

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

Dony Agus Saputra¹, Nailul Fauziah²

^{1,2}Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

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: bidikmisi; kebersyukuran; mahasiswa; resiliensi

Abstract

Resilience is an effort made by individuals in dealing with problems by trying to find common ground and analyzing problems to adapt then determine better steps to rise from those problems and achieve an achievement. Gratitude is an individual's awareness of what has been received with a positive expression in the form of gratitude addressed to the creator and also its intermediaries as well as respect for events in his life. This study aims to determine the relationship between gratitude and resilience in bidikmisi students at the Faculty of Economics and Business, Diponegoro University. The population in this study were bidikmisi recipients of the Diponegoro University Faculty of Economics and Business, amounting to 525 students and obtained by convenience sampling method. The data collection method uses a measuring scale of gratitude (39 items, $\alpha = 0.922$) and resilience scale (38 items, $\alpha = 0.928$). The results of data processing using the Spearman Rank test obtained correlation coefficient of 0.512 with a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The results of this study indicate that there is a significant positive relationship between gratitude and resilience.

Keywords: bidikmisi; gratitude; students; resilience

PENDAHULUAN

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 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 Kementerian 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 dkk., 2010), 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.

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.

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 Winefieldv dkk., 2012) distres psikologi terbentuk

karena adanya kecemasan, kerentanan emosi, sifat pemaarah 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 distress yang tinggi (Azzahra, 2017).

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. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro.

METODE PENELITIAN

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro Semarang yang sesuai dengan karakteristik penelitian, yaitu mahasiswa penerima beasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis angkatan 2015 sampai 2018. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *convenience sampling*. Jumlah populasi penelitian sebanyak 525 mahasiswa. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala psikologi. Skala kebersyukuran (39 aitem, $\alpha=0,922$) yang disusun berdasarkan aspek kebersyukuran yang dikemukakan Watkins (2004) yaitu perasaan berlimpah, apresiasi terhadap orang lain, apresiasi terhadap hal yang sederhana dan mengungkapkan rasa syukur. Skala resiliensi (38 aitem, $\alpha=0,928$) yang disusun berdasarkan aspek yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (dalam Hendriani, 2018) yaitu yaitu regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, kemampuan analisis masalah, empati, self efikasi dan pencapaian. Metode analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah *spearman rank* menggunakan aplikasi SPSS 23.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji normalitas dilakukan dengan menggunakan teknik statistik *Kolmogorov Smirnov* pada kebersyukuran sebesar 0,079 dengan nilai signifikansi 0,001 ($p < 0,05$). Sedangkan data pada skala resiliensi menunjukkan nilai *Kolmogorov Smirnov* 0,074 dengan nilai signifikansi 0,004 ($p < 0,05$). Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa sebaran data variabel kebersyukuran dan variabel resiliensi memiliki distribusi data yang tidak normal.

Hasil dari uji linieritas hubungan variabel antara kebersyukuran dan resiliensi mendapatkan hasil nilai koefisien $F = 90,814$ dengan nilai signifikansi $p = 0,000$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa

hubungan antara kedua variabel penelitian ini linier. Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman Rank* diperoleh koefisien korelasi sebesar 0,512 dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Koefisien korelasi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel Kebersyukuran dengan Resiliensi. Nilai positif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat arah hubungan yang positif, yaitu semakin tinggi rasa kebersyukuran maka semakin tinggi resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro dan sebaliknya, apabila memiliki rasa kebersyukuran yang rendah maka resiliensi akan rendah pula. Hal ini dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini **diterima**.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro memiliki kebersyukuran yang sangat tinggi. Hal tersebut diperkuat dengan hasil penelitian ini yang menunjukkan kebersyukuran mahasiswa bidikmisi tergolong sangat rendah pada persentase 0%, rendah 0%, pada kategori sedang 2,6% dengan jumlah subjek yaitu 6 mahasiswa, pada kategori tinggi 35,5% dengan jumlah subjek 84 mahasiswa serta sangat tinggi berada pada persentase 60,8% dengan jumlah subjek 140 mahasiswa. Hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro memiliki kebersyukuran yang sangat tinggi.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis mempunyai resiliensi yang sangat tinggi yaitu 8,4% sebanyak 19 subjek, kategori tinggi 66,9% sebanyak 154 subjek, kategori sedang 23,9% sebanyak 55 subjek, kategori rendah 0,12% sebanyak 12 subjek dan tidak terdapat mahasiswa yang resiliensinya sangat rendah. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro memiliki resiliensi yang tinggi.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebersyukuran dengan resiliensi pada mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro. Semakin tinggi kebersyukuran maka semakin tinggi resiliensi mahasiswa bidikmisi Fakultas Ekonomika dan Bisnis Universitas Diponegoro Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alayya. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi di Universitas Muhammadiyah Malang. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2). 68-74.
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh resiliensi terhadap distress psikologis pada mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 80-96.
- Emmons R.A., & McCullough M.E. (2004). *The psychology of gratitude*. Oxford University Press.
- Hamdi, S. (2016). Mahasiswa UI tewas tergantung, polisi pastikan bunuh diri. *Tempo*.
<https://m.tempo.co/read/news/2016/05/31/064775501/mahasiswa-ui-tewas-tergantung-polisi-pastikan-bunuh-diri>.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis*. Prenadamedia Group.
- Kemenristekdikti. (2014). *Pedoman penyelenggaraan bantuan biaya pendidikan bidikmisi tahun 2014*. Kemenristekdikti.

- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: an international study. *Open Journal of Social Sciences*, 2(11), 14-22.
- Reich, J. W., Zutra, A. J., & Hall J. S. (2010). *Handbook of adults resilience*. The Guilford Press.
- Rektor UNDIP. (2015). *SK Rektor Universitas Diponegoro nomor 1344/UN7.P/HK/2015 tentang pemberian beasiswa program bidikmisi bagi mahasiswa baru universitas diponegoro pada semester gasal tahun akademik 2015/2016*. Universitas Diponegoro.
- Winefield, H. R., Gill, T. K., Taylor, A. W., & Pilkington, A. R. (2012). Psychological being and psychological distress: is it necessary to measure both? *Psychology of Well-Being: Theory, Research and Practice*, 2(3), 1-14.