

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Perguruan tinggi telah mengubah status siswa menjadi mahasiswa. Secara harfiah, kata mahasiswa dipersepsikan memiliki arti ‘maha’nya siswa yang mempunyai berbagai kelebihan dibandingkan siswa pada jenjang di bawahnya. Dengan demikian mahasiswa sebagai salah satu insan dalam dunia pendidikan, dipandang memiliki kedudukan yang lebih tinggi serta kemampuan yang jauh lebih baik. Mahasiswa merupakan individu yang bersekolah di perguruan tinggi selama kurun waktu tertentu dan memiliki tugas untuk menyelesaikan studinya (Twabieh, 2012). Oleh karena itu mahasiswa memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas dan tuntutan akademiknya (Wulandari, 2012).

Mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi tentunya dituntut untuk menyelesaikan studinya tepat waktu, mengerjakan tugas dosen, membuat proyek, presentasi, dan juga praktikum untuk beberapa mata kuliah tertentu. Belum lagi jika mahasiswa yang bersangkutan mengikuti kegiatan organisasi, tentunya tuntutan tanggung jawab akan semakin besar pula. Tuntutan yang dialami oleh mahasiswa tersebut tidak hanya berasal dari internal diri saja dalam bentuk target diri, melainkan secara eksternal juga membuat mahasiswa harus bekerja ekstra keras untuk memenuhi tuntutan itu. Tuntutan secara eksternal dapat berasal dari keluarga, dosen, dan juga organisasi yang diikuti. Belum lagi kondisi pandemi sekarang yang membuat semua aktivitas mahasiswa harus dilakukan secara daring. Tentunya menuntut mahasiswa untuk lebih bertanggung jawab terhadap tugas dan kegiatan akademiknya.

Dengan banyaknya tuntutan tugas dan tanggung jawab mahasiswa tersebut, tidak jarang mahasiswa mengeluhkan banyaknya tugas yang diberikan dosen, *deadline* organisasi, aktivitas kuliah daring yang sangat padat, bahkan kendala sinyal saat kuliah daring. Peneliti juga menjumpai hal tersebut di lapangan. Hasil survei *online* yang dilakukan pada tanggal 7 Februari 2021 pada mahasiswa angkatan 2019-2021 Unika Widya Mandala Surabaya Kampus Kota

Madiun didapati bahwa awal semester menjadi awal yang penuh dengan antrian tugas, proyek, dan praktikum. Ada juga yang mengeluhkan bahwa karena pelaksanaan kuliah daring dan lokasi rumahnya terpencil membuat aktivitas kuliahnya terkendala sinyal buruk. Bahkan ada mahasiswa yang mengeluhkan harus naik ke bukit untuk mendapatkan sinyal.

Terlepas dari semua keluhan tersebut, mayoritas mahasiswa mengatakan bahwa bisa mengatasi dengan cara mengapresiasi hal positif yang dirasakan dalam hidup, yakni dengan cara mensyukuri apa yang telah dianugerahkan Tuhan. Mulai dari bersyukur karena diberikan kesehatan dan terhindar dari virus corona, bersyukur karena masih dapat mengikuti kuliah daring, bersyukur karena masih bisa makan bersama keluarga, dan masih banyak lagi hal yang disyukuri oleh mahasiswa.

Mc Cullough, Emmons, dan Tsang (2002) mengatakan bahwa kebersyukuran berhubungan dengan menikmati hal-hal yang telah didapatkan oleh individu. Kebersyukuran tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan fisik saja tetapi juga berpengaruh pada kesejahteraan psikologisnya. Contohnya seperti mudah mengalami emosi positif, memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, serta memiliki tingkat stress dan depresi yang rendah meskipun sedang berada dalam tekanan.

