

Resiliensi Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo di Masa Pandemi Covid-19

Amalia Rizki Pautina¹, Irvan Usman², Mohamad Rizal Pautina³

¹ IAIN Sultan Amai Gorontalo, ^{2,3}Universitas Negeri Gorontalo

Email: liapautina@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *resiliensi* mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo di masa pandemi covid-19. Jenis penelitian menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo sejumlah 2.309 mahasiswa dengan sampel sejumlah 231 mahasiswa. Pengumpulan data menggunakan instrumen *resiliensi* yang dianalisis dengan menggunakan rumus distribusi frekuensi dan presentase. Hasil penelitian menunjukkan gambaran resiliensi mahasiswa FIP UNG yaitu: 32% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 60% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 8% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG memiliki *resiliensi* dalam kategori sedang dimana mahasiswa sudah Memiliki regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian yang cukup. Namun jika dilihat secara spesifik, terdapat 2 indikator yang perlu ditingkatkan yaitu efikasi diri dan regulasi emosi.

Kata Kunci: *Resiliensi, Pandemi Covid-19, Mahasiswa*

ABSTRACT

This research aims to find out the picture of student resilience of the Faculty of Education, Gorontalo State University in the covid-19 pandemic. This type of research uses quantitative descriptive research. The population in this study was a student of the Faculty of Education of Gorontalo State University with a total of 2,309 students with a sample of 231 students. Data collection uses resilience instruments that are analyzed using frequency and percentage distribution formulas. The results showed a picture of resilience of FIP UNG students, namely: 32% of students have resilience in high categories, 60% of students have resilience in moderate categories, and 8% of students have resilience in low categories. This illustrates that students of the Faculty of Education UNG have resilience in the moderate category where students already have emotional regulation, control of impulses, optimism, the ability to analyze problems, empathy, self-efficacy and sufficient achievement. But if you look specifically, there are 2 indicators that need to be improved, namely self-efficacy and emotional regulation.

Keywords: *Resilience, Covid-19 Pandemic, Students*

PENDAHULUAN

Permasalahan dan tantangan serta kesulitan merupakan fenomena hidup yang tidak bisa dihindari. Reaksi setiap individu terhadap berbagai tantangan atau permasalahan dalam hidup ternyata berbeda-beda. Perbedaan reaksi ini ternyata disebabkan oleh cara pandang yang berbeda terhadap permasalahan yang ada. Salah satu faktor yang mempengaruhi perbedaan itu adalah resiliensi. Resiliensi didefinisikan sebagai kemampuan beradaptasi terhadap situasi-situasi yang sulit dalam kehidupan (Reivich & Shatte, 2002).

Transisi seseorang dari sekolah menengah atas kemudian masuk ke kampus atau menjadi seorang mahasiswa dapat menimbulkan stres bagi individu (Santrock, 2007). Transisi ini menyebabkan mahasiswa mengalami perubahan kebiasaan, yaitu berupa perbedaan cara berbahasa, gaya berpakaian, makanan dan kebiasaan makan, relasi interpersonal kondisi cuaca (iklim), waktu belajar, makan dan tidur, tingkah laku pria dan Wanita (Indriani, dalam Handayani & Yuca, 2018).

Memasuki kuliah mendatangkan perubahan hidup individu. Biasanya perubahan dialami paling sering di tahun pertama kuliah ketika memasuki perguruan tinggi. Masalah perubahan ini disebut dengan *top-dog phenomenon*, yaitu pergeseran posisi

sebagai siswa senior di Sekolah Menengah Atas (SMA) menjadi mahasiswa baru (junior) di Perguruan Tinggi (Santrock, 2007). Selain itu, perbedaan sifat pendidikan yang dilihat dari kurikulum, disiplin, hubungan antara dosen dengan mahasiswa, penyesuaian dalam hubungan sosial, masalah ekonomi serta pemilihan bidang studi dan jurusan, perubahan gaya hidup perubahan gaya belajar dari Sekolah Menengah Atas (SMA) ke Perguruan Tinggi, tugas-tugas perkuliahan, target pencapaian nilai dan problem-problem akademik lainnya menjadi penyebab kesulitan mahasiswa dalam tahun pertama perkuliahannya (Gunarsa & Gunarsa, 2000; Santrock, 2003). Hal ini terkait dengan penyesuaian yang merupakan masalah yang harus dihadapi individu ketika memasuki dunia kuliah.

