

STUDI DESKRIPTIF MENGENAI *COPING STRATEGY* PADA MAHASISWA FAKULTAS X UNIVERSITAS X YANG MENGALAMI SALAH JURUSAN

ZUFADLY MUSTOFA

ABSTRAK

Salah jurusan dapat memunculkan beberapa masalah pada mahasiswa antara lain problem psikologis, akademis dan relasional. Permasalahan psikologis ditunjukkan dengan perasaan tidak nyaman ketika menerima perkuliahan yang dirasakan tidak sesuai dengan minat, permasalahan akademis ditunjukkan dengan prestasi yang tidak optimal, sedangkan permasalahan relasional muncul ketika mahasiswa menarik diri dari lingkungannya karena merasa tidak nyaman dengan situasi perkuliahan. Salah jurusan juga berdampak pada munculnya rasa kecewa dan menyesal. Hal ini bisa mengarah pada munculnya stres, dan dapat berimbas kepada produktivitas di bangku kuliah. Salah satu cara mahasiswa untuk mempertahankan performa dalam perkuliahan adalah *coping strategy*.

Penelitian ini dilakukan di Fakultas X Universitas X, dengan total responden penelitian 33 mahasiswa yang mengalami salah jurusan. Responden mengisi kuesioner *Ways of Coping* yang telah diadaptasi pada situasi salah jurusan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 75.8% responden dominan menggunakan *emotion focused coping*, dan sisanya 24.2% dominan menggunakan *problem focused coping*.

Kata Kunci: Mahasiswa, Salah Jurusan, *Coping Strategy*.

PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan aspek penting bagi setiap Negara, terutama bagi Negara berkembang seperti Indonesia, dalam kaitannya dengan kesejahteraan negara yang bergantung dari kualitas Sumber Daya Manusia-nya. Salah satu elemen esensial untuk membangun SDM yang berkualitas adalah pendidikan yang bermutu itu sendiri. Subandowo (dalam Yulfita, Aini, dkk, 2010) menyatakan pendidikan merupakan salah satu faktor yang sangat fundamental dalam upaya meningkatkan kualitas kehidupan. Pendidikan dipandang sebagai sarana yang paling strategis untuk mengangkat harkat dan martabat suatu bangsa.

Dalam level individu, pendidikan punya peran yang cukup besar dalam mempengaruhi kesuksesan kerja atau karir. Karir yang memuaskan merupakan salah satu aspek yang penting dalam kehidupan. Karir adalah sebuah proses yang terjadi selama masa kehidupan (Sharf, 2006 dalam Yudiana, 2011). Setelah memasuki jenjang sekolah menengah atas (SMA), individu akan mulai memilih langkah hidupnya, dan salah satunya adalah jenjang pendidikan yang lebih tinggi. Statistik menunjukkan bahwa tingkat ketenagakerjaan di Jakarta, yang mana adalah pusat industri, tenaga kerja yang berasal dari perguruan tinggi mempunyai tingkat tertinggi dibandingkan dengan latar belakang pendidikan lainnya. Badan Pusat Statistik (BPS) Jakarta merilis bahwa pada Februari 2015, pekerja didominasi oleh lulusan perguruan tinggi (Diploma dan Universitas) yaitu sebanyak 1,21 juta orang (23,90%). Berdasarkan data tersebut, terdapat keterkaitan antara pendidikan di perguruan tinggi dengan ketenagakerjaan dimana banyak perusahaan yang menuntut pegawainya berpendidikan minimal sarjana, sehingga individu berusaha untuk menempuh pendidikan yang lebih tinggi.

Sedangkan dilihat dari pentingnya pemilihan minat, maka dapat diambil pemikiran bahwa langkah awal individu setelah lulus SMA yaitu pemilihan jurusan pada perguruan tinggi. Jurusan kuliah adalah adalah pilihan cabang ilmu yg idealnya dipilih oleh calon

mahasiswa berdasarkan minat/bakatnya yang ia gali sendiri selama pendidikan sebelumnya, atau dipilih untuk mendukung karirnya dikemudian hari (Endang, 2010). Sehubungan dengan hal tersebut, muncul banyak permasalahan dalam pemilihan jurusan dalam memasuki dunia perkuliahan di perguruan tinggi, salah satunya adalah salah jurusan.

