



***HARDINESS* PADA MAHASISWA YANG
MENERJAKAN SKRIPSI DI UNIVERSITAS
NEGERI SEMARANG**

SKRIPSI

disajikan sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

oleh

Ndalu Pangestu

1511412061

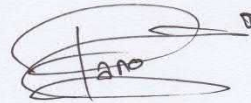
**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

2019

PERNYATAAN

Saya meyakini bahwa yang tertulis dalam skripsi dengan judul "*Hardiness* pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang" ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan buatan orang lain, dan tidak menjiplak karya tulis orang lain baik sebagian atau seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini di kutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, 15 Februari 2019



Ndalu Pangestu

151412061

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “*Hardiness* pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang” telah dipertahankan dalam sidang dihadapan Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada hari Jumat tanggal 15 Februari 2019.

Panitia Ujian Skripsi:



Dr. Achmad Rifal RC, M.Pd
NIP. 19590821198403001

Sekretaris.

Rulita Hendriyani, S.Psi., M.Si
NIP.197202042000032001

Penguji 1

Andromeda, S.Psi., M.Psi.
NIP.198205312009122001

Penguji 2

Amri Hana Muhammad, S.Psi., M.A.
NIP.197810072005011003

Penguji 3

Sugiariyanti, S.Psi., M.A.
NIP.197804192003122001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto

Sekali gagal bukan berarti selamanya, sedangkan berhasil itu soal seberapa gigih kamu mau berusaha (Nдалu Pangestu)

Musuh yang paling berbahaya di atas dunia ini adalah penakut dan bimbang,
Teman yang paling setia, hanyalah keberanian dan keyakinan yang teguh (Andrew Jackson)

Persembahan

Bapak, Ibu, Kakakku yang tidak henti - hentinya mengiringi doa.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin. Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat dan karunia yang telah diberkahi selama menjalani proses pembuatan skripsi yang berjudul "*Hardiness* pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang" sampai dengan selesai.

Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr Achmad Rifai RC, M.Pd. Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan beserta jajaran pimpinan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Sugeng Haryadi, S.Psi., M.S. Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
3. Sugiariyanti, S.Psi., M.A. Psikologi Dosen pembimbing atas perhatian dan kesabarannya membimbing serta memberi saran dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Penguji 1 Andromeda, S.Psi., M.Psi. dan penguji 2 Amri Hana Muhammad, S.Psi., M.A. yang telah memberikan saran dan berbagi ilmu sehingga skripsi ini menjadi lebih baik.
5. Bapak, Ibu, Kakakku (Irma Sari dan Nia Novianti) yang telah memberikan segenap doa, perhatian, dan dukungan yang tiada lelahnya kepada penulis.

6. Teman-teman seperjuangan Ziki, Satria, Hendrik, Zennurokhman, Rudi dan semua pihak yang turut membantu dan mendukung penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebut satu per satu.
7. Teman-teman seperjuangan psikologi Ziki Darmawan, Nadia Apecsilia, Alfira Bahro, Haqis Iqbal, Anggi Apriliansyah dan teman-teman psikologi lainnya yang telah berjuang bersama-sama.
8. Semua pihak yang turut membantu penyelesaian skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih setulus hati kepada semua pihak yang telah membantu penyusunan skripsi ini. Penulis berharap hasil skripsi ini nantinya dapat memberikan manfaat dan kontribusi untuk perkembangan ilmu, khususnya psikologi.

Semarang, 15 Februari 2019

ABSTRAK

Pangestu Nдалu. 2019. *Hardiness pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Negeri Semarang.* Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing : Sugiariyanti, S.Psi., M.A

Kata kunci: *Hardiness, Mahasiswa, Skripsi*

Skripsi merupakan syarat kelulusan sekaligus salah satu sumbangan terbesar mahasiswa dalam ilmu pendidikan. Bagi beberapa mahasiswa, skripsi dianggap *stressor*, sehingga perkuliahan berujung pada prokrastinasi bahkan *drop-out*, terlebih lagi tidak sedikit mahasiswa yang menggunakan cara curang untuk menyelesaikan skripsi. Dibutuhkan kepribadian *hardiness* agar mahasiswa tahan bahkan dapat menetralkan *stress* tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap gambaran *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan jumlah responden sebanyak 362 mahasiswa yang sudah mengambil mata kuliah skripsi. teknik sampling *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan satu skala *likert* yaitu skala *hardiness* aitem sebanyak 44, dengan Item valid memiliki r hitung terendah 0,344, sedangkan item yang tidak valid memiliki r hitung tertinggi 0,295 dan uji reliabilitas $\alpha = 0.945$ artinya alat ukur sangat reliabel. Metode analisis data menggunakan analisis deskriptif.

Data yang dihasilkan dari subyek dalam penelitian ini menunjukkan sebanyak 6 orang (1,8%) masuk dalam katagori tinggi, sebanyak 228 orang (70%) katagori sedang dan sebanyak 92 orang (28,2%) rendah. Hasil diatas menunjukkan bahawa sebagian besar mahasiswa memiliki *hardiness* (70%) dengan *mean empiri* sebesar 124,460 dalam katagori sedang. *Hardiness* ini terdiri dari tiga aspek yaitu *commitment, control, challenges*. Aspek yang paling berpengaruh dalam *hardiness* mengerjakan skripsi yaitu *commitment* (50%) dengan *mean empire* sebesar 62,740.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN.....	iii
MOTTO DAN PERUNTUKAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiv
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	10
1.3 Tujuan Penelitian.....	10
1.4 Manfaat Penelitian.....	10
1.4.1 Manfaat Teoritis	11
 BAB 2 LANDASAN TEORI	
2.1 <i>Hardiness</i>	12
2.1.1 Pengertian <i>Hardiness</i>	12
2.1.2 Aspek-aspek <i>Hardiness</i>	13
2.1.3 Faktor-faktor yang mempengaruhi <i>Hardiness</i>	17
2.1.4 Manfaat Kepribadian <i>Hardiness</i>	18

2.1.5	Pengukuran <i>Hardiness</i>	20
2.2	Kerangka Berfikir	22

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1.	Jenis Penelitian	26
3.2.	Variabel Penelitian	27
3.2.1.	Identifikasi Penelitian	27
3.3.	Definisi Operasional Variabel	27
3.3.1.	<i>Hardiness</i>	25
3.4.	Populasi dan Sampel.....	26
3.4.1.	Populasi	26
3.4.2.	Sampel	27
3.5.	Metode dan Alat Pengumpulan Data.....	27
3.5.1.	Skala <i>Hardiness</i>	28
3.6.	Validitas.....	29
3.7.	Reliabilitas	31
3.8.	Teknik Analisis Data	32

BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1	Persiapan Penelitian.....	34
4.1.1	Orientasi Kancan Penelitian	35
4.1.2	Penentuan Sampel Penelitian	35
4.1.3	Penyusunan Instrumen Penelitian.....	36
4.2	Pelaksanaan Penelitian	37
4.2.1	Pengumpulan Data.....	39

