

**HUBUNGAN ANTARA KEBERSYUKURAN DENGAN RESILIENSI PADA
MAHASISWA BIDIKMISI FAKULTAS EKONOMIKA DAN BISNIS
UNIVERSITAS DIPONEGORO SEMARANG**

**Dony Agus Saputra
15010115120057**

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
Donysaputra604@gmail.com

ABSTRAK

Resiliensi merupakan upaya yang dilakukan individu dalam menghadapi masalah dengan berusaha mencari titik temu dan menganalisis masalah untuk beradaptasi kemudian menentukan langkah yang lebih baik untuk bangkit dari permasalahan tersebut dan mencapai sebuah pencapaian. Kebersyukuran merupakan kesadaran individu terhadap apa yang telah diterima dengan ungkapan positif berupa rasa terima kasih yang ditujukan kepada sang pencipta dan juga perantaranya serta rasa menghargai terhadap peristiwa dalam kehidupannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa penerima bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro yang berjumlah 525 mahasiswa dan diperoleh dengan metode *convenience sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan alat ukur skala kebersyukuran (39 aitem, $\alpha=0,922$) dan skala resiliensi (38 aitem, $\alpha=0,928$). Hasil pengolahan data menggunakan uji *Spearman Rank* diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,512 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi.

Kata kunci : Resiliensi, Kebersyukuran, Mahasiswa, Bidikmisi.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa merupakan individu sebagai peserta didik di perguruan tinggi (Suharso & Retnoningsih, 2009). Mahasiswa mengemban amanah besar terhadap dunia ilmu pengetahuan maupun sebagai penggerak kemajuan bangsa untuk gagasan-gagasan baru. Namun tidak semua mahasiswa beruntung terlahir dalam kondisi finansial keluarga yang tercukupi untuk mendukung kebutuhan pendidikan di perguruan tinggi. Terdapat beberapa mahasiswa harus mencari beasiswa untuk bisa tetap melanjutkan pendidikan, hal tersebut dikarenakan kondisi finansial keluarga yang kurang mendukung. Salah satu beasiswa dari negara yang dapat membantu mahasiswa kurang mampu untuk menunjang kebutuhan maupun administrasi perkuliahan adalah beasiswa bidikmisi.

Beasiswa bidikmisi merupakan bantuan berupa biaya pendidikan berbeda dengan beasiswa lain yang berfokus terhadap penghargaan atas prestasi, bidikmisi berfokus pada bantuan keterbatasan ekonomi (Pasal 76 UU No. 12 Tahun 2012, Tentang Pendidikan tinggi). Namun pada dasarnya tidak semua mahasiswa bisa beruntung mendapatkan beasiswa bidikmisi. Hal tersebut dikarenakan persyaratan

yang tidak memenuhi untuk mendapatkan beasiswa bidikmisi, diantaranya adalah hasil akademik pada masa sekolah menengah ke atas yang kurang baik. Begitu

juga prestasi pada mahasiswa bidikmisi harus bisa dipertanggungjawabkan untuk menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi (Ristekdikti, 2018).

Beasiswa bidikmisi dapat diperoleh dengan berbagai persyaratan diantaranya adalah calon penerima beasiswa bidikmisi merupakan siswa lulusan SMA/SMK/MA yang lulus di tahun pendaftaran perkuliahan tersebut atau dengan kata lain tidak mangkir serta memiliki NISN yang valid. Rentang usia paling tinggi untuk pendaftar bidikmisi yaitu 21 tahun ketika sedang mendaftar. Syarat pendaftaran bidikmisi yang lainnya yang paling diprioritaskan adalah status orang tua dan penghasilan orang tua. Penghasilan gabungan orang tua yang merupakan penghasilan kotor maksimal adalah Rp 4.000.000,00/bulan (Pedoman Penyelenggaraan Bantuan Biaya Bidikmisi, 2014)

Universitas Diponegoro merupakan universitas favorit dengan ranking ke lima pada klasterisasi yang dilakukan Kemenristekdikti tahun 2018. Penerimaan mahasiswa besar-besaran setiap tahunnya juga tidak luput dari calon mahasiswa yang mendaftarkan sebagai penerima bidikmisi. Menurut Surat Keputusan Rektor Universitas Diponegoro Nomor No. 36/UN7.P/HK/2017 tentang pemberian beasiswa mahasiswa baru, Universitas Diponegoro pada Semester Gasal Tahun Akademik 2016/2017 memberikan bantuan bidikmisi kepada 1249 mahasiswa. Terdapat 525 mahasiswa penerima bidikmisi di Fakultas Ekonomika dan Bisnis dari angkatan 2015 sampai angkatan 2018.