Endang, (2010), dalam jurnalnya menjelaskan bahwa salah jurusan adalah sebuah konteks dimana:

1. Mahasiswa sudah memahami minat dan bakatnya sebelum masuk perguruan tinggi.
2. Pada saat masuk Perguruan Tinggi mahasiswa masuk pada jurusan yang tidak sesuai dengan minatnya
3. Disebabkan karena pemilihan jurusan berdasar pada pertimbangan *passing grade* yang rendah, kurangnya informasi yang memadai berkaitan dengan pilihan jurusan atau pengaruh dari *significant person* (orang tua, saudara, pacar, dan sebagainya).

Beberapa penelitian yang dilakukan untuk melihat keterkaitan antara minat dan proses belajar, contohnya penelitian yang dilakukan oleh Hidi (1990) yang menjelaskan bahwa minat individu terhadap bidang atau objek tertentu mempengaruhi proses kognisi dan afeksi individu tersebut. Penelitian lanjutan yang dilakukan oleh Hidi & Ann Renninger (2006) menyatakan bahwa minat mempengaruhi proses belajar individu dalam beberapa tahap. Pada akhirnya, minat ini mempengaruhi penentuan tujuan (Hidi & Ann Renninger, 2006). Sebaliknya, jika individu mempelajari sesuatu yang tidak sesuai dengan minat, bakat, dan kemampuan, maka hal tersebut merupakan suatu pekerjaan yang sangat tidak menyenangkan, terlebih jika tidak sesuai dengan pilihan pribadi, melaikan mengikuti saran-saran dari lingkungan belajar karena terpaksa itu akan menimbulkan *blocking* emosi (Susilowati, 2005 dalam Rezi, 2007 dalam Yudiana, 2011). Perasaan kesal, marah, sebal, sedih akan menyebabkan individu sulit berfikir karena individu sudah tidak termotivasi untuk belajar. Selain itu, individu harus mengabaikan perasaannya, demi orang tua atau orang-orang

tertentu yang berpengaruh. Gejala psikologis seperti rasa kepahitan dan kegetiran, marah, penyesalan dan penasaran bisa jadi membayangi saat pilihan tidak dirasakan sesuai dengan minat dan kemampuan sendiri. Perasaan-perasaan negatif tersebut dapat mengakibatkan individu kehilangan motivasi dan lebih lanjut dapat menghambat individu untuk dapat mengerjakan pekerjaannya tersebut. Selain itu, kegiatan-kegiatan akademik di perguruan tinggi seringkali diwarnai oleh berbagai macam tuntutan dan tugas yang dapat dirasakan sebagai tekanan oleh mahasiswa. Dapat dibayangkan, jika seseorang salah jurusan di perguruan tinggi, selain karena memang orang tersebut tidak termotivasi karena tidak memiliki minat pada bidang tersebut, ia juga akan dihadapkan pada berbagai tuntutan selama masa perkuliahannya.

Menurut Susilowati (2009) beberapa masalah yang dapat muncul ketika mahasiswa merasa salah jurusan antara lain problem psikologis, akademis dan relasional. Permasalahan psikologis ditunjukkan dengan perasaan tidak nyaman ketika menerima perkuliahan yang dirasakan tidak sesuai dengan minat maupun bakat, permasalahan akademis ditunjukkan dengan prestasi yang tidak optimal, sedangkan permasalahan relasional muncul ketika mahasiswa menarik diri dari lingkungannya karena merasa tidak nyaman dengan situasi perkuliahan. Salah jurusan juga berdampak pada munculnya rasa kecewa dan menyesal. Jika tidak dapat ditanggulangi dengan baik, hal ini bisa mengarah pada munculnya stres, dan akan berimbas kepada produktivitas di bangku kuliah. Akhirnya, tidak sedikit mahasiswa yang tidak mampu bertahan dan mengatasi keadaan tersebut sehingga terkena *drop-out* atau dicabut statusnya sebagai mahasiswa di perguruan tinggi.

Menurut Falch (dalam Fahmy dan Fadila, 2011) isu-isu pendidikan seperti *drop-out* harus dikelola oleh negara berkembang, karena hal ini berkaitan dengan sumber daya manusia di negara tersebut. Berdasarkan Survei Sosioekonomi Nasional Indonesia (SUSENAS) 2012, tingkat *drop-out* di pendidikan tinggi mencapai 20,62%. Angka tersebut

begitu mencengangkan karena bisa mengindikasikan bahwa satu dari lima mahasiswa di Indonesia dinyatakan *drop-out* dari program studi yang sedang ditempuhnya. Keadaan ini begitu mencengangkan karena sebelumnya telah dijelaskan bahwa untuk Negara berkembang, pendidikan merupakan salah satu hal yang paling penting.