4.3	Hasil Penelitian	39
4.3.1	Analisis Data	39
4.3.1.1	Karakteristik Responden.....	40
4.3.2	Hasil Analisis Deskriptif	42
4.3.2.1	<i>Gambaran Hardiness Mahasiswa Unnes</i>	43
4.3.2.1.1	<i>Gambaran Hardiness secara Umum</i>	43
4.3.2.1.2	<i>Gambaran Hardiness Ditinjau dari Tiap Kriteria</i>	45
4.3.2.1.2.1	<i>Gambaran Hardiness Dilihat Dari Tahun Masuknya Mahasiswa UNNES</i>	45
4.3.2.1.2.2	<i>Gambaran Hardiness Dilihat Dari Fakultas Mahasiswa UNNES</i>	47
4.3.2.1.2.3	<i>Gambaran Hardiness Dilihat Dari Lama Pengerjaan Skripsi Mahasiswa UNNES</i>	50
4.3.2.1.3	<i>Gambaran Hardiness Ditinjau Dari Tiap Aspek</i>	53
4.3.2.1.3.1	<i>Gamaran Hardiness Ditinjau Dari Commitment</i>	53
4.3.2.1.3.2	<i>Gamaran Hardiness Ditinjau Dari Control</i>	56
4.3.2.1.3.3	<i>Gamaran Hardiness Ditinjau Dari Challenges</i>	58
4.3.2.1.3.4	<i>Ringkasan Gambaran internet Addiction Ditinjau dari Setiap Aspek</i>	58
4.4	Pembahasan	62
4.4.1	Pembahasan Analisis Diskriptif <i>hardiness</i> pada mahasiswa UNNES...62	
4.5	Keterbatasan Peneliti	65
 BAB 5 PENUTUP		
5.1	Simpulan	67
5.2	Saran	68

DAFTAR PUSTAKA69

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 Rincian Jumlah Populasi.....	26
3.2 <i>Rentang score Skala</i>	28
3.3 <i>Blueprint Skala Hardiness</i>	29
3.4 Uji validitas Skala <i>Hardiness</i>	30
3.5 Sebaran Aitem Baru <i>Hardiness</i>	31
3.6 Interpretasi Reliabilitas	32
3.7 Reliabilitas Skala <i>Hardiness</i>	32
4.1 Distribusi Penelitian Menurut Tahun Masuk	40
4.2 Distribusi Penelitian Menurut Fakultas	41
4.3 Distribusi Penelitian Lama Pengerjaan Skripsi	41
4.4 Norma Kategorisasi Berdasarkan Mean Teoritik	42
4.5 Hasil Analisis Deskriptif <i>Hardiness</i> secara umum.....	44
4.6 Frekuensi secara umum	45
4.7 Mean empiri Tahun Masuk Mahasiswa.....	46
4.8 <i>hardiness</i> dari tahun masuk mahasiswa.....	46
4.9 Gambaran umum <i>hardiness</i> di lihat dari fakultas mahaisiwa UNNES	47
4.10 Distribusi frekuensi <i>hardiness</i> dilihat dari fakultas mahaisiwa UNNES	47
4.11 Lanjutan Distribusi frekuensi <i>hardiness</i> dilihat dar fakultas mahaisiwa UNNES	49
4.12 <i>Hardiness</i> di lihat dari Lama Pengerjaan Skripsi mahaisiwa UNNES.....	51

4.13	Distribusi frekuensi <i>Hardiness</i> di lihat dari Lama Pengerjaan Skripsi mahaisiwa UNNES	51
4.14	Lanjutan Distribusi frekuensi <i>Hardiness</i> di lihat dari Lama Pengerjaan Skripsi mahaisiwa UNNES	52
4.15	Hasil Analisis Deskriptif <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Commitment</i>	54
4.16	Distribusi Frekuensi <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Commitment</i>	55
4.17	Hasil Analisis Deskriptif <i>Hardiness</i> Ditinjau dari control	56
4.18	Distribusi Frekuensi <i>Hardiness</i> Ditinjau dari Aspek Control	57
4.19	Hasil Analisis Deskriptif <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Challenges</i>	58
4.20	Distribusi Frekuensi <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Challenges</i>	59
4.21	Hasil Perbandingan <i>Mean</i> Empiris Tiap Aspek hardines	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Kerangka Berfikir.....	23
4.1 Gambaran diagram <i>Hardiness</i> secara umum.....	45
4.2 Diagram <i>hardiness</i> dari tahun masuk mahasiswa	47
4.3 Gambaran <i>hardiness</i> dilihat dari fakultas mahaisiwa UNNES	49
4.4 Distribusi frekuensi <i>Hardiness</i> di lihat dari Lama Pengerjaan Skripsi mahaisiwa UNNES	52
4.5 Diagram <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Commitment</i>	55
4.6 Diagram Gambaran <i>Hardiness</i> Ditinjau dari Control mahasiswa UNNES.....	57
4.7 Diagram Gambaran <i>Hardiness</i> Ditinjau dari <i>Challenges</i> mahasiswa UNNES.....	60
4.8 Gambaran Diagram Perbandingan Setiap Kriteria <i>Hardiness</i>	61

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Globalisasi yang terus berkembang dan tidak dapat diprediksi memunculkan adanya peningkatan kebutuhan pada sumber daya manusia (SDM). Permintaan SDM yang terus meningkat diiringi pula dengan tuntutan kemampuan dan latar belakang pendidikan yang dimiliki.

Pendidikan memiliki tahapan mulai dari taman kanak-kanak (TK) sampai pada perguruan tinggi. Menurut UU RI No. 12/2012 pasal 3 menjelaskan bahwa jenjang pendidikan tertinggi terutama di Indonesia adalah pada perguruan tinggi. Saat ini perguruan tinggi menawarkan berbagai bidang studi yang dapat diakses dengan mudah oleh semua masyarakat, salah satunya adalah perguruan tinggi Universitas Negeri Semarang.

Universitas Negeri Semarang (UNNES) adalah sebuah lembaga pendidikan tingkat perguruan tinggi negeri yang berada di Semarang yang juga ikut ambil bagian untuk dapat berperan dalam memperlancarkan tujuan pemerintah yaitu mempersiapkan generasi yang siap untuk terjun dalam mengelola sumber daya alam maupun sumber daya manusia yang ada. Pendidikan perguruan tinggi salah satunya membentuk kepribadian berkualitas.

Setiap perguruan tinggi memiliki aturan di antaranya mahasiswa harus mengikuti proses pembelajaran yang telah ditentukan, seperti mengambil mata

kuliah wajib, dan dapat mengikuti mata kuliah tambahan yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa, jika ingin lulus mahasiswa dituntut atau diwajibkan untuk membuat suatu karya ilmiah yaitu skripsi.

Skripsi adalah tugas akhir berupa karya tulis penelitian yang ditujukan untuk mengembangkan kemampuan mahasiswa program sarjana sebagai muara dari keseluruhan pengalaman belajarnya. Skripsi berisi kajian terhadap masalah-masalah keilmuan sesuai dengan bidang studi yang berguna bagi pengembangan ilmu maupun pemecahan masalah-masalah yang ada pada masyarakat. Mahasiswa diharapkan mampu menuangkan gagasan dan mengaplikasikan pengetahuan yang telah diperoleh selama kuliah melalui pembuatan skripsi, sehingga mampu memberikan manfaat konkret bagi masyarakat sesuai dengan bidang yang di teliti.

Skripsi merupakan karya ilmiah yang ditulis oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara seksama (Darmono, 2002: 2). Skripsi merupakan proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan, dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya (Hidayat, 2007: 6).

Mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester atau kurang lebih enam bulan, tetapi pada kenyataan ada beberapa mahasiswa yang memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk mengerjakan skripsi (Darmono, 2002: 2).

Data yang peneliti dapat dari Skripsi, Tesis dan Disertasi (Sitedi) terdapat mahasiswa UNNES yang sudah mengambil skripsi yang lebih dari satu semester bahkan lebih. Peneliti mengambil dari Sitedi untuk memperoleh data mahasiswa yang sudah mendapatkan surat keterangan skripsi dan sedang menempuh skripsi yaitu, Angkatan 2012 terdapat 797 mahasiswa, angkatan 2013 terdapat 1.233 mahasiswa, angkatan 2014 terdapat 3.295 mahasiswa, jadi terdapat 5.325 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (<http://apps.UNNES.ac.id/5>). Dari data di atas masih banyak mahasiswa yang mengerjakan skripsi di angkatan 2012 yang sekarang semester 13, angkatan 2013 yang sekarang semester 11 dan 2014 yang sekarang semester 9.

