

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan sebutan bagi seorang individu yang sedang berada pada fase peralihan. Fase ini adalah manifestasi dari pertumbuhan dan perkembangan yang dialami oleh seorang manusia. Masa remaja adalah periode transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif dan sosial-emosional. Selain itu, masa remaja adalah masa dimana emosi sangat sering menampakkan diri bahkan untuk hal-hal yang sangat sepele (Widodo, 2016).

WHO membagi kurun usia remaja menjadi remaja awal usia 10-14 tahun dan remaja akhir usia 15-20 tahun. Namun menurut Santrock penetapan usia remaja dimulai dari usia dua belas (12) hingga dua puluh tiga (23) tahun (Widodo, 2016). Pada umumnya seseorang pada usia remaja akhir telah memasuki bangku perkuliahan dan menjadi mahasiswa.

Pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi, Menurut UU RI Nomor 12 tahun 2012 Mahasiswa mempunyai peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, sementara itu Perguruan Tinggi merupakan lembaga pendidikan yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan tinggi. Tujuan pendidikan tinggi dapat tercapai apabila Tri Dharma perguruan tinggi dapat

terlaksana, yaitu mampu menyelenggarakan pendidikan, melakukan penelitian dan melakukan pengabdian pada masyarakat (Wulan dan Abdullah, 2014).

Mahasiswa merupakan peserta didik yang menjalani pendidikan tinggi di sebuah universitas atau perguruan tinggi. Mahasiswa diharapkan tidak hanya menekuni ilmu dalam bidang akademik tetapi juga aktif dalam bidang non akademik untuk mengembangkan *soft skills* agar menjadi lulusan yang mandiri, penuh inisiatif, bekerja secara cermat, penuh tanggung jawab dan gigih. Implementasi dalam bidang akademik diperoleh dari proses belajar mengajar dalam perkuliahan, sedangkan bidang non akademik diperoleh melalui kegiatan organisasi kemahasiswaan yang bisa menampung hasrat mahasiswa dan sebagai media mengasah dalam mempertajam bakat dan minatnya sebagai keterampilan pendukung dalam kesuksesan hidup. Dalam aktivitas kesehariannya di kampus mahasiswa dihadapkan pada dua pilihan yaitu, mahasiswa yang hanya menggunakan waktunya untuk perkuliahan dan mahasiswa yang selain mengikuti perkuliahan juga menggunakan waktunya untuk pemenuhan bakat dan minat melalui organisasi kemahasiswaan (Meinarta dkk, 2014).

Aktivitas berorganisasi merupakan kegiatan yang dilakukan mahasiswa diluar jam belajar dalam rangka mengembangkan minat dan bakat yang dimiliki oleh mahasiswa. Organisasi tersebut diperlukan oleh mahasiswa sebagai wadah untuk mengembangkan dan mengasah kemampuan yang dimiliki (Basori, 2016).

Berdasarkan UU No.12 Tahun 2012 Pasal 77 Tentang Pendidikan Tinggi, organisasi kemahasiswaan merupakan organisasi intra perguruan tinggi yang memiliki fungsi (a) mewadahi kegiatan mahasiswa dalam mengembangkan bakat, minat dan potensi mahasiswa, (b) mengembangkan kreativitas, kepekaan, daya kritis, keberanian, kepemimpinan, serta rasa kebangsaan, (c) memenuhi kepentingan dan kesejahteraan mahasiswa dan (d) mengembangkan tanggung jawab sosial melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Meinarta dkk, 2014).

Organisasi kemahasiswaan di perguruan tinggi menimbulkan adanya perbedaan aktivitas mahasiswa berdasarkan kegiatan sehari-hari yang mereka lakukan, yaitu mahasiswa yang aktif dan tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan. Mahasiswa yang aktif dalam kegiatan organisasi kemahasiswaan merupakan mahasiswa yang tidak hanya mengikuti kegiatan perkuliahan tetapi juga meluangkan waktunya untuk mengikuti kegiatan organisasi kemahasiswaan. Mahasiswa yang aktif berorganisasi selain mengikuti kegiatan perkuliahan juga mengikuti kegiatan organisasi sehingga memerlukan pembagian waktu yang tepat agar keduanya bisa berjalan secara sinergis, sedangkan mahasiswa yang tidak aktif dalam organisasi kemahasiswaan merupakan mahasiswa yang hanya mengikuti kegiatan perkuliahan dan tidak aktif untuk kegiatan organisasi kemahasiswaan dan hanya berorientasi pada bidang akademik (Meinarta dkk, 2014).