Berdasarkan hasil pengambilan data awal pada 33 mahasiswa salah jurusan di Fakultas X Universitas X, dijabarkan bahwa beberapa masalah muncul terkait dengan salah jurusan yang dialami. Pernyataan yang paling sering muncul adalah kekhawatiran dan kekecewaan.

Berdasarkan apa yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti berasumsi bahwa stress dirasakan oleh para mahasiswa yang mengalami salah jurusan. Maka dari itu, peneliti ingin melihat *coping strategy* yang dilakukan oleh mahasiswa Fakultas X Universitas X yang mengalami salah jurusan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental dengan metode deskriptif, dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan gejala-gejala yang terjadi pada masa itu. Pemaparan dari hasil temuannya dilakukan secara sistematis dengan menekankan pada data faktual (Sarwono, 2006).

Partisipan

Subjek penelitian adalah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran angkatan 2011-2014 yang mengalami salah jurusan. Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 33 orang.

Pengukuran

Alat ukur *coping strategy* ini diadaptasi dari alat ukur *The Ways of Coping* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1985). *Coping strategy* ini terdiri dari dimensi *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Dimensi ini selanjutnya diturunkan kepada beberapa subdimensi yang menggambarkan kecenderungan tipe *coping strategy* yang dilakukan subjek penelitian dan dijabarkan kedalam beberapa indikator tingkah laku. Data yang disajikan dalam bentuk data ordinal, dengan skala likert. Dimana pilihan jawaban bergerak dari Sangat Tidak Sesuai (STS), Tidak Sesuai (TS), Sesuai (S), dan Sangat Sesuai (SS). Empat skala dipilih agar jawaban responden tidak berpusat di titik tengah. Pernyataan yang ada pada alat ukur *coping strategy* ini terdiri dari pernyataan positif dan pernyataan negatif.

HASIL

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, dapat ditarik kesimpulan-kesimpulan sebagai berikut:

- a. Perbedaan jenis kelamin, usia dan angkatan tidak berpengaruh pada jenis *coping strategy* yang dilakukan responden pada penelitian ini.
- b. Secara keseluruhan, mayoritas mahasiswa Fakultas X Universitas X yang mengalami salah jurusan, lebih dominan menggunakan *coping strategy* jenis *emotion focused coping*. Artinya, mayoritas responden cenderung untuk mengatasi permasalahan salah jurusan dengan cara meregulasi respon emosi terhadap masalah, jika dibandingkan dengan melakukan penanggulangan yang berpusat pada masalah untuk pemecahannya.
- c. Pada responden dengan yang dominan menggunakan *problem focused coping* cara yang sering dilakukan adalah *planful problem solving* dan *confrontative coping*. Adapun kecenderungan perilaku yang muncul adalah mahasiswa mengetahui apa yang harus dilakukan, meningkatkan usaha, fokus terhadap masalah, merubah cara pandang, membuat rencana kegiatan dan menganalisis hambatan yang muncul selama menjalani masa studi
- d. Pada responden dengan yang dominan menggunakan *emotion focused coping* cara spesifik yang sering dilakukan adalah *escape avoidance* dan *positive reappraisal*. Artinya, mayoritas responden menghadapi salah jurusan dengan cara cenderung mengupayakan lari dari masalah, dan juga menciptakan makna positif dari sebuah kejadian, dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius. Ini berarti bahwa ketika responden gundah karena dihadapkan dengan situasi yang menekan akibat salah jurusan, responden umumnya akan mencari kegiatan yang bertujuan untuk meregulasi emosinya dan menghindar dari masalah seperti berkhayal, melakukan

hal lain yang sesuai minat untuk menenangkan diri meskipun pada saat bersamaan memiliki kewajiban untuk menjalani kuliah, menasihati diri agar selalu sabar dalam menghadapi pemikiran tersebut, berdoa kepada Tuhan dan mengambil hikmah dari apa yang telah dilakukan