Menurut Amilia (2009: 3) terdapat banyak faktor yang menghambat mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, diantaranya adalah keraguan dalam menentukan topik, kebingungan untuk memulai dari mana, lingkungan yang tidak mendukung seperti seringnya teman yang mengajak main ketika sedang mengerjakan skripsi, serta kerap dilanda rasa malas untuk terus mengerjakan skripsi ketika dihadapkan dengan permasalahan. salah satu beban tugas mahasiswa adalah penyusunan skripsi.

Mahasiswa mengeluhkan bahwa ketika dalam kondisi seperti , urat leher dan urat yang ada di kepala menjadi tegang sehingga mudah mengalami pusing kepala atau kepalanya terasa berat (Tri, 2010: 4). Masalah lainnya adalah mahasiswa menjadi sulit tidur, atau baru tertidur nyenyak setelah memasuki waktu dini hari Hal ini berakibat pula keesokan harinya mahasiswa menjadi lemas dan kurang bersemangat dalam melakukan aktivitas (Tri, 2010: 4). Terdapat mahasiswa yang

sering kesiangan akibat tidak dapat bangun tidur di pagi hari. Mahasiswa tersebut di atas dapat dikatakan telah mengalami stress dalam menyusun skripsi (Tri, 2010: 4)

Moore (dalam Rumiani, 2006: 140) menyatakan bahwa *stress* mahasiswa berbeda dalam hal *stresor*, *stresor* bagi mahasiswa dapat berupa keuangan, beban tugas, ujian dan masalah interaksi dengan temannya, dan pengerjakan skripsi sering dihadapkan dengan permasalahan dan mengakibatkan mereka mudah beralih ke aktivitas lain. Menurut Yulia, (2015: 66) skripsi juga sering ditinggalkan dengan masalah yang belum terselesaikan dan baru kembali mengerjakan skripsi apabila kondisi hati atau mood mereka sudah membaik. Adapun penelitian yang lain menunjukkan terdapat *stress* mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi yaitu 30,76% tinggi dan 69,24% sedang dengan gejala yang sering muncul yaitu gejala urat tegang, mudah tersinggung produktivitas menurun, sulit membuat keputusan dan mendiamkan orang lain (Rozaq, 2014: 45).

Masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa, sehingga mengakibatkan adanya *stress* dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan *stress*, rendah diri, frustrasi kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi dan bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi (Mu'tadi, 2002: 33)

Hal ini juga diperkuat dengan adanya Berbagai kasus bersangkutan dengan *stress* mahasiswa banyak terjadi di masyarakat, di antaranya seperti berita

meninggalnya VA mahasiswa Universitas Bangunan Nusantara (UBN), semester sepuluh dalam berita di duga karena tidak kunjung menyelesaikan skripsi yang di kerjakanya (tribunnews.com, diakses pada 18/4/2015). Sama seperti halnya VA, ditemukan laki-laki diduga akibat gantung diri bernama EO dari pengakuan orang tua korban, anaknya akhir-akhir ini *stres* karena sudah dua kali skripsinya ditolak dan korban juga baru baru ada masalah pribadi terhadap kekesihnya.. (detik.com,5/12/2016). BW 24 tahun di temukan tewas di rumah, mahasiswa Universitas Kapuas (UNKA), diduga tertekan karena saat ini sedang menyelesaikan skripsi (Jawapos.com, diakses pada 9/4/2017).

Kasus di atas menjelaskan bagaimana ketahanan individu yang menurun saat mengerjakan skripsi. Menurut Santrock (2003: 557) *stres* adalah respon individu terhadap keadaan atas kejadian yang memicu *stres* (*stressor*), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya (*coping*). Miyahara (2008: 14) mengatakan bahwa seseorang yang mampu mengatasi *stres* adalah seseorang yang memiliki penyangga *stres* berupa social support (dukungan sosial), strategi *coping*, dan *hardiness*/ketangguhan. Perilaku yang mudah beralih ketika menghadapi masalah merupakan indikasi kurangnya *commitment* mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. *Commitment* diperlukan agar mahasiswa melihat masalah sebagai sesuatu yang cukup penting dan bermanfaat untuk memfokuskan perhatian, imajinasi dan usaha mereka (Maddi, 2006: 160). Individu yang memiliki *commitment* kuat tidak akan mudah menyerah pada tekanan. Pada saat menghadapi *stres* individu ini akan melakukan strategi coping yang sesuai dengan nilai, tujuan dan kemampuan yang ada dalam dirinya.

Nugroho (dalam Utanto, 2015: 13) menjelaskan bahwa realitas sosial yang ada menunjukkan semakin lama hidup tidak semakin mudah, apalagi ditengah kondisi krisis multi dimensi yang dialami Indonesia saat ini. Oleh karena itu diperlukan SDM yang tangguh untuk menghadapi berbagai tugas dan *challenges*, salah satu tugas dan *challenges* bagi mahasiswa adalah menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Untuk mengatasi hambatan yang dirasakan, mahasiswa membutuhkan usaha atau strategi yang tepat agar tetap dapat melanjutkan dan menyelesaikan skripsinya. Usaha atau strategi tersebut tergantung pada kepribadian yang dimiliki individunya, yaitu apakah dirinya mudah menyerah pada keadaan atau justru menghadapinya dengan penuh semangat. Menurut (Maddi 2002:54), salah satu faktor kepribadian yang membedakan reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi adalah sekumpulan personality trait yang disebut sebagai *hardiness*. *Hardiness* diartikan sebagai sikap dan keterampilan untuk bertahan dalam interaksi dirinya dengan dunia, menekankan pentingnya keterlibatan dari pada isolasi, *control* dari pada ketidakberdayaan, dan *challenges* bukan ancaman (Kamtsios & Spiridon, 2012:38)

Dibutuhkan kepribadian pantang menyerah hingga mahasiswa mampu menemukan jalan keluar terbaik dari masalahnya yang sesuai dengan harapan selama mengerjakan skripsi. Kepribadian ini disebut dengan *hardiness* atau kepribadian tahan banting. *Hardiness* sebagai suatu karakteristik kepribadian mempunyai dua faktor yang dapat mempengaruhi perkembangannya, yaitu faktor fisik faali dan faktor pengalaman (Irwanto, 2002 : 227). Pemaknaan pengalaman

hidup mendasari konsep optimisme, baik pengalaman buruk, pengalaman baik, maupun pengalaman *stres* (Isaacowitz & Seligman dalam Thomas, 2006 : 287).

Kepribadian tangguh atau bisa disebut juga dengan *hardiness*. *Hardiness* adalah suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, stabil dan optimis dalam menghadapi *stress* dan mengurangi efek negative yang dihadapinya (Kobasa, 1979: 54). Jadi dengan adanya *hardiness* diharapkan mahasiswa akan merasa optimis, kuat dan stabil dalam menyelesaikan masalah selama mengerjakan skripsi mereka.

