

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, mahasiswa merupakan individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi¹. Menurut Sarwono dalam Kurniati dan Baroroh, mahasiswa adalah setiap orang yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di Perguruan Tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun.² Selain itu menurut Muflihady dalam Ismail mahasiswa dianggap oleh masyarakat sebagai orang yang berpendidikan tinggi dibanding yang lain, mahasiswa juga mempunyai kedudukan sebagai penerus bangsa di masa yang akan datang. Sehingga mereka yakin bahwa mahasiswa mampu menyampaikan aspirasi sebagai bentuk hatinya, mampu menjadi pelopor masyarakat untuk memberikan perubahan yang berdampak positif dan membangun kehidupan masyarakat dengan pemikiran dan ide-ide baru yang kreatif.³ Jadi peran mahasiswa bukan hanya mengikuti pembelajaran dibangku perkuliahan, mencari bahan untuk diskusi dan presentasi, akan tetapi peran mahasiswa juga tidak akan lepas setelah menjadi sarjana.

Kontribusi mahasiswa sangat diperlukan dalam masyarakat, ada beberapa peran penting mahasiswa dalam masyarakat yaitu (1) Agent of change, sebagai agent of change mahasiswa menjadi penggagas perubahan dan menjadi objek dari perubahan tersebut. (2) Social Control, mahasiswa menjadi partisipan aktif dengan masyarakat dengan mengemukakan ide

¹ Budiwiyanto Adi, 'Arti Kata Mahasiswa', 2023 <<https://kbbi.web.id/mahasiswa>>.

² Kurniati Juliana, Baroroh, 'Literasi Media Digital Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Bengkulu', *Jurnal Komunikator*, Vol. 8 No. (2016), 4.

³ Martadinata Arnan, 'Peran Mahasiswa Dalam Pembangunan Di Indonesia', *Jurnal Humaniora*, Vol.2 No.1 (2019), 3.

ide yang logis dan menjadi jembatan antara masyarakat dan pemerintah. (3) Iron Stock, mahasiswa dapat menjadi generasi penerus yang tangguh. (4) Moral Force, mahasiswa dituntut untuk mempunyai akhlak yang baik, karena mahasiswa berperan sebagai teladan di dalam masyarakat.⁴

Mahasiswa tingkat akhir atau dewasa awal yang berada dalam rentang usia 18-25 tahun, menurut Desmita masa awal dewasa adalah masa dunia sosial dan personal dari individu menjadi lebih luas dan kompleks, kemampuan kognitif yang terus berkembang selama masa dewasa, memiliki kekuatan yang terbesar, gerak reflek yang sangat cepat, kemampuan reproduktifitas berada di tingkat yang paling tinggi, dan kondisi kesehatan fisik mencapai puncaknya. Selama periode ini individu melibatkan diri secara khusus dalam pendidikan di Perguruan Tinggi, karir, pernikahan, dan hidup berkeluarga.⁵

Generasi penerus bangsa saat ini ada di tangan anak muda, dengan kata lain mahasiswa mempunyai pressure atau beban guna meneruskan pemimpin bangsa, jauh dari kata tersebut mahasiswa mempunyai masalahnya tersendiri. Mahasiswa akhir yang memiliki sebuah target untuk menyelesaikan studinya untuk membanggakan orang tua dan menggapai cita citanya, namun bagaimana jika mahasiswa yang susah untuk menyelesaikan masalahnya dan tidak bisa mengubah masalah tersebut sebagai tantangan yang harus dihadapi. Sebagaimana penelitian yang dilakukan oleh Etika dan Hasibuan bahwa mahasiswa menyimpan banyak masalah seperti kurangnya motivasi, terkendala finansial, berkurangnya waktu istirahat, rasa malas mengerjakan skripsi, kehilangan nafsu makan, permasalahan dengan dosen pembimbing yang kadang susah

⁴ Cahyono Habib, 'Peran Mahasiswa Di Masyarakat', *Jurnal Pengabdian Masyarakat Setiabudhi*, Vol. 1 No. (2019), 4.