- e. Hal yang paling jarang dilakukan responden dalam menghadapi salah jurusan adalah *self control*. Artinya menyesuaikan diri dengan perasaan dalam hubungannya dengan salah jurusan adalah hal yang paling tidak dominan dilakukan oleh responden, jika dibandingkan jenis *coping* yang lainnya.
- f. Mayoritas responden merencanakan masa depannya dengan mengaitkan minat dengan ilmu yang didapat dari jurusan yang ditempuh. Artinya, kebanyakan responden tetap mencari pekerjaan di masa depan dengan memperhatikan ilmu apa saja yang didapatkan dari berkuliah di jurusan X, namun tetap berdasarkan hal yang mereka minati
- g. Responden pada umumnya mendapat informasi terkait karir atau pekerjaan di masa mendatang melalui media dan orang terdekat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Yulfita. 2010. *Analisis Pengaruh Marketing Mix Terhadap Keputusan Mahasiswa dalam Melanjutkan Studi pada Perguruan Tinggi*. Riau: Universitas Pasir Pengaraian.
- Allen, J. & Robbins, S.B. 2008. *Prediction of college major persistence based on vocational interests, academic preparation, and first-year academic performance*. Res High Educ 49:62-79
- BPS Provinsi DKI Jakarta. 2015. Diakses pada tanggal Desember dari <http://jakarta.bps.go.id>
- Christensen, Larry B. 2007. *Experimental Methodology Tenth Edition*. United States of America: Pearson Education, Inc.
- Endang R. & Intani, Fara S. 2010. *Coping Strategy pada Mahasiswa Salah Jurusan*. Dari <http://repository.usu.ac.id>
- Fahmi, M. & Fadila, H. 2011. *Drop Out From Higher Education: A Case of Indonesia*. Energy Procedia. The 23rd Pacific Conference of the Religious Science Association International (RSAI) and the 4th Indonesian Regional Science Association (IRSA) Institute.
- Folkman, Susan. 1985. *The Ways of Coping revised*. San Fransisco: University of California
- Hasan, M. Iqbal. 2001. *Pokok-pokok Materi Statistik I (Statistik Deskriptif)*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Hergieansyah, Octaryanto. 2014. *Studi Deskriptif Mengenai Coping Strategies Pemain Tim Basket Psikologi UNPAD*. Skripsi. Universitas Padjadjaran. Jatinangor.
- Hidi, S. 1990. *Interest and its contributions as a mental resource for learning*. Review of Educational Research, 60, 549-571.
- Hidi, S., Renninger, A. 2006. *The Four-Phase Model of Interest Development*, Educational Psychologist, v41 n2 p.111-127.
- Jonathan, Sarwono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia dalam Jaringan. Diakses pada Mei 2015 dari <http://badanbahasa.kemdikbud.go.id/kbbi>
- Kerlinger, F.N. 2003. *Asas-asas penelitian behavioral (3th ed)*. Yogyakarta:Gajah Mada University Press.
- Kompas. 2010. DO akibat salah jurusan. Diakses pada Mei 2015 dari <http://edukasi.kompas.com/read/2010/11/10/05360848/DO.akibat.Salah.Jurusan>
- Lazarus, R. S. 1999. *Stress and Emotion – A New Synthesis*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Lazarus R., & Folkman, S. 1984. *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company

- Pande, S. S. 2013. *Correlation Between Difficulty & Discrimination Indices of MCQs in Formative Exam in Physiology*. South-East Asian Journal of Medical Education, 7 (1): 45-50.
- Rachmaningrum, I.S. 1999. *Hubungan Antara Sense of Humor dengan stres Kerja pada Wanita Berperan Ganda*. Skripsi. Fakultas Psikologi UGM. Yogyakarta.
- Salim, P. & Salim, Y. 2002. *Kamus Bahasa Indonesia kontemporer*. Jakarta : Modern english press.
- Somadikarta, S. 1996. *Buku informasi Universitas Indonesia*. Depok : UI Press.
- Sudjana. 2005. *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito
- Sugiyono. 2006. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfa-Beta
- Survey Sosial Ekonomi Nasional Gabungan 2012. 2015. Diakses dari <http://microdata.bps.go.id>
- Susilowati, P. 2009. Memilih jurusan di perguruan tinggi. Diakses pada tanggal Oktober 2014 dari <http://www.e-psikologi.com>
- Wahyudi. 2014. Studi Banding ke Perguruan Tinggi. Diakses pada Mei 2015 dari <http://www.sman1bangil.sch.id/id/cetak.php?id=254>
- Yudiana, Whisnu. 2011. *Perancangan dan Evaluasi Instrumen Pengukuran Minat untuk Siswa Sekolah Menengah Atas Negeri di Kota Bandung*. Tesis. Universitas Padjadaran. Jatinangor: Tidak dipublikasikan.
- Yuniantoro, Nanang. 2014. Perlunya Pemahaman bersama. Diakses pada Mei 2015 dari <http://lpmt-fenomena.com/?p=825>