Hardiness adalah karakteristik dari individu untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan menjadi penerimaan yang positif sehingga individu dapat menetralsir dampak negatif dari permasalahannya (Nurjayanti & Ratnaningsih, 2011: 128). Menurut Odgen dalam Sabela dkk. (2014: 172) menjelaskan bahwa *hardiness* merupakan salah satu karakter yang dapat mempengaruhi individu tentang bagaimana melihat sebuah situasi *stres* dan menentukan respon yang efektif. Individu dengan *hardiness* yang tinggi memiliki *commitment* yang kuat untuk tetap hidup dan bekerja, individu juga aktif dalam menanggapi lingkungan sekitar (Bortone dkk, 2008: 78). *Hardiness* mempunyai pengaruh positif pada berbagai status individu dan berfungsi sebagai sumber perlawanan pada saat individu menemui kejadian yang menimbulkan *stres*.

Individu dengan kepribadian *hardiness* senang membuat sesuatu keputusan dan melaksanakannya, karena memandang hidup ini sebagai sesuatu yang harus

dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna, dan individu dengan kepribadian *hardiness* sangat antusias menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai suatu *challenges* dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya.

Peneliti melakukan studi awal pada tanggal 3 Februari 2018 dengan memberikan skala *hardiness* sederhana kepada 50 orang mahasiswa Universitas Negeri Semarang yang sedang mengerjakan skripsi. Hasil menunjukkan bahwa terdapat 27 (54%) mahasiswa memiliki *hardiness* rendah dan 23 (47%) mahasiswa memiliki *hardiness* yang tinggi. Jadi dari hasil di atas masih ada mahasiswa yang memiliki *hardiness* rendah sebanyak 27 (54%) mahasiswa.

Kobasa, dkk (1997:71) mengungkapkan bahwa individu yang *hardiness* dinyatakan lebih rendah terserang penyakit psikologis dibanding dengan individu yang tidak memiliki *hardiness*, cenderung tingkat *stres*nya tinggi. Bagaimanapun juga *stres* hanya satu indikator dari kesehatan mental dan pastinya bukan satu-satunya yang berhubungan, setidaknya dalam beberapa situasi dengan perubahan hidup dan *stresor*. Menemukan makna positif dalam hidup juga merupakan salah satu sikap yang terkandung dalam kepribadian *hardiness*, *hardiness* membantu individu membatasi diri dari efek *stres* dan memprediksikan masa depan yang lebih baik. Astuti (dalam dodik dkk,2012: 41) menjelaskan tipe kepribadian *hardiness* ini memberikan konstelasi kepribadian yang menguntungkan bagi seseorang untuk mengatasi tekanan-tekanan hidupnya sehingga “tahan banting”. Dengan kata lain orang-orang dengan tipe kepribadian ini tidak mudah lari pada penyesuaian diri yang *maladaptive*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Allred dan Smith (1989: 263) menunjukkan bahwa dalam kondisi *stres* yang tinggi, individu yang memiliki kepribadian *hardiness* tinggi lebih cenderung memiliki *self statement* yang positif dibanding dengan individu yang memiliki *hardiness* rendah. Penelitian juga dilakukan pada bidang akademik yang mengungkap hubungan antara motivasi belajar siswa dengan *hardiness*, hasil menunjukkan bahwa siswa yang telah diberi penguatan *hardiness* selama dua bulan memiliki reaksi dan simtom depresi yang lebih sedikit dibandingkan dengan siswa yang tidak pernah mendapatkan penguatan. Kepribadian *hardiness* dapat mempengaruhi stimulasi depresi dan hasil akhir pembelajaran yang lebih baik (Cole dkk, 2004: 64-85).

Pada penelitian Pratiwi (2007: 1) menyebutkan bahwa semakin baik *self efficacy* mengerjakan skripsi, maka semakin rendah tingkat *stres* mengerjakan skripsi pada mahasiswa, begitupun sebaliknya semakin buruk *self efficacy* mengerjakan skripsi, maka semakin tinggi tingkat *stres* mengerjakan skripsi.

Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, hambatan-hambatan selama proses pengerjaan sering dirasakan. Hal ini dapat membuat mahasiswa tersebut tertekan dan kadang merasa putus asa. *Hardiness* yang tinggi diperlukan agar mahasiswa ini mampu menyelesaikan tugas akademiknya. Studi tentang *hardiness* yang berkaitan dengan keilmuan psikologi masih sangat terbatas, maka penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan. Penelitian ini akan menjadi sumbangan berharga untuk topik yang berkaitan dengan mahasiswa.

Lebih lanjut penelitian ini akan memberikan gambaran tentang *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan Informasi diharapkan memberi pengaruh positif terhadap universitas maupun mahasiswa. Pada dasarnya penelitian ini akan memberikan kontribusi yang baik sehingga penelitian ini perlu dilakukan.

Berdasarkan apa yang telah dijelaskan sebelumnya penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul *hardiness* pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan nantinya dapat memperkaya kajian teoritis mengenai *hardiness* pada mahasiswa psikologi kusus untuk bidang psikologi perkembangan dan memperoleh penjelasan, pengaruh mengenai *hardiness* mahasiswa yang lama dalam mengerjakan skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini akan memberi informasi kepada mahasiswa tentang pentingnya menubuhkan *hardiness* dalam mengerjakan skripsi. Bagi peneliti selanjutnya dapat di jadikan dasar dari penelitian yang berkaitan dengan *hardiness* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Negeri Semarang.

BAB 2

LANDASAN TEORI

2.1 *Hardiness*

2.1.1 Pengertian *Hardiness*

Kobasa (dalam Lastika, 2008: 13) mengembangkan suatu konsep kepribadian yang didasarkan pada daya tahan seseorang terhadap masalah yang dialaminya, tipe kepribadian ini disebut dengan kepribadian *hardiness*. Menurut Kobasa (dalam Lastika, 2008: 13) kepribadian *hardiness* adalah suatu susunan karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan dan stabil dalam menghadapi *stress* dan mengurangi efek negatif yang dihadapi. Kobasa melihat kepribadian *hardiness* sebagai kecenderungan untuk mempersepsikan atau memandang peristiwa-peristiwa hidup yang potensial mendatangkan *stress* sebagai sesuatu yang tidak terlalu mengancam. Menurut Maddi (2013: 173-185) *Hardiness* muncul sebagai pola sikap dan strategi yang bersama-sama memfasilitasi mengubah keadaan *stress* dari potensi bencana kedalam pertumbuhan peluang.

Berdasarkan pendapat Maddi (2013: 175:185) *Hardiness* merupakan pola sikap yang berguna untuk mengubah keadaan *stress* menjadi sebuah peluang tumbuh. Menurut Kobasa (dalam Lastika, 2008: 13) individu yang memiliki kepribadian *hardiness* tinggi memiliki sikap serangkaian sikap yang membuat tahan terhadap *stress*

Hardiness adalah gaya kepribadian yang dikarakteristikan oleh suatu *commitment* dari pada ketreasingan, pengendalian dari pada ketidak berdayaan dan persepsi terhadap masalah-masalah sebagai *challenges* dari pada ancaman (Santrock, 2002: 73).

Schultz dan Schultz (2006: 44) mengatakan bahwa *hardiness* merupakan suatu variabel kepribadian yang dapat menjelaskan perbedaan individual dalam kerentanan *stress*. Individu dengan kepribadian *hardiness* yang tinggi mempunyai perilaku-perilaku yang membuat mereka lebih kuat dalam pekerjaan dan aktivitas-aktivitas lain yang mereka senangi serta mengubah pandangan bahwa sesuat yang mengancam dapat menjadi sebuah *challenges*.

Berdasarkan penjelasan penjelasan dari para ahli *hardiness* adalah kepribadian *hardiness* merupakan sikap atau kepribadian yang melibatkan kemampuan untuk mengendalikan kejadian-kejadian yang tidak menyenangkan, memberikan makna positif terhadap kejadian serta terbuka terhadap perubahan.

