

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tantangan baru dalam dunia akademik yang dialami mahasiswa zaman sekarang adalah informasi yang terlalu melimpah di internet. Dalam hal ini mahasiswa memang mudah untuk menemukan materi, tetapi di sisi lain mahasiswa juga harus pintar memilih mana sumber yang benar dan berkualitas. Terlebih lagi, gangguan dari media sosial dan gawai juga menjadi masalah besar. Notifikasi, game, dan *scrolling* sering membuat fokus belajar mudah pecah.¹ Karena itu, mahasiswa perlu kemampuan mengatur waktu dan disiplin yang lebih kuat. Di sisi lain, di kampus, sistem belajar sekarang juga menuntut mahasiswa lebih aktif dan mandiri. Tugas sering berbentuk proyek, kerja kelompok online, dan presentasi, sehingga tidak bisa hanya menunggu penjelasan dosen. Dalam hal ini, mahasiswa tidak cukup hanya punya nilai bagus, tetapi juga perlu pengalaman, keterampilan tambahan, dan portofolio.²

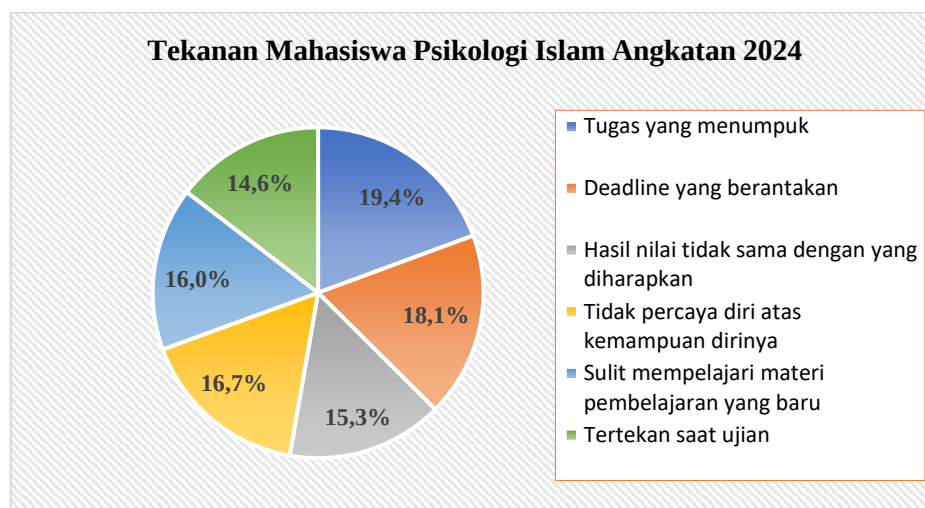
Berdasarkan hasil survei lapangan pada tanggal 9 Februari 2026 terhadap 30 mahasiswa program studi psikologi islam UIN Syekh Wasil Kediri angkatan 2024 diperoleh bahwa mereka pernah menghadapi hambatan dalam belajar akademik. Hambatan yang paling sering dialami mencakup tugas yang menumpuk, *deadline* yang berantakan, hasil nilai tidak sama dengan yang diharapkan, tidak percaya diri atas kemampuan dirinya, dan sulit memahami materi pembelajaran yang baru. Situasi

¹ Ela Khairani Br.Siregar and Muhammad Irwan Padli, "Peran Internet Dalam Pendidikan Di Era Digital," *JMA: JURNAL MEDIA AKADEMIK* 3, no. 1 (2025): 1–19.

² Nur Muhammad Said and Syaiful Rizal, "Analisis Dampak Program Merdeka Belajar-Kampus Merdeka (MBKM) Terhadap Efektivitas Pembelajaran Di Perguruan Tinggi," *INCARE: International Journal of Educational Resources*. 6, no. 2 (2025), h. 196–207.

ini membuat respon-respon emosional yaitu misalnya stres, cemas, sedih, takut salah, hingga kelelahan sampai keinginan untuk menyerah.