Greenberg secara khusus merangkum *stressor* yang ada pada mahasiswa (yang memasuki perkuliahan setelah lulus sekolah menengah atas), yaitu: perubahan gaya hidup, nilai, jumlah mata kuliah yang diambil, masalah pertemanan, cinta, rasa malu, dan kecemburuan (Silalahi, 2010). Murphy dan Archer (Duffy & Atwater, 2005) menambahkan bahwa persaingan antar mahasiswa yang tinggi merupakan salah satu pemicu stres bagi mahasiswa. Stres yang dialami oleh mahasiswa memberikan dampak yang negatif pada kondisi fisik dan psikis.

Dampak tersebut dapat berupa interpersonal, intrapersonal, akademik dan lingkungan (Ross dkk, dalam Musabiq dan Karimah, 2018). Untuk mengatasi hal tersebut maka setiap mahasiswa harus bisa menjadi *resilien*, yaitu dapat bangkit, berdiri di atas penderitaan, dan memperbaiki kekecewaan yang dihadapinya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 10 mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo pada tanggal 4 September 2020 menyatakan bahwa terdapat beberapa kesulitan yang dihadapi oleh beberapa mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan kuliah sehingga memerlukan penyesuaian untuk menghadapi kesulitan yang dialami. Adapun kesulitan yang diungkapkan oleh beberapa mahasiswa yakni sulit mengikuti jadwal kuliah yang padat, mudah kecewa ketika yang direncanakan berbeda dengan yang diharapkan. Beberapa mahasiswa juga

mengungkapkan sulitnya menjalin komunikasi dengan orang yang baru dikenal dan tidak mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus dan tempat tinggal.

Fenomena yang ditampakkan oleh beberapa mahasiswa tersebut merupakan gejala kurangnya *resiliensi* di kalangan mahasiswa. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Purnamasari, Aryansyah & Sari (2020) dalam hasil penelitiannya dimana mahasiswa yang rendah *resiliensinya* menunjukkan gejala cenderung gelisah dalam menghadapi masalah-masalah selama melakukan proses pembelajaran dari rumah, masih belum mampu menganalisa dengan baik masalah tersebut, dan memiliki rasa empati yang rendah dengan lingkungan. Oleh karena itu perlu dilakukan analisis tentang *resiliensi* mahasiswa khususnya di Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo guna mengetahui tingkat *resiliensi* mahasiswa dimasa pandemi covid-19.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif kuantitatif. Adapun desain dalam penelitian ini adalah desain satu variabel yaitu *resiliensi* mahasiswa. Penelitian ini akan mendeskripsikan *resiliensi* mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri

Gorontalo di masa pandemi covid-19 yang akan terungkap lewat hasil pengolahan data instrumen secara statistik. Populasi dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo sejumlah 2.309 mahasiswa. Teknik penentuan sampel adalah *simple random sampling* dimana jika besarnya sampel 10% sampai dengan 25% jika

populasinya lebih dari 100, apabila kurang maka diambil keseluruhan populasi. Karena populasi lebih dari seratus, maka sampel dalam penelitian ini yaitu 231 mahasiswa diambil dari 10% dari 2.309 mahasiswa. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik deskriptif dengan menggunakan statistik perhitungan persentase (%).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian menunjukkan gambaran resiliensi mahasiswa FIP UNG yaitu: 32% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 60% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 8% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah. Secara rinci diuraikan pada hasil perolehan masing-masing jurusan yaitu: resiliensi mahasiswa Jurusan Bimbingan dan Konseling (BK) menunjukkan 36% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 57% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 7% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah.

Gambaran resiliensi mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar (PGSD) menunjukkan 32% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 62% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 6% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah. Gambaran resiliensi mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini (PGPAUD) menunjukkan 27,5% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 62,5% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 10% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah. Gambaran resiliensi mahasiswa Jurusan Manajemen Pendidikan (MP) menunjukkan 30% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 60% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 10% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah. Gambaran resiliensi mahasiswa Jurusan Pendidikan Luar Sekolah (PLS) menunjukkan 27,3% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori tinggi, 63,6% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan 9,1% mahasiswa memiliki resiliensi pada kategori rendah..