⁵ Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2012)

untuk ditemui, ketakutan akan lapangan pekerjaan setelah lulus nanti, dan tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi.⁶ Perlunya pemahaman lebih kepada mahasiswa supaya mampu menggunakan kecerdasannya untuk mengolah masalah menjadi tantangan yang harus diselesaikan.

Penelitian yang dilakukan oleh Husni, menyatakan bahwa mahasiswa akhir yang mempunyai banyak problematic dalam hal kelulusan membuat kecemasan yang berlebih pada mahasiswa, hal tersebut terjadi karena kurangnya dukungan dan support serta terdapat beberapa faktor yang menghambat mahasiswa untuk menyelesaikan tugasnya. Dari banyaknya faktor penghambat masalah yang sering terjadi adalah kurangnya kesiapan dan kesulitan dalam menyusun skripsi, sulit untuk menuangkan ide dalam naskah skripsi, malas untuk membaca, biaya yang tak sedikit, kurangnya kemampuan berpikir inisitaif untuk mengerjakan tugas tersebut, dosen penguji yang terkenal sulit membuat mahasiswa ketakutan sebelum ujian berlangsung, syarat kelulusan yang harus melewati tahapan-tahapan sulit, deadline penulisan skripsi, batas akhir pendaftaran ujian, tuntutan orang tua untuk segera menyelesaikan studinya, dan belum jelasnya lapangan pekerjaan yang akan di tuju.⁷

Di era yang modern ini banyak orang yang sudah paham mengenai mental, kesehatan mental, dan gangguan mental yang membuat mereka lebih aware terhadap keadaan mentalnya sendiri. Namun ternyata kesadaran mental sudah ada sejak zaman dahulu, tepatnya di zaman primitif yang meyakini bahwa orang yang mengalami gangguan mental

⁶ Etika Nur, 'Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi', *Jurnal KOPASTA*, Vol. 3 No. (2016), 41

⁷ Wakhyudin Husni, 'Analisis Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi', *Jurnal Ilmiah Pendidikan*, Vol.1 No.1 (2020), 17.

dikarenakan dewa yang sedang marah dan membawa jiwanya, sehingga mereka yakin dengan memberikan persembahan untuk roh dapat menghilangkan gangguan jiwa. Kemudian ke zaman Hipocrates yang memandang gangguan jiwa akibat alam yang bukan pengaruh roh. Hingga ke zaman modern saat ini yang sudah bergeser dari faham tradisional kearah yang rasional.⁸

Kata mental diambil dari bahasa Latin yaitu mens atau mentis yang artinya roh, sukma, jiwa atau nyawa. Dalam bahasa Yunani pengertiannya sama dengan psyche dalam bahasa latin yang berarti psikis, jiwa atau kejiwaan. Menurut KBBI mental merupakan suatu hal yang bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga.⁹ Menurut James Draver dalam Rame Soekarsono di bukunya yang berjudul *A Dictionary of Pyschology* memaknai mental dengan “reverting to the mind” yang merupakan sesuatu yang berhubungan dengan pikiran atau pikiran itu sendiri.¹⁰ Jadi dapat disimpulkan bahwa mental adalah hal yang ada di dalam diri individu yang berkaitan dengan kejiwaan yang dapat mendorong perilaku dan membentuk kepribadian, dari pemikiran yang rasional dan sehat akan menimbulkan perilaku yang juga sehat.

Dalam perkembangan seseorang mental merupakan hal yang melekat dalam kehidupan dan dari Kesehatan mental dapat merujuk pada Kesehatan seluruh aspek baik dari fisik maupun psikis. Menurut Diana dalam Jalaluddin mengatakan orang yang sehat mentalnya adalah orang yang dalam ruhani atau dalam hatinya selalu merasa tenang, aman, dan

⁸ Fakhriyani Diana, *Kesehatan Mental* (Pamekasan: Duta Media Publishing, 2017).