Berdasarkan definisi mahasiswa yang aktif dan tidak aktif organisasi di atas, mahasiswa yang mengikuti organisasi dan hanya sekedar kuliah saja tentu masing-masing memiliki pengalaman yang berbeda-beda dan juga pernah menghadapi permasalahan yang menekan atau bisa menimbulkan *stres* sehingga dalam penyelesaian permasalahan mereka dapat dikatakan berbeda pula dan cara mengatasi masalah ini dapat disebut sebagai *strategi coping*.

Dodds (dalam Dewi, 2016) mengemukakan bahwa pada esensinya, *strategi coping* adalah *strategi* yang digunakan individu untuk melakukan penyesuaian antara sumber-sumber yang dimilikinya dengan tuntutan yang dibebankan lingkungan kepadanya. Secara spesifik, sumber-sumber yang memfasilitasi *coping* itu mencakup sumber-sumber personal yaitu karakteristik pribadi yang relatif stabil seperti *self-esteem* atau keterampilan sosial dan sumber-sumber lingkungan seperti dukungan sosial dan keluarga atau sumber *financial*. Friedman (2012) mengatakan bahwa *strategi coping* merupakan perilaku atau proses untuk adaptasi dalam menghadapi tekanan atau ancaman.

Lazarus dan Folkman (dalam Papalia, 2009) mengatakan orang secara sadar memilih strategi *coping* dengan dasar bagaimana mereka mempersepsikan dan menganalisis situasi. Hal yang termasuk *Coping* adalah seluruh hal yang dipikirkan atau dilakukan individu dalam upaya beradaptasi terhadap stres, terlepas dari berhasil atau tidaknya hal tersebut. Memilih Strategi yang sesuai membutuhkan penilaian yang berkelanjutan terhadap hubungan antara orang dan lingkungannya.

Papalia (2009) mengatakan strategi *coping* dapat terfokus pada masalah atau terfokus pada emosi. *Coping* terfokus pada masalah (*problem-focused-coping*), Melibatkan penggunaan strategi instrumental atau beorientasi pada tindakan untuk menghilangkan, mengatur atau meningkatkan kondisi penyebab stres. *Coping* terfokus pada emosi (*emotion-focused-coping*), kadang disebut *coping* meredakan (*palliative coping*), ditujukan agar “merasa lebih baik” dengan mengatur *respons* emosi pada situasi yang menimbulkan *stres* untuk meredakan akibat fisik dan psikologis. Salah satu strategi *coping* terfokus pada emosi adalah mengalihkan perhatian dari masalah, menyerah dan menyangkal bahwa ada masalah.

Safaria dan Saputra (2009) mengatakan Setelah memberikan penilaian primer dan sekunder, individu akan melakukan penilaian ulang (*re-appraisal*) yang akhirnya mengarah pada pemilihan strategi *coping* untuk menyelesaikan masalah yang sesuai dengan situasi yang dihadapinya. Keputusan pemilihan strategi *coping* dan *respons* yang dipakai individu untuk menghadapi situasi yang penuh tekanan tergantung dari dua faktor. Pertama, Faktor eksternal dan kedua, faktor internal. Faktor eksternal termasuk didalamnya adalah ingatan pengalaman dari berbagai situasi dan dukungan sosial, serta seluruh tekanan dari berbagai situasi yang penting dalam kehidupan. Faktor internal, termasuk didalamnya adalah gaya *coping* yang biasa dipakai seseorang dalam kehidupan sehari-hari dan kepribadian dari seseorang tersebut.

Setelah keputusan dibuat untuk menentukan strategi *coping* yang dipakai, dengan mempertimbangkan dari faktor eksternal dan internal, individu akan melakukan pemilihan strategi *coping* yang sesuai dengan situasi tekanan yang dihadapinya untuk penyelesaian masalah, ada dua strategi *coping* yang dapat dipakai, apakah strategi *coping* yang berfokus pada permasalahan ataupun pemilihan strategi *coping* untuk mengatur emosi. Kedua strategi *coping* tersebut dapat bertujuan untuk mereduksi ketegangan yang disebabkan oleh situasi tekanan dari lingkungan maupun dapat mengatur hal-hal negatif sehingga hasil dari proses *coping* tersebut dapat menciptakan berfungsinya kembali aktivitas yang biasa dilakukan oleh individu.