Tabel 1 Gambaran Resiliensi Mahasiswa FIP UNG

Norma	Interval Skor	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X \geq \bar{X} + 0.5 SD$	≥ 70	Tinggi	75	32%
$X \geq \bar{X} - SD$	58 – 69	Sedang	138	60%
$X \leq \bar{X} - SD$	≥ 57	Rendah	18	8%
Jumlah			231	100%

Tabel 2 Gambaran Resiliensi Mahasiswa Setiap Jurusan di FIP UNG

Kelas	Kriteria	Interval	Frekuensi	Persentase
BK	Tinggi	≥ 70	36	36%
	Sedang	58 - 69	57	57%
	Rendah	≥ 57	7	7%
PGSD	Tinggi	≥ 70	13	32%
	Sedang	58 - 69	25	62%
	Rendah	≥ 57	2	6%
PGPAUD	Tinggi	≥ 70	11	27,5%
	Sedang	58 - 69	25	62,5%
	Rendah	≥ 57	4	10%
MP	Tinggi	≥ 70	12	30%
	Sedang	58 - 69	24	60%
	Rendah	≥ 57	4	10%
PLS	Tinggi	≥ 70	3	27,3%
	Sedang	58 - 69	7	63,6%
	Rendah	≥ 57	1	9,1%

2. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata resiliensi Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG adalah 67,15%. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG memiliki *resiliensi* dalam kategori sedang dimana mahasiswa sudah Memiliki regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian yang cukup.

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bangkit kembali dari tekanan hidup, belajar dan mencari elemen positif dari lingkungannya, untuk membantu mencapai kesuksesan melalui proses adaptasi dengan segala keadaan dan mengembangkan seluruh kemampuannya, meski berada dalam kondisi hidup tertekan, baik secara eksternal maupun internal.

Resiliensi pada prinsipnya adalah sebuah proses yang dinamis, yaitu mengalami perkembangan yang berlangsung

secara terus menerus sesuai dengan tahapan perkembangan individu dan dipengaruhi oleh beberapa faktor. Jika *resiliensi* mahasiswa baik, maka mahasiswa akan mempunyai ketahanan dan kemampuan beradaptasi dengan segala keadaan. Sebaliknya jika *resiliensi* yang terbentuk adalah kurang baik atau rendah, maka mahasiswa tidak akan memiliki ketahanan dan kemampuan beradaptasi dengan segala keadaan.

Perkuliahan di masa pandemi covid 19 cenderung mengharuskan mahasiswa tetap produktif meski dengan ruang gerak yang terbatas. Kondisi ini apabila terus menerus dialami oleh mahasiswa, dapat menyebabkan mahasiswa tertekan dan bahkan mengalami stress berat. Hal inilah yang membuat mahasiswa banyak yang kehilangan pertahanan, sehingga timbul berbagai macam keluhan seperti : banyaknya tugas dengan fasilitas terbatas, mahalnya kuota internet, koneksi internet yang lambat/hilang atau bahkan kebosanan berada di rumah saja karena mereka biasanya aktif beraktivitas di luar.

Kondisi ini cenderung memicu menurunnya kemampuan *resiliensi* mahasiswa ditambah lagi pandemi covid-19 belum bisa dipastikan kapan akan berakhir. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salim & Fakhurrozi (2020) bahwa mahasiswa yang memiliki *resiliensi*

yang tinggi akan memiliki efikasi diri akademik yang tinggi pula sehingga membuat mahasiswa optimis dan memiliki keyakinan yang kuat bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik, sehingga dapat meminimalisir stres yang dialami berdasarkan tekanan akademik yang dialami. Selain itu Septiani & Fitria (2016) juga mengemukakan bahwa individu yang memiliki kemampuan *resiliensi* yang baik cenderung tidak mudah *stress* sementara individu yang memiliki kemampuan *resiliensi* kurang baik cenderung lebih mudah *stress*.

Dari hasil penelitian indikator yang paling rendah adalah efikasi diri, artinya mahasiswa cenderung pesimis dengan kemampuannya dalam beradaptasi dengan situasi pandemi covid-19. Aspek ini perlu ditingkatkan, karena dalam situasi seperti ini keyakinan terhadap kemampuan diri sangat penting bagi mereka agar mereka percaya diri dan optimis meskipun berada dalam tekanan.

Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi akan memiliki keyakinan yang kuat dan tidak mudah menyerah. Seperti yang dikemukakan oleh Mawaddah (2019) bahwa individu yang memiliki efikasi diri yang baik cenderung gigih dan menyukai tantangan, serta mampu menyelesaikan tugas-tugasnya dengan baik meskipun berada dalam tekanan. Sehingga kemampuan efikasi diri perlu ditingkatkan pada mahasiswa FIP UNG, agar

mahasiswa mampu beradaptasi dan tetap produktif meskipun berada pada situasi yang penuh tekanan. Harapannya ketika mahasiswa mengalami kesulitan dan hambatan selama proses belajar dari rumah serta situasi apapun selama masa pandemi covid-19, dapat diatasi dengan baik.

Indikator paling rendah yang kedua adalah kemampuan regulasi emosi artinya mahasiswa FIP UNG belum mampu mengontrol emosinya dengan baik sehingga yang muncul justru emosi negatif akibatnya mahasiswa cenderung gelisah dan mudah stress

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh rata-rata resiliensi Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG adalah 67,15%. Hal ini menggambarkan bahwa mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan UNG memiliki *resiliensi* dalam kategori sedang dimana mahasiswa

ketika mendapat tekanan dan kesulitan pada saat melakukan perkuliahan dimasa pandemi covid-19.

Mahasiswa hendaknya memiliki kemampuan regulasi emosi yang baik sehingga mampu mengontrol dan mengendalikan emosinya dengan tepat sehingga yang muncul adalah emosi positif. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Buana (2020) individu dapat beradaptasi dalam situasi traumatis dengan baik apabila memiliki emosi positif.

sudah Memiliki regulasi emosi, kontrol terhadap impuls, optimisme, kemampuan menganalisis masalah, empati, efikasi diri dan pencapaian yang cukup. Namun jika dilihat secara spesifik, terdapat 2 indikator yang perlu ditingkatkan yaitu efikasi diri dan regulasi emosi.

DAFTAR PUSTAKA

- Buana, D.R. 2020. Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. Salam: Jurnal Sosial dan Budaya Syar-i. Vol. 7, No. 3
- Duffy, K.G & Atwater, E. 2005. The Psychology of Health, Illness and Medical Care. Pacific Grove, California: Brooks/Core Publishing Company.

- Gunarsa, S.D & Gunarsa, Y.S. 2000. Psikologi Praktis: Anak, Remaja, dan Keluarga. Jakarta: Gunung Mulia.
- Handayani, G.P & Yuca, V. 2018. Fenomena *Culture Shock* Pada Mahasiswa Perantauan Tingkat 1 Universitas Negeri Padang. Jurnal Konseling dan Pendidikan. Vol. 6, No. 3.
- Mawadah, H. 2019. Analisis Efikasi Diri pada Mahasiswa Psikologi Unimal. Jurnal Psikologi Terapan. Vol. 2 no. 2

- Musabiq, A.S & Karimah, I. 2018. Gambaran Stres dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Jurnal InSight*, Vo. 20, No. 2
- Purnamasari, S., Aryansyah, J.E., & Sari, K. 2020. *Resiliensi* Mahasiswa dalam Menghadapi Pandemi Covid 19 dan Implikasinya terhadap Proses Pembelajaran. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*. Vol. 9, No. 1
- Reivich, K & Shatte, A. 2002. *The Resilience Factor: 7 Essential Skill For Overcoming Life's Inevitable Obstacle*. New York: Broadway Books.
- Salim, F. & Fakhurrozi, M. 2020. Efikasi Diri Akademik dan Resiliensi pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi*. Vol. 16, No. 2
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence: Perkembangan Remaja* (ed. 6). Jakarta: Erlangga.
- Septiani, T. & Fitria, N. 2016. Hubungan Antara Resiliensi dengan Stres pada Mahasiswa Sekolah Tinggi Kedinasan. *Jurnal Penelitian Psikologi*. Vol. 7, No. 2
- Silalahi, N. 2010. *Gambaran Stres Pada Mahasiswa Tahun Pertama Fakultas Kedokteran Universitas Sumatra Utara*; Universitas Sumatra Utara, Medan. Skripsi. Tidak diterbitkan.