⁹ ‘Arti Kata Mental’, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, 2023
<<https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mental>>.

¹⁰ Soekarsono Rame, ‘Merubah Mindset ASN Menjadi Disruptive Mindset Sebagai Faktor Penentu Suksesnya Implementasi Industri 4.0’, *Institut Ilmu Sosial Dan Manajemen*, Vol. 6 No. (2019), 69.

tenteram.¹¹ Konsep mental health mencakup kesejahteraan subjektif, self efficacy yang dirasakan, otonomi, kompetensi, ketergantungan antargenerasi dan kemampuan untuk mewujudkan potensi intelektual dan emosional seseorang. Hal ini juga telah diartikan sebagai keadaan sejahtera dimana seseorang mengetahui bakat mereka, mampu meringankan tekanan hidup yang normal, bekerja secara produktif dan bermanfaat, serta memberikan kontribusi kepada komunitas mereka. Bisa ditarik kesimpulan mental sangat berkaitan dengan batin seseorang, dengan selalu mengeluarkan aura positif dapat membuat mental yang sehat, menurut peneliti mental merupakan sebuah tindakan yang dapat dipengaruhi.

Sebagai mahasiswa yang mengharuskan mampu untuk menyelesaikan masalahnya, mereka juga harus memiliki mental agility yang dibutuhkan bukan hanya dalam pekerjaan, tetapi dalam hal sehari hari. Mental agility berkaitan erat dengan mental, mental agility yang berarti kemampuan berpikir seseorang untuk memecahkan masalah yang dihadapinya. Mental agility bukan hanya kemampuan problem solving melainkan kemampuannya dalam berpikir kreatif dan solutif. Dalam buku mindset matters “when you’re mentally agile, you’ll be comfortable with complexity. You’ll be effective at thinking on your feet and solving problems”. Ketika kita sudah menguasai mental agility kita akan gampang dalam menyelesaikan masalah dan berpikir efektif untuk memecahkan masalah.¹²

Mental agility berkaitan dengan mahasiswa dan sangat diperlukan pada setiap individu, mental agility akan membantu kita bagaimana cara

¹¹ Diana.

¹² Roberts Leight Gemma, *Mindset Matters Developing Mental Agility and Resilience To Thrive In Uncertainty* (United States: Kogan Page Limited, 2022).

memecahkan masalah dengan berfikir solutif dan inovatif, hal inilah yang diperlukan mahasiswa untuk menyiapkan kelulusan dan menjadi bekal untuk menyiapkan dalam dunia pekerjaan. Mental agility yang ada pada setiap individu harus dikembangkan agar kemampuannya bisa berkembang.

Adversity quotient atau yang lebih kita kenal AQ merupakan kemampuan ketahanan yang harus dimiliki oleh mahasiswa bahkan setiap individu dalam mengatasi dan mengolah masalah menjadi sebuah tantangan yang harus dihadapi dan diselesaikan. Adversity Quotient berkaitan dengan Emotional Quotient (EQ) dan Intelligence Quotient (IQ).¹³

Dalam mental agility terdapat lima indikator seseorang yang mempunyai mental agility, yaitu accept the situation adalah seseorang yang dapat menerima situasi atau keadaan ketika melakukan sesuatu, stop and think yaitu dapat memberikan ruang dan waktu sebelum melakukan sesuatu, get creative adalah seseorang yang dapat berpikir kreatif dan solutif, have a growth mindset adalah seseorang yang mampu mengembangkan pola pikir untuk mengatasi tantangan, dan focus on support yaitu seseorang yang dapat membangun support network, dan beradaptasi dengan lingkungan sosialnya.¹⁴

Sebagaimana hasil wawancara dengan mahasiswa akhir Fakultas Dakwah UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten terhadap WW, DA, SN, DK, AW, dan NF yang sedang menyelesaikan tugas akhirnya, bahwa

¹³ Paul G Stoltz, *Adversity Quotient (Mengubah Hambatan Menjadi Peluang)* (Jakarta: PT Grasindo, 2020).