Gambar 1. 1 Grafik Survei Tekanan Pada Mahasiswa



Berdasarkan hasil data penelitian terhadap 30 mahasiswa, diperoleh total frekuensi tekanan akademik sebanyak 144 respons. Tekanan akademik yang paling banyak dialami mahasiswa adalah banyaknya tugas perkuliahan yang menumpuk sebanyak 28 respons (19,4%), diikuti kesulitan mengatur waktu sebanyak 26 respons (18,1%), sulit memahami materi pembelajaran yang baru sebanyak 24 respons (16,7%), tidak percaya atas kemampuan dirinya sebanyak 23 respons (16,0%), hasil nilai tidak sesuai dengan harapan sebanyak 22 respons (15,3%), dan tertekan saat ujian sebanyak 21 respons (14,6%).³

Survei di atas menunjukkan bahwa mahasiswa sedang menghadapi tantangan yang bersifat wajar dan sehari-hari dalam proses perkuliahannya. Berdasarkan hasil wawancara dengan 8 mahasiswa, ditemukan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengelola tugas dan waktu. Mereka mengeluhkan tugas

³ Hasil survei oleh penulis dengan 30 mahasiswa UIN Syekh Wasil Kediri, pada bulan Februari 2026.

perkuliahan yang menumpuk, sulit memahami materi baru, serta sering mengalami kelelahan dan stres. Selain itu, beberapa mahasiswa mengaku *deadline* tugas sering berantakan karena kesibukan lain seperti bekerja atau kurangnya perencanaan yang baik. Dari sisi akademik, beberapa mahasiswa merasa kecewa terhadap hasil nilai yang tidak sesuai harapan dan khawatir tidak dapat lulus tepat waktu. Rasa kurang percaya diri, kecemasan, dan tekanan juga muncul terutama saat presentasi maupun ujian. Secara umum, temuan ini menunjukkan bahwa mahasiswa masih perlu meningkatkan kemampuan manajemen waktu, pengelolaan tugas, serta kepercayaan diri dalam menghadapi tuntutan perkuliahan.

Ini sejalan dengan penelitian oleh Epifania M. Ladapase dan Anastasia Sona yang menyatakan bahwa stres akademik mahasiswa itu diakibatkan oleh beban tugas yang menumpuk dan juga tuntutan memperoleh nilai serta prestasi yang tinggi.⁴ Sejalan juga dengan penelitian oleh Dewi Saptarina dkk yang mendapati hubungan antara tingkat kecemasan dengan IPK mahasiswa.

Dalam konteks tersebut, *academic buoyancy* menjadi penting untuk diteliti karena berkaitan dengan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi dan mengatasi tekanan akademik yang bersifat ringan hingga sedang secara efektif. Mahasiswa dengan tingkat *academic buoyancy* yang baik akan lebih mampu tetap fokus, tidak mudah menyerah, serta dapat bangkit kembali dari kesulitan akademik yang dialami. *Academic buoyancy* yang tinggi memungkinkan mahasiswa tetap fokus pada tujuan akademiknya meskipun menghadapi kegagalan, nilai yang kurang memuaskan, maupun tekanan tugas. Sebaliknya, rendahnya *academic buoyancy* dapat membuat

⁴ Epifania M. Ladapase and Anastasia Sona, "Gambaran Stres Akademik Pada Mahasiswa Universitas," *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang* 2, no. 1 (2022), h.24.

mahasiswa lebih mudah menyerah ketika menghadapi kesulitan akademik.⁵ Penelitian menunjukkan bahwa *academic buoyancy* dapat ditingkatkan melalui berbagai faktor psikologis dan lingkungan, seperti peningkatan *self-efficacy*, dukungan sosial, motivasi akademik, serta *self-concept*.⁶

