan kepada mahasiswa baru. Kegiatan pendampingan merupakan salah satu bentuk dari dukungan sosial dari teman sebaya. Pendampingan adalah sebuah bentuk hubungan untuk membangun kepercayaan diantara dua individu atau lebih sehingga menciptakan keterlibatan satu sama lain. Kegiatan pendampingan akan memberikan pengaruh positif bagi seseorang apabila melibatkan aspek dukungan di dalamnya (Devito, 1997). Tarakanita (dalam Ristianti, 2008), menyatakan bahwa dukungan sosial yang bersumber dari kelompok teman sebaya dapat membuat remaja memiliki kesempatan untuk melakukan berbagai hal yang belum pernah mereka lakukan serta belajar mengambil peran yang baru dalam kehidupannya. Kedekatan kelompok teman sebaya yang memberikan pengaruh langsung dimana individu tersebut menjadi anggotanya dan saling berinteraksi. Pengaruh-pengaruh tersebut akan menghadapkan individu pada perilaku dan gaya hidup tertentu. Pendampingan oleh sesama mahasiswa diharapkan dapat membantu mahasiswa baru dalam mengikuti kegiatan pendidikan di kampusnya.

Kegiatan pendampingan turut pula diadakan oleh Jamaah Fathan Mubina (JAFANA) FPSB UII. Kegiatan pendampingan dilakukan dengan cara

membentuk kelompok-kelompok pendampingan. Berdasarkan wawancara dengan pengurus JAFANA pada tanggal 24 Agustus 2014, mahasiswa baru di FPSB UII angkatan tahun 2014 ada 228 orang, dan diketahui bahwa setiap kelompok ada 10 sampai 11 mahasiswa baru dengan satu pendamping. Kegiatan pendampingan diisi dengan tanya jawab seputar dunia kampus, perkuliahan, dan agama Islam. Frekuensi pendampingan tidak menentu, tetapi rata-rata ada 10 kali pertemuan. Jadwal pertemuan didasarkan pada kesepakatan di antara para pendamping dengan mahasiswa baru di masing-masing kelompok. Pendampingan hanya berlangsung pada semester 1 dan 2 saja, setelah itu tidak ada lagi, meskipun ada penjelasan bahwa pendampingan dapat berlanjut terus sampai mahasiswa lulus. Keberadaan JAFANA diharapkan menjadi grup *networking* yang menyediakan dukungan sosial yang dapat mendukung optimisme mahasiswa baru dalam melihat masa depannya.

Kelompok jaringan dirancang untuk membantu anggota mengidentifikasi teman sekelompoknya di dalam sebuah organisasi untuk saling berhubungan dan menjalin pertemanan dengan orang-orang tersebut serta memiliki akses ke lapisan dukungan sosial yang lebih luas (Friedman dkk., 1998). Dari sekian banyak program yang dijalankan oleh JAFANA, salah satunya adalah sesi berbagi antara mahasiswa baru dengan senior pendamping mereka. Pada sesi tersebut mahasiswa baru boleh berbagi apapun terkait permasalahan perkuliahan maupun kehidupan kampus. Program tersebut mengindikasikan adanya dukungan sosial yang diberikan dari senior kepada mahasiswa baru, bentuk dukungan sosial yang diberikan bisa berupa pemberian informasi terkait perkuliahan ataupun kehidupan

kampus, dukungan emosional diwujudkan dengan menjenguk mahasiswa lain yang sedang tertimpa musibah, atau dukungan instrumental yang bisa berbentuk kehadiran senior saat mahasiswa baru mengalami kesulitan.