2.1.2 Aspek-aspek Kepribadian *Hardiness*

Kobasa (1979: 1-11) menyatakan, bahwa kepribadian *hardiness* ini menunjukkan adanya *control*, *commitment* dan *challenges*.

1. *Control*

Control adalah keyakinan seseorang bahwa individu dapat mempengaruhi peristiwa atau mengendalikan apa saja yang terjadi dalam hidupnya Ciccarelli dkk (dalam Mayang 2009). *Control* merupakan kecenderungan untuk menerima dan

percaya bahwa individu dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya ketika berhadapan dengan hal-hal yang tidak terduga.

Aspek *control* muncul dalam bentuk kemampuan untuk mengendalikan proses pengambilan keputusan pribadi atau kemampuan untuk memilih dengan bebas diantara beragam tindakan yang dapat diambil. Individu yang memiliki aspek *control* tinggi juga memiliki kendali kognitif atau kemampuan untuk menginterpretasikan, menilai, menyatukan berbagai peristiwa kedalam rencana kehidupan selanjutnya.

Lawan dari *control* adalah *powerlessness*, yaitu perasaan pasif dan merasa akan selalu ditakuti akan hal-hal yang tidak dapat dikendalikan oleh individu. Kurang inisiatif dan kurang merasakan adanya sumber dari diri individu, sehingga merasa tidak berdaya jika berhadapan dengan hal yang menimbulkan ketegangan (Kobasa, 1979: 1-11).

2. *Commitment*

Commitment adalah keyakinan individu akan tujuan atau keterlibatannya dengan peristiwa, kegiatan, dan orang-orang yang ada di dalam kehidupan mereka. Individu yang memiliki komitmen tinggi mempunyai kebermaknaan dalam nilai, kepercayaan, identitas diri, pekerjaan, dan kehidupan keluarga Ciccarelli dkk (dalam Mayang 2009). Kecenderungan individu untuk melibatkan diri kedalam apapun yang dilakukan yaitu keyakinan bahwa individu bermakna dan memiliki tujuan.

Individu yang memiliki *commitment* kuat tidak akan mudah menyerah pada tekanan. Pada saat menghadapi *stres* individu ini akan melakukan strategi *coping* yang sesuai dengan nilai, tujuan dan kemampuan yang ada dalam dirinya.

Lawan dari *commitment* adalah terasing (*alienation*), individu ini biasanya mudah bosan terhadap tugas tugas yang harus dikerjakan oleh individu tersebut. Individu merasa tidak berarti dan selanjutnya akan menarik diri. Individu yang memiliki *commitment* yang tinggi akan lebih komit dalam beberapa aspek dalam hidupnya seperti hubungan interpersonal, keluarga, juga dirinya sendiri.

3. *Challenges*

Challenges yaitu kecenderungan untuk memandang perubahan sebagai kesempatan untuk bertumbuh, dibanding memandangnya sebagai ancaman terhadap keamanan. Kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai sesuatu yang wajar dan dapat mengantisipasi perubahan tersebut sebagai stimulus yang sangat berguna bagi perkembangan dan memandang hidup sebagai suatu *challenges* yang meyenangkan

Lawan dari *challenges* adalah *threatned*, individu yang mempunyai perasaan terancam (*threatened*) menganggap bahwa itu harus stabil karena individu itu merasa khawatir dengan adanya perubahan. Perubahan dianggap merusak dan menimbulkan rasa tidak aman. Selain itu individu yang *threatned* tidak bisa menyambut dengan baik perubahan atau memandang perubahan sebagai suatu ancaman dari pada sebagai *challenges* dan selalu mengaitkan dengan penekanan dan penghindaran.

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dimensi *hardiness* terdiri dari tiga aspek, *commitment* yaitu kemampuan individu untuk terlibat dalam kegiatan di lingkungan sekitar, *control* yaitu kecenderungan untuk menerima dan percaya bahwa mereka dapat mengontrol dan mempengaruhi suatu kejadian dengan pengalamannya, dan *challenges* yaitu kecenderungan untuk memandang suatu perubahan dalam hidupnya sebagai suatu yang wajar dan menganggapnya sebagai sebuah *challenges* yang menyenangkan.

Lebih lanjut Kobasa (dalam Mahmudah, 2009: 13) menjelaskan bahwa individu dengan ketangguhan pribadi memiliki beberapa karakter:

- a. Memiliki *commitment* terhadap aktivitas dan hubungan dengan diri mereka dan mengakui adanya perbedaan nilai, tujuan, dan prioritas dalam hidup.
- b. Percaya bahwa mereka mampu melakukan *control* atau memberi pengaruh terhadap peristiwa yang terjadi.
- c. Memandang perubahan sebagai *challenges*, kesempatan daripada sebuah ancaman.

Lecci (dalam Mahmudah, 2009: 47-59) yang menyatakan bahwa individu dengan *hardiness* senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat suatu keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai suatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna sehingga individu yang memiliki ketangguhan pribadi akan berkompetisi dalam bekerja. Peran kepribadian dalam hal ini adalah mempengaruhi perilaku dan kognisi individu dalam mengerjakan suatu tugas atau

pekerjaan tertentu, termasuk pula perilaku dan usaha individu ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas sehingga mencapai hasil yang diinginkan.

Dari beberapa penjelasan di atas, peneliti menyimpulkan bahwa karakter individu yang memiliki *hardiness* memiliki *commitment* terhadap aktivitas yang mereka lakukan dan memiliki tujuan, dan prioritas dalam hidup. Individu mampu melakukan *control* terhadap peristiwa yang terjadi. Memandang perubahan sebagai *challenges* ketika menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan tugas. Ketiga karakteristik *hardiness* inilah yang akan dijadikan alat ukur dalam pembuatan kuesioner.

2.1.3 Faktor- Faktor yang mempengaruhi *Hardiness*

Menurut Warner dalam Sandjaja (2011: 27-29) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi *hardiness* seperti memiliki hubungan yang menyediakan perawatan dan dukungan, cinta dan kepercayaan, dan memberikan dorongan, baik di dalam maupun di luar keluarga. Faktor tambahan lain yang juga terkait dengan *hardiness* seperti:

1. Kemampuan untuk membuat rencana yang realistis, dengan kemampuan individu merencanakan hal yang realistis maka saat individu menemukan satu masalah maka individu akan mengetahui apa cara terbaik yang dilakukan individu dalam keadaan tersebut
2. Memiliki rasa percaya diri dan positif terhadap citra diri, individu akan lebih tenang dan optimis, jika individu memiliki rasa percaya diri yang tinggi dan citra diri yang positif maka individu akan terhindar dari *stress*.

3. Mengembangkan ketrampilan komunikasi, dan kapasitas untuk mengelola perasaan yang kuat.

2.1.4 Manfaat Kepribadian *Hardiness*

Khobasha dan Maddi (2002: 173-185), menjelaskan bahwa kepribadian *hardiness* dalam diri seseorang individu berfungsi sebagai:

1. Membantu dalam proses adaptasi individu.

Memiliki kepribadian *hardiness* yang tinggi akan sangat terbantu dalam melakukan proses adaptasi terhadap hal-hal baru, sehingga *stres* yang ditimbulkan tidak banyak.

2. Toleransi terhadap frustrasi

Sebuah penelitian terhadap dua kelompok mahasiswa, yaitu kelompok yang memiliki ketabahan tinggi dan yang rendah, menunjukkan bahwa mereka yang mempunyai ketabahan hati yang tinggi menunjukkan tingkat frustrasi yang lebih baik rendah dibanding mereka yang ketabahan hatinya rendah. Senada dengan hasil penelitian itu, penelitian lain menyimpulkan bahwa ketabahan hati dapat membantu mahasiswa untuk tidak berfikir akan melakukan bunuh diri ketika sedang *stress* dan putus asa.