Di antara berbagai faktor tersebut, *self-concept* menjadi salah satu faktor yang penting karena berkaitan dengan cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri dalam menghadapi tekanan dan bangkit kembali dari tekanan akademik. Calhoun dan Acocella dikutip dalam buku Ghufroon and Suminta menjelaskan *self-concept* merupakan gambaran mental yang dimiliki seseorang tentang dirinya sendiri.⁷ *Self-concept* yang positif membuat individu memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya dalam menghadapi berbagai tuntutan dan tantangan.⁸ Oleh karena itu, *self-concept* diduga berperan dalam menentukan kemampuan mahasiswa untuk bertahan dan bangkit dari berbagai hambatan akademik yang dihadapi.⁹

Namun, sejauh penelitian tidak banyak penelitian yang melakukan penelitian mengenai pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* dengan khusus, terutama dalam konteks mahasiswa di Indonesia. Padahal, memahami pengaruh tersebut sangatlah penting agar institusi pendidikan bisa merancang program atau intervensi yang tepat untuk meningkatkan ketahanan akademik mahasiswa. Penelitian ini menjadi semakin relevan jika dilihat pada mahasiswa Program Studi

⁵ Khoiriyah Ulfah, Ahmad Supriandi, and Nugroho Arief Setiawan, "Academic Self Concept And Esteem Support In Mathematics Students: Do They Affect Academic Buoyancy," *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi* 4, no. 3 (2024): 244–256.

⁶ Martin and Marsh, "Academic Buoyancy: Towards an Understanding of Students' Everyday Academic Resilience", *op. cit.*, h.60.

⁷ Muhammad Nur Ghufroon and Rini Risnawita Suminta, *Teori Teori Psikologi*, ed. Rose Kusumaningratri (Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA, 2010), h.13.

⁸ Jahju Hartanti, *Konsep Diri Karakteristik Berbagai Usia* (Surabaya: Universitas PGRI Adi Buana, 2018), h.70-71.

⁹ *Ibid*, h.72-73.

Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri angkatan 2024, karena selain wajib mengikuti perkuliahan rutin, mahasiswa dihadapkan pada berbagai beban instruksional seperti tugas mandiri, tugas kelompok, kuis, dan presentasi ilmiah. Tidak hanya itu, mereka juga didorong untuk terlibat aktif dalam pengembangan diri nonakademik, seperti organisasi kemahasiswaan (DEMA/SEMA), Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM), hingga kegiatan wajib Ma'had Al-Jami'ah.

Berbagai tuntutan yang simultan ini menciptakan tekanan psikologis tersendiri, terutama bagi mahasiswa program studi Psikologi Islam angkatan 2024 yang saat ini berada di semester pertengahan. Fase ini merupakan masa krusial di mana mahasiswa mulai memasuki pendalaman materi keilmuan integratif yang padat, sehingga sangat rentan memengaruhi *academic buoyancy* mereka. Dinamika *academic buoyancy* pada lokus ini menjadi sangat unik dan spesifik karena dua faktor utama. Pertama, sebagai angkatan yang masuk dalam fase transisi kelembagaan alih status dari institut menjadi Universitas, mahasiswa angkatan 2024 dihadapkan pada restrukturisasi standar mutu dan beban tugas yang jauh lebih tinggi secara struktural. Kedua, sebagai mahasiswa Psikologi Islam, mereka memikul beban ganda untuk menyintesis ilmu psikologi barat dengan khazanah keislaman.¹⁰

Kondisi ini secara teoritis menuntut kesiapan *self-concept* yang matang agar mereka mampu bertahan menghadapi tekanan perkuliahan tersebut. Oleh karena itu, fokus penelitian diarahkan pada kelompok mahasiswa ini untuk membedah bagaimana pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* dalam konteks lingkungan universitas yang sedang bertransformasi.

¹⁰ Hasil wawancara awal penulis dengan mahasiswa prodi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri ANGKATAN 2024, pada bulan Mei 2025.