Mahasiswa bidikmisi menerima dana sebesar Rp 6.300.000,00 per semester dengan rincian untuk biaya hidup Rp 3.900.000,00 yang disalurkan langsung ke rekening masing-masing penerima bidikmisi dan untuk biaya pendidikan sebesar Rp 2.400.000,00 yang disalurkan ke rekening BPn 026 Universitas Diponegoro. 1249 mahasiswa penerima bidikmisi meliputi 1156 mahasiswa program sarjana dan 93 mahasiswa program D3 (Surat Keputusan Rektor Universitas Diponegoro Nomor No. 36/UN7.P/HK/2017).

Mahasiswa bidikmisi tentu memiliki keterikatan berupa kontrak aturan dengan perguruan tinggi yang harus dipenuhi, salah satu aturan yang ditetapkan untuk mahasiswa bidikmisi adalah IPK perkuliahan yang harus tetap terjaga minimal diatas 2,75 selama delapan semester untuk program Diploma IV dan S1 serta enam semester untuk Diploma III. Serta aturan-aturan lain yang relevan yang ditetapkan atas dasar pedoman dari Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan RI (Pedoman Penyelenggaraan Bantuan Biaya Bidikmisi, 2014).

Strategi untuk mempertahankan beasiswa dengan cara mengoptimalkan hasil akademik maupun keaktifan di kampus, mahasiswa bidikmisi seringkali menghadapi beberapa hambatan yang bisa menjadi tekanan didalam kehidupan sosial serta di bidang akademik. Menurut Wiks (dalam Hendriani, 2018) suatu tekanan yang dialami individu dapat berasal dari masalah manajemen waktu, hubungan dengan dosen, aktifitas organisasi dikampus dan kurangnya dukungan sosial yang diterima serta masalah finansial.

Seperti yang diungkapkan Werner (dalam Reich, Zautra & Hall, 2010) dalam penelitiannya menemukan bahwa individu pada saat dewasa akan mudah beradaptasi ketika menghadapi tekanan apabila menyandarkan sumber *supportnya* kepada keluarga dan komunitasnya. Dalam penelitian Alaiya (2017) juga didapatkan hasil bahwa resiliensi yang baik adalah ketika mendapat dukungan dari keluarga maupun orang yang dianggap istimewa atau dekat. Berdasarkan observasi, meskipun tidak 100% mahasiswa bidikmisi mengurus hidupnya sendiri dalam segi ekonomi, setidaknya mereka berfikir lebih keras untuk mempertahankan kondisi hidupnya apabila dibandingkan dengan mahasiswa non bidikmisi.

Mahasiswa bidikmisi seringkali terjatuh dalam menghadapi dinamika kehidupan terutama ketika berkaitan dengan masalah finansial. Resiliensi yang tinggi sangat mempengaruhi individu untuk mampu bangkit setelah terpuruk dalam masalahnya. Penelitian yang dilakukan oleh Alaiya (2017) mengenai hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi di Universitas Muhammadiyah Malang ditemukan hasil bahwa dukungan sosial sangat mempengaruhi tingkat resiliensi seseorang.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada empat mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro, didapatkan hasil bahwa mereka dapat *survive* dan bertahan hidup melewati masa-masa sulit ketika finansial sedang kurang baik. Dari hasil wawancara diketahui bahwa mereka

memiliki kemampuan untuk tetap tenang, mengontrol emosi dan perilakunya ketika dihadapkan suatu kondisi yang penuh tekanan.

Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) mengemukakan definisi resiliensi yaitu, merupakan penyesuaian dan cara individu untuk bertahan terhadap situasi yang sulit untuk kemudian bangkit dari permasalahan tersebut. Terdapat tujuh aspek dalam resiliensi yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kausal analisis, empati, efikasi diri, dan pencapaian.

Individu dengan resiliensi yang tinggi akan mempunyai kelebihan dalam menghadapi dan menyikapi suatu permasalahan jika dibandingkan dengan individu yang resiliensinya kurang baik. Individu dengan resiliensi yang tinggi akan tenang ketika dihadapkan dengan suatu kondisi yang penuh tekanan (Reivich & Shatte, dalam Hendriani, 2018). Hal tersebut sama artinya bahwa pentingnya mempunyai resiliensi yang tinggi dapat membentuk regulasi emosi yang baik.