¹⁴ Roberts Leight Gemma, 'Mental Agility: The Skill of 2021', 2021.

terdapat satu dari enam mahasiswa yang tidak dapat menerima situasi atau keadaan ketika mengerjakan skripsi, terdapat empat dari enam mahasiswa yang tidak dapat memberi ruang dan waktu sebelum melakukan sesuatu, kemudian terdapat satu dari enam mahasiswa yang tidak mampu mengatasi masalah dengan kreatif dan solutif, terdapat dua dari enam mahasiswa yang sulit untuk mengembangkan pola pikir untuk mengatasi tantangan, dan satu dari enam mahasiswa yang tidak dapat membangun support network dan bersosialisasi dengan sekitarnya.¹⁵ Berdasarkan wawancara peneliti diatas dapat diputuskan bahwa mahasiswa mempunyai permasalahan dalam mental agility.

Hal ini diperkuat dengan penjelasan dosen yang ada di ruang lingkup Fakultas Dakwah. Menurut salah seorang dosen dari program studi Komunikasi dan Penyiaran Islam bapak Muhibuddin, banyak mahasiswa yang terpolarisasi dengan lingkungannya, pola pikir yang membatasi diri yang tidak ingin direpotkan dengan statement “ yang penting saya lulus”, serta kemampuan membaca yang rendah pada mahasiswa mengakibatkan kurangnya inovasi dalam membuat skripsi.¹⁶ Pernyataan lainnya juga dikemukakan oleh seorang dosen program studi Bimbingan dan Konseling Islam ibu Maya Aufah, terdapat beberapa mahasiswa yang belum mempunyai kemampuan memecahkan masalah, mereka susah untuk bangkit dan semangat, namun terdapat beberapa mahasiswa yang mau semangat untuk menyelesaikan skripsinya.¹⁷ Pernyataan terakhir disampaikan oleh salah seorang dosen

¹⁵ WW, DA, SN, DK, AW, NF, Mahasiwa Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Diwawancarai oleh peneliti via telepon, 09 Agustus 2023

¹⁶ Muhibuddin, Dosen Jurusan Komunikasi dan Penyiaran Islam. Diwawancarai oleh peneliti di Kampus 2 UIN SMH Banten, 14 Agustus 2023

¹⁷ Maya Aufa, Dosen Jurusan Bimbingan dan Konseling Islam. Diwawancarai oleh peneliti di Kampus 2 UIN SMH Banten, 14 Agustus 2023

program studi Pengembangan Masyarakat Islam bapak Gian Nova, menurutnya mahasiswa sudah cukup kreatif dalam menghadapi masalah, namun masih terdapat beberapa juga yang menunggu masukan dari dosen pembimbingnya, banyak juga mahasiswa yang percaya diri terhadap skripsinya karena melihat hasil skripsi seniornya, padahal hasil karya yang mereka lihat tidak sesuai dengan apa yang mereka pilih, serta mahasiswa perlu diberikan banyak dorongan agar mereka berinovasi atas karyanya sendiri.¹⁸

Dengan penjelasan tersebut mental agility berhubungan dengan mahasiswa dan AQ, adversity quotient dan mental agility mempunyai persamaan dalam menyelesaikan masalah, yang mengharuskan mahasiswa untuk berpikir kritis, kreatif, serta solutif. Dengan bantuan mental agility dan adversity quotient inilah dapat membantu mahasiswa memecahkan masalahnya. Adversity Quotient membantu mengemukakan masalah dan mental agility menguatkan untuk menghadapi masalah dengan berfikir kreatif dan solutif. Inilah hal yang harus setiap mahasiswa punya untuk bekal menuju dunia pekerjaan yang lebih keras. Dari permasalahan yang telah dipaparkan diawal, peneliti tertarik untuk melihat adakah pengaruh antara mental agility dan adversity quotient pada mahasiswa akhir di Fakultas Dakwah.