3. Mengurangi akibat buruk dari *stress*

Kobasa banyak meneliti tentang *hardiness* menyebutkan bahwa, ketabahan hati sangat efektif berperan ketika terjadi periode *stress* dalam kehidupan seseorang. Demikian pula pernyataan beberapa tokoh lain. Hal ini dapat terjadi karena mereka tidak terlalu menganggap *stress* sebagai suatu ancaman.

4. Mengurangi kemungkinan terjadinya *burnout*.

Burnout adalah situasi kehilangan *control* pribadi karena terlalu besar tekanan pekerjaan terhadap diri, sangat rentan dialami oleh pekerja-pekerja emergency seperti perawat yang memiliki beban kerja tinggi, begitu pula pada mahasiswa yang menyelesaikan skripsi mereka memiliki beban yang tinggi dan dituntut untuk segera menyelesaikan pekerjaannya.

Untuk individu yang memiliki beban kerja tinggi, *hardiness* sangat dibutuhkan untuk mengurangi *burnout* yang sangat mungkin timbul. Menurut Shultz dan Schultz (2002: 44) juga menyatakan bahwa mahasiswa yang mempunyai optimisme yang tinggi juga mempunyai *hardiness* yang tinggi sehingga mereka mampu menyelesaikan semua beban tugasnya.

5. Mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil.

Coping adalah penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, bertoleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terdapat dalam situasi *stres*. Kepribadian *hardiness* yang dimiliki dapat membuat individu melakukan *coping* yang cocok dengan masalah yang sedang dihadapi. Individu dengan kepribadian *hardiness* tinggi cenderung memandang situasi yang menyebabkan *stress* sebagai hal positif, dan karena itu dirinya dapat lebih jernih dalam menentukan *coping* yang sesuai Khoshaba dan Maddi (2002: 173-185)

6. Meningkatkan ketahanan diri terhadap *stress*

Kepribadian *hardiness* dapat menjaga individu untuk tetap sehat walaupun mengalami kejadian-kejadian yang penuh *stress*. Karena lebih tahan terhadap *stress*, individu juga akan lebih sehat dan tidak mudah jatuh sakit karena caranya menghadapi *stress* lebih baik dibandingkan individu dengan *hardiness* rendah (Smet, 1994: 22).

7. Membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

Khoshaba dan Maddi (dalam Wahyu, 2005: 14) menyatakan bahwa *hardiness* dapat membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan, baik dalam keadaan *stress* ataupun tidak. Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa *hardiness* yang ada dalam diri seorang individu lebih memiliki toleransi terhadap frustrasi, mengurangi akibat buruk dari *stress*, mengurangi adanya burnout, mengurangi penilaian negatif terhadap suatu kejadian atau keadaan yang dirasa mengancam dan meningkatkan pengharapan untuk melakukan coping yang berhasil, lebih sulit untuk jatuh sakit yang biasanya disebabkan oleh *stress*, membantu individu untuk melihat kesempatan lebih jernih sebagai suatu latihan untuk mengambil keputusan.

2.1.5 Pengukuran *Hardiness*

Kobassa dalam Shapperd dan Kashani (1991: 748) menjelaskan bahwa proses pengukuran *hardiness* didasarkan pada tiga aspek, diantaranya adalah aspek *commitment*, *control* dan *challenges*. Aspek di atas yang dalam penelitian (Shapperd

dan Kashani, 1991: 748) digunakan sebagai acuan utama dalam mengukur *hardiness*. Kombinasi hasil pengukuran dari ketiga aspek diatas yang kemudian digunakan untuk dasar generalisasi kondisi *hardiness* individu.

Konsep pengukuran *hardiness* juga dikemukakan oleh Bortone, Roland, Picano dan Williams (2008: 78-81) yang menyebutkan bahwa pengukuran *hardiness* dapat dilakukan dengan melihat tiga aspek dari individu yaitu *commitment*, *control* dan *challenges*. Ketiga aspek tersebut yang mendasari Bortone dkk, (2008: 78-81) dalam menyusun skala pengukuran *hardiness*.

Hasil penelitian analisis faktor yang dilakukan oleh Funk dalam Kardum, Knezevic dan Krapic (2012: 490) mendapati bahwa untuk melihat dan mengukur sejauh mana *hardiness* pada individu, dapat dilihat melalui tiga factor dari individu yaitu *commitment*, *control* dan *challenges*. Ketiga aspek tersebut yang mendasari Kardum, Knezevic dan Krapic (2012: 490) dalam menyusun skala pengukuran *hardiness*, hasil pengukuran ini yang digunakan Kardum, Knezevic dan Krapic untuk menguji hipotesis dan dasar generalisasi kondisi *hardiness* individu.

Hardiness menurut Kobassa dalam Shapperd dan Kashani (1991: 748) dapat diukur dengan melihat tiga aspek *commitment*, *control* dan *challenges* dalam konteks individu yang menghadapi tekanan atau keadaan yang menimbulkan *stres*. Kobassa menjelaskan bahwa *hardiness* individu dapat nko diukur melalui penampilan tiga aspek *commitment*, *control* dan *challenges* yang termanifestasi dari perilaku individu saat menemui situasi yang menimbulkan *stres*. Konteks

penelitian yang dilakukan oleh Kobassa pada kondisi individu dalam setting menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari. Konteks pengukuran Kobassa menjadi dasar acuan terhadap pengukuran *hardiness* selanjutnya.

Konteks penelitian yang dilakukan oleh Bortone dkk (2008 78-81) adalah pada dunia militer. Bortone dkk, memandang anggota militer memiliki tekanan dan kemungkinan *stres* yang tinggi karena setiap saat dihadapkan pada ancaman bahaya yang ditimbulkan oleh pihak musuh atau pemberontak. Konteks penelitian dalam bidang militer secara stimulus *stres* memang berbeda dengan yang dilakukan peneliti, akan tetapi peneliti memandang koridor berkaitan ketahanan menghadapi *stress*.

2.2 Kerangka Berpikir

Menurut Schultz dan Schltz (2006: 45) menjelaskan bahwa individu yang memiliki tingkat *hardiness* yang tinggi memiliki sikap yang membuat individu lebih mampu dalam melawan *stress*. Individu yang memiliki *hardiness* yang rendah dalam kondisi memiliki ketidak yakinan akan kemampuan dalam mengendalikan situasi. Individu dengan *hardiness* yang rendah memandang kemampuannya rendah dan tidak berdaya serta diatur oleh nasib. Penilaian tersebut menyebabkan kurangnya pengharapan, membatasi usaha dan mudah menyerah ketika mengalami kesulitan sehingga mengakibatkan kegagalan.

Fenomena dilapangan menjelaskan bahwa masih banyak mahasiswa yang mengambil skripsi sering kali dihadapkan dengan berbagai masalah yang dihadapi saat mengerjakan skripsi. Terkadang skripsi juga sering ditinggalkan dengan

masalah yang belum dapat terselesaikan dan baru kembali mengerjakan skripsi apabila kondisi hati atau *mood* mereka sudah membaik.

