

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Fenomena mahasiswa yang menjalani perkuliahan dengan kondisi keterpaksaan merupakan realitas yang cukup umum dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia. Seringkali mahasiswa menjalani masa perkuliahan tidak murni karena keinginan sendiri namun ada faktor-faktor yang melatarbelakanginya. Kondisi tersebut dapat muncul akibat tekanan eksternal, seperti dorongan dari orang tua, tuntutan sosial, keterbatasan finansial maupun keterbatasan pilihan setelah tidak diterima pada program studi atau universitas yang diinginkan. Situasi tersebut dapat memunculkan konflik batin yang cukup kompleks pada mahasiswa. Bahkan konflik batin tersebut dapat mempengaruhi motivasi dalam diri mahasiswa itu sendiri. Hal tersebut dibuktikan dengan banyaknya mahasiswa yang berhenti kuliah maupun di *drop out* karena tidak memiliki motivasi belajar dalam dirinya dengan salah satu alasannya disebabkan oleh kuliah yang dijalannya dengan terpaksa. Fenomena yang terjadi ini didukung oleh penelitian oleh Fauziyah yang menyatakan bahwa mahasiswa yang tidak kuliah di jurusan yang diinginkan cenderung memiliki motivasi belajar yang lebih rendah, dan *self-acceptance* menjadi faktor krusial yang memengaruhi motivasi tersebut.¹

Mahasiswa yang mengalami tantangan untuk menjalani perkuliahan dengan keterpaksaan juga terjadi pada mahasiswa di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Menariknya beberapa mahasiswa mengaku bahwa tidak memiliki keinginan untuk kuliah sejak awal. Ada mahasiswa yang terpaksa mengambil jurusan tertentu karena desakan dan tekanan orang tua. Ada mahasiswa yang kuliah hanya untuk menghindari pernikahan dini, dan ada pula yang merasa salah jurusan tetapi sudah terlanjur jauh dalam perjalanan

¹ Nailul Fauziyah, “Hubungan Self Acceptance Dengan Motivasi Belajar Mahasiswa Yang Berkuliah Tidak Pada Jurusan Yang Diinginkan Di Program Studi PMI Fakultas Dakwah Dan Komunikasi UIN Sunan Kalijaga” (Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2021).

akademiknya. Keterpaksaan mahasiswa-mahasiswa tersebut didasari oleh beberapa faktor, baik karena faktor finansial, tekanan keluarga, atau tidak sesuai dengan minat pribadi.

Berdasarkan hasil pra-penelitian yang dilakukan peneliti, Untuk memperkuat fenomena tersebut, peneliti melakukan pra-penelitian melalui wawancara awal yang menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung mengungkapkan pengalaman keterpaksaannya dalam menjalani perkuliahan. Salah satu informan mengungkapkan bahwa perkuliahan pada awalnya dijalani hanya sebagai aktivitas sementara tanpa motivasi yang kuat, sehingga cenderung bersifat hanya sebagai rutinitas dan tidak diiringi dengan keterlibatan dalam kegiatan pengembangan diri. Kondisi tersebut kemudian menimbulkan penyesalan karena merasa berbagai peluang yang ada tidak dimanfaatkan dengan baik.²

Pernyataan informan tersebut menjelaskan bahwa keterpaksaan kuliah yang dihadapi mahasiswa dapat berdampak pada berkurangnya motivasi dalam diri mahasiswa itu sendiri sehingga memunculkan rendahnya partisipasi mahasiswa dalam kegiatan akademik maupun non-akademik, serta memunculkan penyesalan di kemudian hari. Selain pengalaman keterpaksaan yang dialami oleh mahasiswa, terdapat berbagai faktor yang melatarbelakanginya, seperti tuntutan orang tua, keterbatasan izin untuk berkuliah jauh dari rumah, serta kondisi finansial. Salah satu informan mengungkapkan bahwa keterbatasan finansial menjadi pertimbangan utama dalam memilih perguruan tinggi, terutama karena kekhawatiran terhadap biaya hidup di perantauan yang berpotensi menghambat keberlanjutan studi.³

Selain faktor yang berasal dari keluarga, kondisi keterpaksaan tersebut tidak dapat dilepaskan dari konteks sosial-budaya yang melingkupinya. Di beberapa daerah, tekanan untuk menikah dini masih cukup tinggi sehingga pendidikan kerap dijadikan sebagai alternatif untuk menunda pernikahan. Salah satu informan mengungkapkan bahwa tekanan dari keluarga dan

² ON, Perempuan, Semester 8, mahasiswa Psikologi Islam

³ AA, Perempuan, Semester 8, mahasiswa Hukum Ekonomi Syariah

lingkungan mendorong individu untuk melanjutkan pendidikan sebagai upaya menghindari tuntutan pernikahan dini, meskipun kondisi tersebut menimbulkan perasaan terpaksa.⁴ Pernyataan tersebut menambah bukti jika faktor sosial-budaya juga dapat menjadi salah satu faktor mahasiswa menjalani kuliah karena terpaksa. Hal ini juga didukung oleh data humas pengadilan agama kabupaten Tulungagung yang dilansir melalui Projatim.com di mana sekitar 372 anak telah mengajukan dispensasi nikah sepanjang tahun 2022.⁵ Bahkan data yang dilansir melalui Dimensipers.com juga menyatakan pada tahun 2019 hingga 2021 terus mengalami kenaikan dengan rata-rata 40,38 persen.⁶ Data tersebut menunjukkan bahwa masih tingginya angka pernikahan dini di Tulungagung hingga saat ini berdasarkan tren *historicalnya*.