B. Identifikasi Masalah

1. Masih terdapat mahasiswa yang belum memahami mengenai *mental agility*.
2. Terdapat beberapa mahasiswa yang belum bisa menerima situasi.

¹⁸ Gian Nova, Dosen Jurusan Pengembangan Masyarakat Islam. Diwawancarai oleh peneliti di kampus 2 UIN SMH Banten, 14 Agustus 2023

3. Terdapat beberapa mahasiswa yang belum bisa memberi ruang dan waktu sebelum melakukan sesuatu.
4. Terdapat beberapa mahasiswa yang belum bisa berfikir kreatif.
5. Terdapat beberapa mahasiswa yang belum mampu untuk mengembangkan pola pikir.
6. Terdapat beberapa mahasiswa yang belum bisa membangun *support network* dengan lingkungannya.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

Dari identifikasi masalah yang sudah peneliti ambil diatas tadi tidak semuanya bisa kita teliti, maka dari itu kita batasi permasalahan menjadi pengaruh *adversity quotient* terhadap *mental agility* pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten. Dan dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah *adversity quotient* berpengaruh terhadap *mental agility* pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten?”

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh *adversity quotient* terhadap *mental agility* pada mahasiswa akhir Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Sultan Maulana Hasanuddin Banten.

E. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan untuk

pengembangan program studi Bimbingan Konseling Islam, juga dapat menjadi sebuah pengetahuan dan pengalaman mengenai masalah yang diteliti.

2. Berbagi informasi untuk penelitian di masa yang akan datang dan dapat menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi Program Studi

Menambah wawasan keilmuan dalam program studi Bimbingan Konseling Islam dalam hal meningkatkan *Mental Agility* dan pengetahuan tentang *adversity quotient*.

2. Bagi Peneliti

Penulis akan mendapatkan pengetahuan, wawasan dan pengalaman sertameningkatkan kualitas keilmuan .

3. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa dapat lebih memahami apa itu *Mental Agility* dan peningkatannya pada diri sendiri dalam persiapan menghadapi masa depan yang akan datang.

F. Definisi Operasional

1. *Adversity Quotient*

Menurut Stoltz dalam bukunya menjelaskan bahwa *Adversity Quotient* merupakan kekuatan atau daya juang dalam menghadapi masalah atau kesulitan serta mengelola respon tersebut dan kemampuannya untuk bertahan sebagai tantangan yang harus dipecahkan. Empat atribut atau dimensi dasar yang akan menghasilkan

kinerja dan potensi *Adversity Quotient*, yaitu *Control, Origin-Ownership, Reach, Endurance* yang biasa disebut dengan CO2RE.¹⁹

2. *Mental Agility*

Menurut Roberts dalam bukunya, *mental agility* merupakan kemampuan berpikir seseorang tentang bagaimana cara memecahkan masalah dengan ide dan konsep baru yang membantu dalam menemukan solusi baru dan inovatif. Adapun indikator orang yang mempunyai *mental agility* yaitu, *accept the situation, stop and think, get creative, have a growth mindset*, dan *focus on support*.²⁰

3. Dewasa Awal

Menurut Desmita masa dewasa awal yaitu masa antara usia 18-25 tahun, pada masa tersebut dunia sosial dan pribadi menjadi lebih kompleks dibandingkan dengan masa-masa sebelumnya, kemampuan kognitif yang terus berkembang selama masa dewasa, dan kondisi kesehatan fisik yang mencapai puncaknya. Dalam periode ini mereka melibatkan diri secara khusus dalam pendidikan di Perguruan Tinggi, dunia karir, pernikahan, serta hidup berkeluarga .²¹

¹⁹ Stoltz.

²⁰ Gemma, 'Mental Agility: The Skill of 2021'.

²¹ Desmita.