Selain dapat membentuk regulasi emosi yang baik, pentingnya resiliensi berpengaruh terhadap optimisme individu. Optimisme yang dimaksud adalah percaya bahwa masa depan yang akan datang adalah masa yang cemerlang dan mampu menghadapi permasalahan yang sedang terjadi saat ini (Reivich & Shatte, dalam, Hendriani 2018). Individu dengan resiliensi yang rendah kurang mempunyai optimisme untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi

sehingga terdapat kemungkinan yang lebih besar untuk tidak berhasil melewati permasalahannya.

Selain dapat membentuk regulasi emosi dan optimisme, pentingnya resiliensi yaitu dapat membentuk efikasi diri yang baik. Efikasi diri yaitu kemampuan individu untuk berhasil memecahkan masalah yang sedang dihadapi dan keyakinan akan mencapai kesuksesan. Individu dengan efikasi diri yang baik yaitu ketika mendapati permasalahan individu mampu menyelesaikan permasalahan tersebut dan mampu mencapai kesuksesan. Jadi tidak hanya menyelesaikan permasalahannya namun juga akan mencapai kesuksesan (Reivich & Shatte dalam Hendriani, 2018).

Menurut penelitian Azzahra (2017) tentang pengaruh resiliensi terhadap distres psikologi mahasiswa, individu dengan resiliensi yang tinggi lebih optimis dalam mencapai tujuannya meskipun dalam posisi kemunduran atau dalam posisi tertekan. Individu dengan resiliensi tinggi akan berpikir dengan hati-hati, tenang, fokus dalam permasalahan dan mampu beradaptasi dengan perubahan yang dialaminya.

Menurut Pidgeon (2014) resiliensi yang rendah pada mahasiswa akan mengakibatkan naiknya tingkat distres psikologi. Menurut Lahey (dalam Winefield, Gill, Taylor & Pilkington, 2012) distres psikologi terbentuk karena adanya kecemasan, kerentanan emosi, sifat pemarah dan kesedihan. Pada tanggal 31 Mei 2016, diketahui seorang mahasiswa jurusan Akuntansi Fakultas

Ekonomika dan Bisnis Universitas Indonesia meninggal dikarenakan bunuh diri. Hal tersebut akibat tidak sanggupnya individu menahan beban kuliah yang dihadapinya (Hamdi, 2016). Hal tersebut mungkin dipengaruhi oleh kurangnya resiliensi mahasiswa tersebut. Individu dengan resiliensi yang tinggi mampu beradaptasi dengan baik ketika menghadapi trauma, peristiwa yang kurang menyenangkan atau peristiwa yang dapat memicu stress lainnya sehingga tidak muncul distres yang tinggi (Azzahra, 2017).

Menurut Grotberg (dalam Hendriani, 2018) Resiliensi individu dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu *I Have, I am dan I can*. *I Have* merupakan pemaknaan individu terhadap besarnya pengaruh yang diberikan oleh lingkungan sosialnya. *I am* merupakan faktor yang berhubungan dengan kekuatan pribadi individu yang meliputi sikap, perasaan dan keyakinan pribadi/optimisme. *I can* berkaitan dengan sesuatu yang dapat dilakukan oleh individu yang berhubungan dengan keterampilan sosial dan interpersonal.

Faktor *I am* berpengaruh terhadap terbentuknya kepercayaan terhadap kemampuan yang dimiliki atau optimisme serta sikap bertanggung jawab terhadap perilaku serta konsekuensinya (Grotberg, dalam Hendriani, 2018). Individu dengan optimisme yang tinggi sangat berpengaruh terhadap pembentukan resiliensi. Menurut Taylor (dalam Ramadhani, 2008) optimisme dapat membantu individu menilai secara positif terhadap suatu kejadian yang menekan dengan memanfaatkan kemampuannya untuk menghadapi permasalahan tersebut.

Optimisme dapat berperan sebagai pembentukan resiliensi dimana individu dengan optimisme yang tinggi tidak akan mudah menyerah ketika dihadapkan suatu permasalahan. Optimisme yang dapat membentuk resiliensi seseorang juga berkaitan dengan rasa syukur dalam dirinya. Menurut Emmons dan McCullough (2004) individu yang mempunyai resiliensi yang baik maka akan memiliki rasa syukur atau rasa terima kasih sebagai pertahanan diri terhadap segala peristiwa.