Safaria dan Saputra (2009) menyatakan ada tiga tahap komponen umum dalam proses stres dan *coping*, yaitu penilaian, emosi, dan *coping*. Pada konteks memberikan reaksi terhadap situasi penuh tekanan, penilaian (*appraisal*) akan menghasilkan emosi dan segera memberikan reaksi-reaksi emosi dalam berbagai bentuk. Berdasarkan perubahannya, emosi akan terpengaruh dan kemudian akan memberikan penilaian kembali (*re-appraisal*). Peristiwa ini merupakan proses yang berkesinambungan sehingga situasi yang dirasakan “ditemui” akan mempengaruhi keputusan yang diambil. Secara empiris akan sangat sulit sekali untuk dapat menangkap secara langsung hubungan di antara penilaian, *coping* serta emosi. Hal ini dikarenakan faktor-faktor yang mempengaruhi proses tersebut tidak dapat diamati dalam waktu yang singkat. Meskipun demikian, proses terjadinya *coping* memberikan bukti bahwa *coping* dapat memprediksikan emosi dan emosi dapat diprediksikan melalui *coping* (Mozkowitz dalam Safaria dan

Saputra, 2009). Kualitas yang akan dihasilkan dari hubungan tersebut tergantung pada beberapa faktor penting yang dimiliki respon *coping* tersebut dan bagaimana pengukuran tersebut dilakukan.

Menurut Lazarus & Folkman (dalam Wijayanti, 2016) *coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengatur kesenjangan persepsi situasi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. *Coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak yang ada antara tuntutan-tuntutan baik itu tuntutan yang berasal dari individu maupun tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber daya yang mereka gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull* (Lazarus & Folkman dalam Yenjeli, 2010).

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 5 september 2019 terhadap empat orang subjek mahasiswa Politeknik Negeri Padang ditemukan, dua orang yang aktif organisasi mengatakan cara menghadapi masalah dan tekanan yang dialaminya dengan cara mencari solusi terhadap permasalahan yang dihadapi ataupun dialami sehingga menemukan jalan keluar dari permasalahan yang dihadapi, cara lainnya dengan pergi ke pulau ataupun ke tempat wisata untuk mengatasi masalah yang dialami. Dua orang yang tidak aktif dalam organisasi menghadapi masalah dengan cara mencari kesibukan atau mengisi waktu luang dengan menyalurkan bakat maupun dengan hobi, untuk mengatasi masalah yang dialami.

Penelitian tentang strategi *coping*, pernah dilakukan oleh Widodo pada tahun 2016 dengan judul “Perbedaan Penggunaan *Strategi Coping* Antara Remaja Buta Total dan Remaja Kurang Lihat Di MTS Yaketunis Yogyakarta”.

Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Dinda Agustin Kusuma Dewi pada tahun 2016 dengan judul “Hubungan Kemandirian Dengan *Strategi Coping* Pada Siswa SMK 05 Samarinda”. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah perbedaan subjek, tempat dan waktu penelitian.

Berdasarkan fenomena yang telah dilakukan diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul perbedaan strategi *coping* pada mahasiswa yang aktif di organisasi dan yang tidak aktif di organisasi di Politeknik Negeri Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang terdapat pada latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini apakah ada perbedaan *strategi coping* pada mahasiswa yang aktif di organisasi dan yang tidak aktif di organisasi di Politeknik Negeri Padang.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah untuk menguji secara empiris perbedaan *strategi coping* pada mahasiswa yang aktif di organisasi dan yang tidak aktif di organisasi di Politeknik Negeri Padang.

D. Manfaat Penelitian

Pada penelitian ini, adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya keilmuan dalam bidang ilmu psikologi, khususnya Psikologi sosial.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman kepada mahasiswa yang belum mengikuti organisasi atau masih ragu-ragu untuk berorganisasi agar tidak perlu ragu dan berpikiran takut dalam mengikuti organisasi jika organisasi dapat mengganggu perkuliahan karena sering berlatih maka *strategi coping* nya akan baik sehingga mahasiswa semakin siap menghadapi tantangan untuk kedepannya.

b. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan keilmuan yang berkaitan dengan perbedaan *strategi coping* pada mahasiswa yang aktif di organisasi dan yang tidak aktif di organisasi dan dapat menjadi referensi dan bahan perbedaan bagi semua pihak untuk melakukan penelitian selanjutnya, terutama mengenai *strategi coping* dalam organisasi.