Berdasarkan seluruh uraian fenomena dan permasalahan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih mendalam dengan judul: “Pengaruh *Self-Concept* terhadap *Academic Buoyancy* pada Mahasiswa”.

B. Rumusan Masalah

Berlandaskan latar belakang yang telah ada, rumusan masalah dari penelitian yang akan dilaksanakan yaitu:

1. Bagaimana tingkat *self-concept* pada mahasiswa?
2. Bagaimana tingkat *academic buoyancy* pada mahasiswa?
3. Bagaimana pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitiannya yakni:

1. Untuk mengetahui tingkat *self-concept* pada mahasiswa.
2. Untuk mengetahui tingkat *academic buoyancy* pada mahasiswa.
3. Untuk mengetahui bagaimana pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa.

D. Manfaat Penelitian

Dari tujuan penelitian diatas, manfaat penelitian ini dapat mencapai hasil yang sesuai dengan harapan dan bisa bermanfaat dalam bidang teoritis dan juga praktis. Manfaat dari penelitian yang diharapkan sejalan dengan masalah penelitian yang diangkat yaitu:

1. Secara Teoritis

Peneliti berharap penelitian yang akan dilaksanakan bisa memberi kontribusi dalam perkembangan ilmu psikologi pendidikan, khususnya yang terkait dengan *self-concept* dan *academic buoyancy*. Hasil penelitian ini juga bisa memperkaya kajian teoritis tentang bagaimana *self-concept* memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik secara positif.

2. Secara Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Memberikan pemahaman mengenai pentingnya membangun *self-concept* yang positif sebagai faktor yang bisa memaksimalkan kemampuan dalam menghadapi tekanan dan juga tantangan akademik (*academic buoyancy*).

b. Bagi Dosen dan Tenaga Pendidik

Menjadi bahan pertimbangan dalam memberikan bimbingan atau pendekatan pembelajaran yang mampu mendukung perkembangan *self-concept* mahasiswa demi tercapainya ketahanan akademik yang lebih baik.

c. Bagi Perguruan Tinggi

Memberikan informasi yang berguna dalam merancang program-program pengembangan diri mahasiswa yang mendukung terbentuknya *self-concept* positif dan kemampuan untuk bangkit dari tekanan akademik.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi referensi dan acuan untuk penelitian lebih lanjut yang membahas variabel-variabel serupa atau ingin mengembangkan model intervensi berdasarkan pengaruh antara *self-concept* dan *academic buoyancy*.

E. Penelitian Terdahulu

Penelitian terdahulu yang dipakai untuk penelitian yang dilaksanakan ini yaitu:

Tabel 1. 1 Penelitian Terdahulu

No	Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode	Hasil Penelitian	Persamaan dengan Penelitian Ini	Perbedaan dengan Penelitian Ini
1	Herlyza Putri & Zulian Fikry (2025)	Hubungan Kecerdasan Emosional dengan <i>Academic Buoyancy</i> pada Siswa SMA Kabupaten Pasaman	Mengetahui hubungan kecerdasan emosional dengan <i>academic buoyancy</i> siswa SMA	Kuantitatif korelasional; Spearman Rho; n=341	Hubungan positif sangat signifikan antara kecerdasan emosional dan <i>academic buoyancy</i>	Sama-sama meneliti <i>academic buoyancy</i> dan menggunakan pendekatan kuantitatif	Variabel bebas berbeda; subjek siswa SMA; analisis korelasi bukan regresi. ¹¹
2	Aulia Suhesty & Zafira Noor Basuki (2022)	Penyesuaian Diri dan Efikasi Diri Akademik terhadap <i>Academic Buoyancy</i>	Mengetahui pengaruh penyesuaian diri dan efikasi diri akademik terhadap <i>academic buoyancy</i> mahasiswa bekerja	Kuantitatif; regresi linear berganda; n=107	Penyesuaian diri dan efikasi diri akademik berpengaruh signifikan	Sama-sama meneliti <i>academic buoyancy</i> pada mahasiswa dan memakai regresi	Variabel bebas berbeda; subjek mahasiswa bekerja; dua prediktor. ¹²
3	Wardani (2024)	Analisis <i>Academic Buoyancy</i> pada Mahasiswa di Institut	Menganalisis pengaruh <i>students academic support</i> terhadap	Mixed method; regresi sederhana; n=137	<i>Students academic support</i> berpengaruh kuat terhadap	Sama-sama meneliti <i>academic buoyancy</i> pada	Variabel bebas berbeda; desain