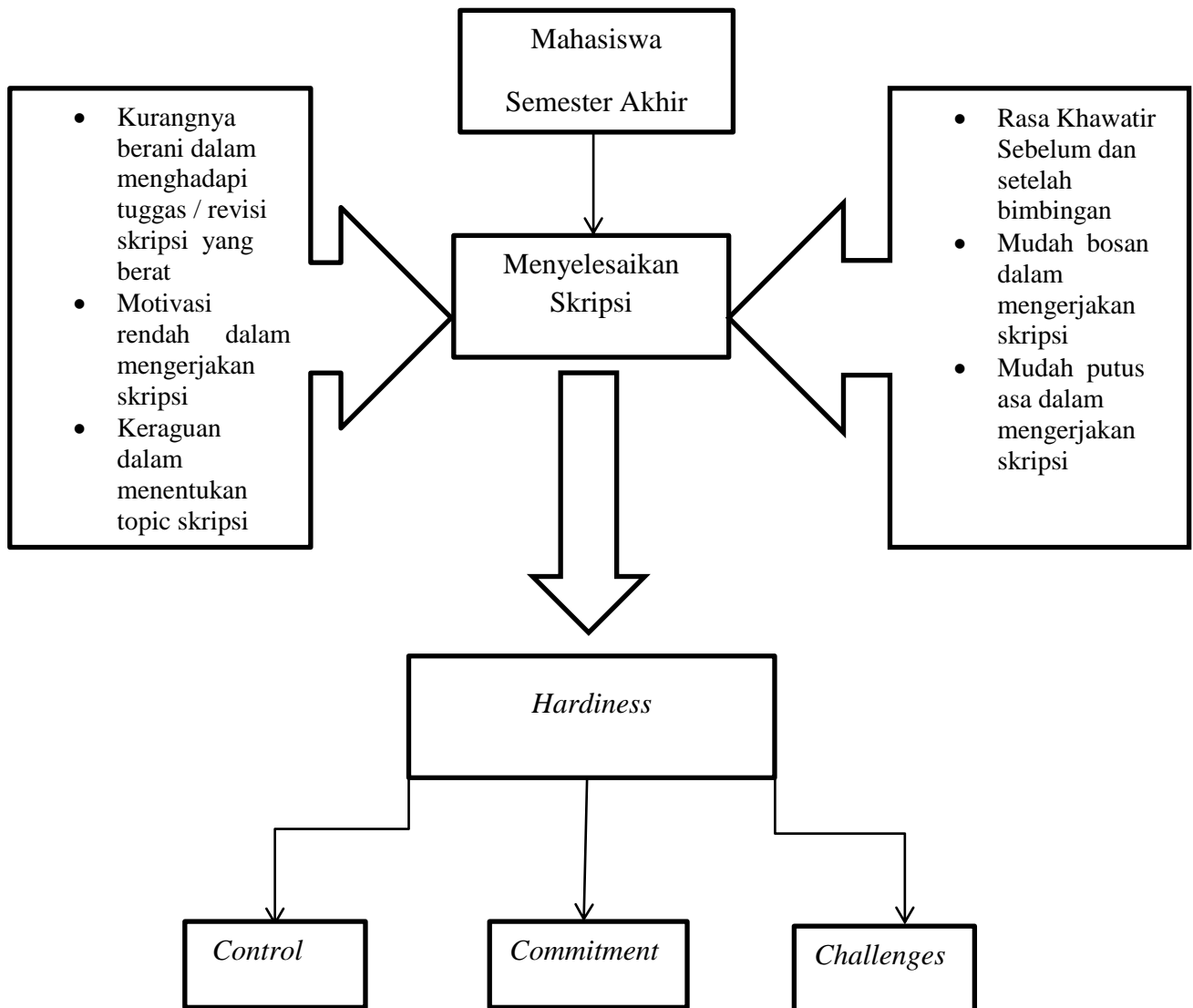
Selama proses pengerjaan skripsi, sebagian mahasiswa mengalami hambatan dan kesulitan baik dari faktor internal maupun eksternal diri mahasiswa. Seperti, waktu pengambilan data yang tidak sesuai dengan kondisi subjek dan khawatir saat sebelum dan sesudah bimbingan skripsi, sedikit kesulitan untuk memulai, mulai lelah karena revisi tak kunjung selesai, dan motivasi yang sedikit menurun karena tertinggal oleh temanteman yang lain, motivasi rendah mudah bosan.

Untuk mengatasi hambatan yang dirasakan, mahasiswa membutuhkan usaha atau strategi yang tepat agar tetap dapat melanjutkan dan menyelesaikan skripsinya. Usaha atau strategi tersebut bergantung pada kepribadian yang dimiliki individunya, yaitu apakah dirinya mudah menyerah pada keadaan atau justru menghadapinya dengan penuh semangat. Salah satu faktor kepribadian yang membedakan reaksi individu terhadap situasi yang dihadapi adalah sekumpulan personality trait yang disebut sebagai *hardiness*.

Hardiness merupakan sikap dan ketrampilan untuk bertahan dalam keadaan *stress*. *Hardiness* diperlukan agar mahasiswa melihat skripsi sebagai sesuatu yang cukup penting dan bermanfaat untuk memfokuskan perhatian, imajinasi dan usaha mereka (Maddi & Khobasa dalam Wahyu, 2005: 15). Dibutuhkan *hardiness* sehingga mahasiswa mampu menemukan jalan keluar terbaik dari masalahnya yang sesuai dengan harapan selama mengerjakan skripsi.

Hardiness melibatkan tiga keyakinan yang saling berhubungan, yaitu bahwa dalam setiap hal yang dihadapi pasti terdapat hal-hal yang menarik dan berguna (*commitment*), bahwa individu dapat mempengaruhi setiap kejadian yang terjadi dalam hidup jika mau mencobanya (*control*), dan bahwa kehidupan yang seringkali berubah adalah hal yang wajar terjadi (*challenge*).

Keyakinan-keyakinan tersebut akan mempengaruhi bagaimana seorang individu memaknakan situasi dan mengatasi masalah yang terjadi dalam melakukan suatu pekerjaan. Dalam hal ini, keyakinan-keyakinan tersebut mempengaruhi bagaimana mahasiswa mengatasi hambatan yang dirasakannya selama mengerjakan skripsi. Berikut kerangka berfikir:



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan penjelasan mengenai hasil penelitian yang telah dilakukan, maka kesimpulan yang dapat ditarik kesimpulan sebagian besar mahasiswa memiliki *hardiness* yang mengerjakan skripsi di universitas negeri semarang *hardiness* yang sedang dengan persentasi 70%. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang mengerjakan skripsi memiliki sikap *hardiness* pada skripsi yang sedang.

Jika dilihat dari aspek *hardiness*. Aspek *commitment* mayoritas memiliki *commitment* yang sedang. Aspek control mayoritas responden memiliki *control* yang sedang. Sedangkan di aspek *challenges* mayoritas responden memiliki *challenges* yang rendah. Dari 3 aspek yang ada pada *hardiness* yang paling berpengaruh dari dalam pengerjaan skripsi adalah *commitment* mahasiswa untuk tetap menyelesaikan skripsi. Berdasarkan karteristik peneliti menjadi 3 klompok, tahun masuk, fakultas dan lama pengerjaaaan skripsi mayoritas sempel berada pada kategorisasi sedang.

5.2 Saran

Berdasarkan pembahasan hasil penelitian, analisis data, dan kesimpulan, maka peneliti mengajukan saran sebagai berikut:

1. Bagi Mahasiswa

Mahasiswa diharapkan dapat ketabahan yang sangat tinggi dalam menghadapi setiap permasalahan terkait pengerjaan skripsi bagi mahasiswa. mahasiswa dengan *hardiness* yang tinggi akan memunculkan perilaku yang tetap bertahan ditengah banyaknya masalah yang menghambat, sedangkan individu yang memiliki *hardiness* yang rendah akan memunculkan perilaku yang cenderung mudah menyerah dalam menghadapi setiap permasalahan terkait apayang mereka kerjakan.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya yang hendak meneliti ataupun hendak mengembangkan penelitian sejenis, untuk mencari referensi yang lebih luas, dan dari hasil penelitian dari aspek *challenges* termasuk rendah mungkin peneliti selanjutnya bisa di teliti dari aspek *challenges* dalam pengerjaan skripsi.