Seligman, Steen, Park, Peterson (2005) mendefinisikan syukur sebagai rasa berterimakasih dan bahagia sebagai respon penerimaan karunia, baik karunia tersebut merupakan keuntungan yang diterima dari orang lain maupun momen kedamaian yang ditimbulkan oleh keindahan alamiah. Syukur seperti emosi sosial lainnya, berfungsi untuk meregulasi hubungan, menguatkan dan mengeratkan (Algoe & Stanton dalam Watkins, 2014). Syukur adalah sebuah kesadaran dan secara kognitif mempengaruhi emosi (Watkins, 2014).

Lebih lanjut Mc Cullough, Emmons, dan Tsang (2002) memaparkan kebersyukuran dalam beberapa aspek, yakni: (1) *intensity*, yang mengacu pada perasaan positif yang dihasilkan oleh rasa syukur, (2) *frequency*, yang mengacu pada seberapa sering individu mengalami kebersyukuran, (3) *span*, yang mengacu pada sejumlah keadaan yang membuat individu bersyukur, (4) *density*, yang

mengacu kepada siapa saja individu bersyukur atas manfaat positif yang diterimanya. Mc Cullough, Emmons dan Tsang (2002) juga menguraikan beberapa ciri-ciri individu yang mengalami kebersyukuran, ciri-ciri tersebut terdiri atas: (1) *possitive affective traits and well being*, mengacu pada kecenderungan individu untuk mengalami emosi positif, kesejahteraan subjektif dan merasa puas akan hidupnya, (2) *prosocial traits*, berhubungan dengan sifat prososial yang dimiliki oleh individu, (3) *religion/spirituality*, yang mengacu kepada kecenderungan individu terlibat dalam praktek keagamaan dan memiliki hubungan pribadi dengan Tuhan.

Kebersyukuran memiliki dampak positif dan dapat mempengaruhi individu dalam beberapa aspek, seperti kognisi, emosi, dan spiritual, sehingga individu akan lebih baik dalam merespon atau menyikapi setiap peristiwa yang terjadi di dalam kehidupannya (Cahyono, 2014). Selain itu, individu dengan rasa syukur mampu melihat hidupnya secara lebih positif, memiliki sikap optimis ketika menghadapi suatu masalah dan berusaha untuk menyelesaikan permasalahannya dengan cara yang positif.

Indikasi kebersyukuran pada mahasiswa dapat dilihat dari perilaku mereka secara keseharian dan cara mereka dalam menyikapi tugas dan tanggung jawab akademiknya. Mahasiswa yang memiliki rasa syukur cenderung menggunakan semua hal yang mereka miliki baik itu waktu, fisik dan materil untuk mengusahakan hal-hal yang positif bagi diri mereka (Murisal & Hasanah, 2017). Selain itu, mahasiswa dengan rasa syukur membuat mereka menyadari bahwa segala yang terjadi di dalam kehidupan mereka merupakan anugerah dari Tuhan (Prasa, 2012).

Manfaat nyata dari kebersyukuran pada seorang individu adalah membuat mereka menjadi lebih puas, berpikir positif, optimis serta membangkitkan harapan dalam memandang hidup dan membantu untuk dapat melihat kebaikan dalam situasi yang sulit ketika memiliki tuntutan tugas kuliah. Kemudian mahasiswa dengan kebersyukuran selalu memiliki keinginan yang baik terhadap *roadmap* studinya. Salah satunya ditunjukkan dengan mengapresiasi kondisi saat ini dimana mereka menjalani kuliah daring dan fokus pada hal-hal positif selama menjadi

mahasiswa dan mendapatkan tugas dari dosen. Kompleksnya permasalahan yang dialami oleh mahasiswa, terkhususnya permasalahan yang dialami oleh mereka saat menjalani kuliah daring membuat peneliti tertarik untuk melakukan pengkajian lebih mendalam tentang topik tersebut. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi dan masukan terkait pentingnya kebersyukuran mahasiswa agar mereka bisa mengatasi permasalahan yang dialami ketika mendapatkan tugas dan tanggung jawab selama kuliah dan berorganisasi serta mengusahakan yang terbaik demi kelancaran studinya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran *gratitude* pada mahasiswa khususnya yang berada di wilayah Karesidenan Madiun?