¹¹ Herlyza Putri and Zulian Fikry, "Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Academic Bouyancy Pada Siswa SMA Kabupaten Pasaman," *Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan* 3, no. 5 (2025): 1–20.

¹² Aulia Suhesty and Zafira Noor Basuki, "Penyesuaian Diri Dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Academic Buoyancy," *Jurnal Basicedu* 6, no. 3 (2022): 5456–5466.

		Agama Islam Negeri Metro	<i>academic buoyancy</i>		<i>academic buoyancy</i>	mahasiswa	mixed method. ¹³
4	Khoiriya Ulfah, Ahmad Supriandi, & Nugroho Arief Setiawan (2024)	<i>Academic Self Concept and Esteem Support in Mathematics Students: Do They Affect Academic Buoyancy</i>	Mengetahui pengaruh <i>academic self-concept</i> dan <i>esteem support</i> terhadap <i>academic buoyancy</i>	Kuantitatif; regresi linear berganda; n=103	<i>Academic self-concept</i> dan <i>esteem support</i> berpengaruh terhadap <i>academic buoyancy</i>	Sama-sama menggunakan variabel <i>self-concept</i> dan <i>academic buoyancy</i>	Menggunakan dua variabel bebas; subjek mahasiswa pendidikan matematika. ¹⁴
5	Wara Anggana, Sumedi P Nugraha, & Ratna Syifa'a Rachmahana (2022)	<i>Self-Instruction Training</i> untuk Meningkatkan Derajat <i>Academic Buoyancy</i> Mahasiswa	Menguji efektivitas <i>self-instruction training</i> dalam meningkatkan <i>academic buoyancy</i> mahasiswa	Eksperimen (intervensi)	<i>Self-instruction training</i> efektif meningkatkan <i>academic buoyancy</i>	Sama-sama membahas <i>academic buoyancy</i> pada mahasiswa	Desain eksperimen; tidak meneliti <i>self-concept</i> . ¹⁵
6	Indah Purwanti, Moersito Wimbo Wibowo, & Dwi Yulis Susanto (2024)	Dukungan Sosial dan Konsep Diri Akademik terhadap <i>Academic Buoyancy</i>	Mengetahui pengaruh dukungan sosial dan konsep diri akademik terhadap	Kuantitatif; regresi; n=110	Dukungan sosial dan konsep diri akademik berpengaruh signifikan	Sama-sama meneliti konsep diri akademik dan <i>academic buoyancy</i>	Dua variabel bebas; subjek siswa MAN. ¹⁶

¹³ Wardani, "Analisis Academic Buoyancy Pada Mahasiswa Di Institut Agama Islam Negeri Metro," *JSP: Jurnal Social Pedagogy* 5, no. 2 (2024): 140–150.

¹⁴ Ulfah, Supriandi, and Setiawan, "Academic Self Concept And Esteem Support In Mathematics Students: Do They Affect Academic Buoyancy."

¹⁵ Wara Anggana, Sumedi P Nugraha, and Ratna Syifa'a Rachmahana, "Self-Instruction Training Untuk Meningkatkan Derajat Academic Buoyancy Mahasiswa," *JICOP: Journal of Islamic and Contemporary Psychology* 2, no. 2 (2022): 110–116.

¹⁶ Indah Purwanti, Moersito Wimbo Wibowo, and Dwi Yulis Susanto, "Dukungan Sosial Dan Konsep Diri Akademik Terhadap Academic Buoyancy," *Jurnal Fenomena* 33, no. 1 (2024): 139–150.