DAFTAR PUSTAKA

- Allred, K. D., & Smith, T. W. (1989). *The hardy personality: cognitive and physiological responses to evaluative threat. Journal of Personality and Social Psychology*, Vol. 56, No.2 , 257-266.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2011). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bartone, P. T., Roland, R. (2008). *Psychological hardiness predict succes in US army special forces candidates. International Journal of Selection and assesment*, Vol. 16, No.1 , 78-81
- Bissonnette, M. (1998). *Optimism, Hardiness, and Resiliency: A Review of the Literature. Prepared for the Child and Family Partnership Project*
- Ciccarelli, S. K., & Meyer, G. E. (2006). *Psychology. Upper Saddle River, New Jersey: Pearson Education, Inc.*
- Cole, M., Feild, H., & Harris, S. (2004). *Student Learning Motivation and Psychological Hardiness: Academy of Management of Learning and Education, Vol. 3/1, 64-85*
- Darmono, & Hasan, A, M. (2004). *Menyelesaikan Skripsi Dalam Satu Semester*. Jakarta: PT Grasindo.
- Dickson, W. L. (2006). *Increasing Coping resource: anexperimantal intervention approach. Retrived July 18, 2012.*
- Dodik S,S. Dan Astuti, A. (2012). *Hubungan Antartctica Kepribadian Hardiness Dengan stress Kerja Pada anggota Polri Bagian Operasional Di Polresta Yogyakarta. Jurnal INSIGHT*. Vol. 10. No. 1. Halaman 37-48.
- Hidayat, A. (2007). *Riset Keperawatan dan Tehnik Penulisan Ilmiah*. Jakarta: Salemba Medika
- Irwanto. (2002). *Psikologi Umum*. Jakarta: PT. Prenhallindo
- Purwanto, E. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Semarang: Fakultas Ilmu Pendidikan UNNES.

- Kardum, Krapić & Knežević. (2012). *The Structure of Hardiness, its Measurement Invariance across Gender and Relationships with Personality Traits and Mental Health Outcomes. Psychological Topics Journal 21 (2012),3, 487-507. Croatia.*
- Kamtsios, & Evangelia Karagiannopoulou..(2012).*Conceptualizing students' academic hardiness dimensions: a qualitative study. Europe Journal Psychology Education. DOI 10.1007/s10212-012-0141-6*
- Kobasa, S. C. (1982). *The Hardy Personality: Toward a social psychology of stress and health. Hillsdale: Erlbaum.*
- Kobasa, S.C. (1979). *Stressful Life Events, Personality and Health : Aprospective Study. Journal of Personality and Social Psychology. 37,1-11.*
- Larastika.c.g. (2008) Hubungan Kepribadian Hardiness dan kesejahteraan psikologis pada lansia, skripsi
- Maddi, S. R.. (2002). *The story of hardiness: Twenty years of theorizing, research, and practice. Consulting Psychology Journal, 54, 173-185*
- Maddi, S., R., & Khosaba. D., M. (2005). *Resilience at Work. New York: American Management Association.*
- Maddi, S. R. (2006). "Hardiness: The courage to grow from stresses". *Journal of Positive Psychology 1 (3): 160–168.*
- Maddi, S. R. (2013). *Hardiness: Turning Stressful Circumstances into Resilient Growth. New York: Springer Dordrecht Heidelberg.*
- Miyahara, M. (2008). *Social Support for Developmental Disabilities : Theoretical Framework, Practice, and Research Agenda. New Zealand Journal of Disabilities Studies Vol 13, 14-23. New Zealand.*
- Mahmudah, I. (2009). Perbedaan Ketangguhan Pribadi (*Hardiness*) Antara Siswa Dan Siswi Di Sekolah Menengah Pertama Daerah Rawan Abrasi. *Indigenous Jurnal Ilmiah Psikologi. Kognisi. Volume 11, No 2, Hal 47-59.*
- Mu'tadi, Zainun. (2002). Kesulitan Menulis Dari: [http:// www. Epsikologi.com/lain-lain/zainun.htm](http://www.Epsikologi.com/lain-lain/zainun.htm)
- Nurtjahjanti, H Dan Ratnaningsih, I. Z. (2011). Hubungan Kepribadian *Hardiness* Dengan Optimisme Pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (CTKI) Wanita

- Di BLKLN Disnakertrans Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*. Vol. 10. No.2. Halaman 126-132.
- Pratiwi Bekt. (2012). Hubungan antara keyakinan diri (self efficacy) mengerjakan skripsi dengan *stres* yang dialami pada mahasiswa program studi BK UNY. Skripsi .Yogyakarta . Fakultas Bimbingan Konseling UNY.
- Rachman, Amilia Mayang Putri. (2013). *Hardiness Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi Ditinjau dari Tingkat Optimisme*. *Jurnal Fakultas Psikologi* Vol 2 No. 4
- Rozaq, Abdur (2014) *Tingkat Stres Mahasiswa Dalam Proses Mengerjakan Skripsi*, UIN Sunan Ampel Surabaya.
- Rumiani. 2006. Prokrastinasi Akademik Ditinjau dari Motivasi Berprestasi dan Stres Mahasiswa. *Jurnal Psikologi UNDIP*. Vol.3, No.2 (37-48).
- Santrock. (2003). *Adolescence*. Jakarta: Erlangg.
- Santrock. J. W. (2002). *Life-Span Development: Perkembangan Masa Hidup*. (edisi kelima) Jakarta: Erlangga
- Sabela osi isna, Jati Ariati, Imam Setyawan. (2014). Ketangguhan mahasiswa yang berwirausaha, *Jurnal Psikologi Undip* Vol.13 No.2 Oktober 2014, 170-189
- Sandjaja B dan Albertus Heriyanto. (2011). *Panduan Penelitian*, Jakarta, Prestasi Pustaka Publisher, Edisi revisi.
- Schultz, D. dan Schltz, S. E. (2006). *Psychology & Work Today Ninth Edition*. New Jersey: Pearson Education. Inc.
- Seligman, M. E. P. (2006). *Learned Optimism: How to Change Your Mind and Your Life*. New York: A Division of Random House, Inc
- Shepperd, J. A., & Kashani, J. (1991). *The relationship of hardiness, gender, and stress to health outcome in adolescents*. *Journal of personality*, Vol.59, No.4 , 747-768.
- Smet, B. (1994) "Psikologi Kesehatan" , Jakarta: PT. Grasindo.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.

- Thomas, J. C., Segal, D. L., & Hersen, M. (2006). *Comprehensive Handbook of Personality and Psychopathology: Personality and Everyday Functioning*. Hoboken, New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.
- Traits and Mental Health Outcomes. *Psychological Topics Journal* 21 (2012),3, 487-507. *Croatia*.
- Wahyu Rahrjo,(2005).”Kontribusi *Hardiness* dan *Self Efficacy* Terhadap *Stress Kerja*(Studi Pada Perawat RSUD DR. Soerrajdi Tirtonegoro Klaten)”. Jakarta : Fakultas Psikologi Gunadarma.
- Yulia P,C.,Henny, A.,& Vethy, O . (2015), Pengaruh komunikasi interpersonal mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi terhadap gejala *stres* mahasiswa dalam menyusun skripsi. *Jurnal FIS UNIVED Bengkulu*. vol 2.No1. 1 Juni 2015