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti sampaikan diatas, peneliti memilih mahasiswa yang mengikuti pendampingan dikarenakan adanya interaksi sosial antara kakak senior dengan mahasiswa baru yang menjadi peserta pendampingan JAFANA FPSB UII serta diharapkan dapat mengetahui apakah ada hubungan antara optimisme dan dukungan sosial teman sebaya pada mahasiswa baru.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan teman sebaya dan optimisme pada mahasiswa baru yang pernah mengikuti pendampingan selama perkuliahan di Fakultas Psikologi dan Sosial Budaya Universitas Islam Indonesia.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kajian di bidang psikologi pendidikan khususnya dalam membangun optimisme mahasiswa baru.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai hubungan antara optimisme dan hubungan sosial sehingga kedepannya dapat dipergunakan untuk keperluan pengembangan program pendampingan pada mahasiswa baru.

D. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang optimisme dan dukungan teman sebaya telah banyak dilakukan dalam beberapa studi terdahulu. Beberapa di antaranya adalah penelitian Ekasari dan Susanti (2009), Ningrum (2011), dan penelitian Ramadhani (2012). Ketiga penelitian tersebut memiliki kesamaan dan perbedaan dengan penelitian ini yang dapat diketahui dengan melihat pada deskripsi ketiga penelitian tersebut.

Ekasari dan Susanti (2009) meneliti tentang optimisme dengan penyesuaian diri dengan stres pada narapidana kasus NAPZA. Pada penelitian tersebut, subjek penelitiannya adalah narapidana kasus napza, sementara subjek penelitiannya adalah penyesuaian diri dan stres. Kesimpulan dalam penelitian tersebut adalah adanya hubungan negatif antara optimisme, penyesuaian diri dengan stres. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi tingkat optimisme dan penyesuaian diri, maka semakin rendah tingkat stres dan sebaliknya, semakin rendah tingkat optimisme dan penyesuaian diri maka semakin tinggi tingkat stresnya.

Ningrum (2011) meneliti tentang optimisme dan *coping stress* mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara optimisme dan *coping stress* pada mahasiswa Universitas Esa Unggul (UEU) yang sedang menyusun skripsi. Jenis Analisis statistik menggunakan korelasi Gamma, diperoleh koefisien korelasi sebesar 0.987 dengan $p=0.000<0.01$, yang berarti terdapat hubungan positif tinggi dan signifikan antara optimisme dan *coping stress* pada mahasiswa UEU yang sedang menyusun skripsi.

Ramadhani (2012) meneliti tentang hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan *coping stress*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan *coping stress* dengan 3 hubungan yang diselidiki yaitu: 1) Optimisme dengan *coping stress*; 2) Dukungan sosial dengan *coping stress*; 3) Optimisme dan dukungan sosial dengan *coping stress*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara optimisme dengan *coping stress* dengan $\beta = 0.726$, $t = 6.235$, $R^2 = 0.483$ dan $p = 0.000$. Tidak terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan *coping stress* dikarenakan nilai $\beta = 0.197$, $t = 2.307$, $R^2 = 0.226$ dan $p = 0.710$. Kemudian pada optimisme dan dukungan sosial dengan *coping stress* terdapat hubungan yang signifikan dengan $F = 36.530$, $R^2 = 0.484$, dan $p = 0.000$.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, maka penelitian ini dapat dikatakan orisinal dari segi :

1. Keaslian Topik

Dari ketiga sumber tersebut, belum ada penelitian yang meneliti mengenai optimisme dan dukungan teman sebaya pada mahasiswa baru yang mengikuti program pendampingan

2. Keaslian Alat ukur

Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah LOT-R untuk mengukur optimisme dan SSQC pada subscale peer untuk mengukur dukungan sosial teman sebaya

3. Keaslian Teori

Ramadhani menggunakan teori dukungan sosial dari Taylor dan teori optimisme dari seligman. Sementara pada penelitian kali ini, peneliti menggunakan teori dukungan sosial teman sebaya menggunakan teori dari Malecki & Demaray dan teori optimisme menggunakan teori dari Scheier & Carver

4. Keaslian Subjek

Pada penelitian Ramadhani (2012) menggunakan subjek Mahasiswa keperawatan yang sedang menyusun skripsi di STIKES Muhammadiyah Samarinda. Pada penelitian ini menggunakan subjek mahasiswa baru yang mengikuti program pendampingan dari JAFANA FPSB UII