			<i>academic buoyancy</i>				
--	--	--	--------------------------	--	--	--	--

Berdasarkan hasil telaah terhadap penelitian terdahulu, dapat diketahui bahwa sebagian besar penelitian menunjukkan adanya pengaruh atau hubungan positif antara faktor-faktor psikologis dengan *academic buoyancy*. Variabel seperti kecerdasan emosional, penyesuaian diri, efikasi diri akademik, *students academic support*, *academic self-concept*, dukungan sosial, dan konsep diri akademik terbukti berkontribusi terhadap peningkatan *academic buoyancy*. Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan mahasiswa atau siswa dalam menghadapi tekanan dan tantangan akademik sehari-hari dipengaruhi oleh kondisi psikologis internal maupun dukungan dari lingkungan.

Meskipun demikian, masih terdapat beberapa aspek yang belum banyak dibahas dalam penelitian sebelumnya. Sebagian besar penelitian lebih berfokus pada *academic self-concept* atau konsep diri akademik, dukungan sosial, efikasi diri, dan faktor lingkungan lainnya. Penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh *self-concept* secara umum terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa masih relatif terbatas. Selain itu, penelitian terdahulu juga banyak dilakukan pada siswa SMA, siswa MAN, mahasiswa pekerja, maupun mahasiswa program studi tertentu, sehingga konteks mahasiswa Psikologi Islam masih jarang diteliti.

Penelitian ini perlu dilakukan untuk mengisi kesenjangan penelitian (*research gap*) mengenai pengaruh *self-concept* terhadap *academic buoyancy* pada mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran *self-concept* dalam membantu mahasiswa menghadapi berbagai tekanan akademik sehari-hari. Selain itu, penelitian ini juga memberikan kontribusi empiris dalam pengembangan kajian psikologi pendidikan, khususnya pada mahasiswa Program Studi Psikologi Islam UIN Syekh Wasil Kediri angkatan 2024.

F. Definisi Operasional

a. *Academic Buoyancy*

Academic buoyancy merupakan kemampuan mahasiswa secara efektif bangkit kembali dan terus bertahan dalam menghadapi tekanan, tantangan dan hambatan akademik yang wajar dan bersifat sehari-hari dalam proses perkuliahan. Variabel ini diukur menggunakan alat ukur yang disusun berdasarkan model 5Cs yang dikembangkan oleh Martin dan rekannya yang mencakup lima aspek penting, yaitu *confidence* (keyakinan akan kemampuan diri atau *self-efficacy*), *coordination* (perencanaan yang terstruktur atau *planning*), *commitment* (ketekunan dan *persistence*), *composure* (kemampuan menghadapi kecemasan dengan tenang atau *low anxiety*), dan *control* (kemampuan mengelola diri).¹⁷ Masing-masing aspek diukur melalui beberapa pernyataan dengan skala likert 4 poin.

b. *Self-Concept*

Self-concept didefinisikan ialah persepsi mahasiswa pada dirinya sendiri. Variabel ini diukur menggunakan alat ukur yang disusun berbasis pada teori Calhaoun dan Acocella yang dikutip dalam buku Ghufon dan Suminta. Instrumen ini terdiri dari tiga dimensi, yaitu pengetahuan, harapan, dan penilaian¹⁸ yang masing-masing diukur dengan beberapa pernyataan dalam skala likert 4 poin, dari (sangat tidak setuju) sampai (sangat setuju).

¹⁷ Andrew J. Martin et al., "Longitudinal Modelling of Academic Buoyancy and Motivation: Do the '5Cs' Hold up over Time?," *British Journal of Educational Psychology* 80, no. 3 (2010), h.475.

¹⁸ Muhammad Nur Ghufon and Rini Risnawita Suminta, *Teori Teori Psikologi*, op. cit., h.17-18.