Rasa bersyukur (*gratitude*) menurut Emmons dan McCullough, (2004) merupakan sesuatu hal yang selalu berhubungan dengan suatu kebaikan, kemurahan hati, keindahan memberi atau menerima sesuatu. Mahasiswa bidikmisi lekat kaitannya dengan rasa syukur dimana kehidupan mereka selalu dihadapkan dengan rintangan yang menjadikannya mereka harus menyadari apa yang terjadi untuk menjadi lebih kuat.

Rasa bersyukur merupakan hal yang termasuk dalam emosi positif dimana emosi positif merupakan selalu berkaitan dengan rasa menyenangkan dan membahagiakan. Emosi positif diduga merupakan suatu tanda kesejahteraan (*well-being*) dan pertanda *well-functioning* yaitu seseorang telah menjalankan fungsi-fungsi utama organisme misalnya untuk bertahan hidup, berkembang dan memperbaiki keturunan. Dalam temuan Fredrickson (dari *University of North Carolina at Chapel Hill*) yang diberinya nama "*The Broaden and Build Theory of Positive Emotions*" (Fredrickson, 2009). Teori ini mengatakan bahwa emosi positif memiliki fungsi penting dalam evolusi manusia menuju kebahagiaan yaitu dengan

menggerakkan manusia menginvestasikan sumber daya yang dimilikinya saat ini, membangun sesuatu yang lebih baik dan sesuatu yang akan sangat bernilai dimasa depan (Fredrickson, 2009).

Emosi positif mempunyai peran yang sangat penting yaitu menyempitkan atensi manusia supaya manusia fokus pada permasalahan yang dihadapinya, memperlebar perhatian dan membuka hati serta pikiran pada berbagai kemungkinan dan kesempatan yang mengundangnya untuk melakukan eksplorasi kreatif terhadap masalah. Hal tersebut disebut dengan *broadening* (Fredrickson, 2009). Emosi positif juga menggerakkan manusia untuk membangun sumber daya yang hasilnya akan membawa ke tingkat yang lebih baik dari pada sebelumnya.

Gratitude atau kebersyukuran merupakan bagaimana tentang membuka pandangan, menyadari berbagai kebaikan yang telah menghampiri kita dengan aneka ragam bahkan seharusnya kebaikan tersebut tidak pantas untuk kita. Individu yang penuh rasa bersyukur (*grateful personality*) tidak pernah larut dalam masa kekelaman akan berbagai hal yang belum tercapai pula, tetapi mereka senantiasa penuh sukacita akan sesuatu yang telah didapatkan. Berdasarkan penelitian tentang rasa bersyukur, syukur merupakan sikap batin (*state of mind, state of heart*) yang berefek membebaskan dan merupakan emosi positif yang sangat kuat. Sebagai emosi positif gratitude adalah suatu perasaan menyenangkan yang sangat khas dan berwujud rasa syukur ketika kita menerima kebaikan (*kindness, compassion, love*), manfaat, atau bantuan dari individu lain yang

seharusnya tidak pantas kita terima karena hal tersebut bukan upaya kita sendiri (Emmons & McCullough, 2004).

Peterson dan Seligman (2004) membedakan bersyukur menjadi dua jenis, yaitu personal dan transpersonal. Bersyukur personal adalah ungkapan rasa terima kasih secara mendalam terhadap seseorang yang telah membantu atau memberikan suatu kebaikan sehingga adanya diri mereka. Sementara bersyukur transpersonal adalah ungkapan terima kasih yang diungkapkan terhadap Tuhan, rasa terima kasih kepada kekuatan yang lebih tinggi dari dirinya, atau kepada dunianya atas apa yang telah dijalani dan didapatkan.

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa terdapat beberapa mahasiswa bidikmisi yang mempunyai permasalahan terkait resiliensi. Kebersyukuran mempunyai peran penting dalam menumbuhkan resiliensi mahasiswa bidikmisi. Pentingnya resiliensi bagi mahasiswa bidikmisi mendorong peneliti untuk melakukan penelitian dengan judul tersebut.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

- a. Manfaat teoritis : menambah referensi mengenai hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro sehingga dapat bermanfaat bagi dunia pendidikan khususnya untuk psikologi dibidang sosial dan klinis.
- b. Manfaat praktis : bagi praktisi pendidikan terutama Guru, sekolah, Dosen pihak Universitas serta mahasiswa sendiri mengenai hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro sehingga dapat memperbaiki rasa bersyukur terhadap apa yang dilalui serta meningkatkan resiliensi.