Permasalahan ini semakin relevan berdasarkan hasil pra-penelitian yang menunjukkan bahwa mahasiswa yang menjalani perkuliahan karena keterpaksaan cenderung mengalami penurunan motivasi, bahkan memiliki keinginan untuk berpindah jurusan maupun universitas. Hal ini diungkapkan oleh informan yang menyatakan bahwa keinginan untuk berpindah jurusan maupun universitas telah muncul bahkan sejak sebelum perkuliahan dimulai.⁷ Berdasarkan ungkapan informan tersebut, peneliti menyadari bahwa keterpaksaan yang dialami oleh mahasiswa pastinya akan menjadi tantangan tersendiri karena adanya konflik antara keinginan pribadi dan realitas yang harus dihadapinya selama perkuliahan.

Mahasiswa yang menjalani kuliah secara terpaksa seringkali terjebak dalam lingkaran konflik internal yang berkepanjangan. Mereka harus berjuang menerima kenyataan bahwa berada di jurusan atau perguruan tinggi yang tidak sesuai dengan minat atau cita-cita awalnya. Terlihat dari beberapa informan

⁴ N, Perempuan, semester 8, mahasiswa Komunikasi Penyiaran Islam

⁵ Timothy Lie, "Heboh Ratusan Pelajar Di Tulungagung Ajukan Dispensasi Nikah, Terkuak Alasannya Karena...", Projatim.com, 2023, <https://www.projatim.com/jatim/pr-6566638752/heboh-ratusan-pelajar-di-tulungagung-ajukan-dispensasi-nikah-terkuak-alasannya-karena>.

⁶ Ana Asihabudin, "Gagalnya Pengentasan Pengangguran Dan Kemiskinan Picu Pernikahan Dini Di Tulungagung," Dimensipers.com, 2022, <https://dimensipers.com/2022/10/18/gagalnya-pengentasan-pengangguran-dan-kemiskinan-picu-pernikahan-dini-di-tulungagung>.

⁷ N, Perempuan, semester 8, mahasiswa Komunikasi Penyiaran Islam

yang mengungkapkan kesedihan, kekecewaan, bahkan iri melihat teman-temannya dapat berkuliah dapat berkuliah atau melakukan sesuatu sesuai dengan yang diinginkannya. Emosi-emosi negatif tersebut dapat memunculkan konflik dalam diri mahasiswa, seperti denial serta rasa rendah diri dengan kemampuan yang dimiliki karena kondisi keterpaksaan yang dialaminya.

Selain itu, berbagai tekanan dari luar (eksternal) seperti, tuntutan orang tua, finansial, lingkungan sosial, dan ketidakcocokan dengan jurusan yang diambil, juga dapat menciptakan beban psikologis. Mahasiswa bisa kehilangan motivasi belajar, mengalami penurunan prestasi, dan sulit mengoptimalkan potensi diri mereka. Di tengah berbagai tekanan tersebut, kemampuan mahasiswa untuk tetap bertahan sangat krusial. Mahasiswa yang kuliah terpaksa harus tetap menjalani perkuliahan meskipun terjadi konflik antara keinginan pribadi dan realitas yang harus dijalani. Mahasiswa yang kesulitan mengelola sumber tekanan (*stressor*), dapat kehilangan motivasi akademik sehingga dapat mempengaruhi kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Hal ini selaras dengan penelitian Susanto yang menyatakan bahwa stres akademik dan motivasi akademik memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis, dimana semakin tinggi tingkat stres yang dialami, semakin rendah tingkat kesejahteraan psikologisnya. Di sisi lain, semakin tinggi motivasi akademik yang dimiliki, maka semakin tinggi pula tingkat kesejahteraan psikologisnya.⁸

Upaya mahasiswa untuk bertahan tidak terlepas dari proses penyesuaian diri terhadap kondisinya tersebut. Ada mahasiswa yang memutuskan tetap bertahan karena bentuk tanggung jawab, adapula yang dapat bertahan karena mendapatkan dukungan dari teman senasib, seperti yang diungkapkan salah satu informan bahwa alasan utamanya bertahan dalam perkuliahan adalah adanya solidaritas di antara teman-teman yang mengalami nasib serupa, di mana mereka saling menguatkan satu sama lain. Selain itu,

⁸ C Susanto, "Pengaruh Stres Akademik dan Motivasi Akademik Terhadap Kesejahteraan Psikologis Siswa SMA," *Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan* 6, no. 1 (2025): 86–95

rasa tanggung jawab atas pilihan yang sudah diambil menjadi dorongan tersendiri untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.⁹

Berdasarkan ungkapan informan tersebut, dapat dikatakan jika hal itu dapat menjadi pemantik awal mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri terhadap kondisi yang dialami. Terkait hal tersebut, *self-acceptance* menjadi aspek penting yang memungkinkan mahasiswa dapat tetap menjalani realita hidupnya. *Self-acceptance* bukanlah sekadar menerima keadaan secara pasif, melainkan proses aktif untuk mengakui dan menghargai diri sendiri tanpa syarat termasuk dalam situasi yang tidak ideal sekalipun. Berdasarkan teori Carl Rogers dapat dikonstruksikan bahwa *self-acceptance* atau penerimaan diri adalah kondisi di mana individu dapat mengaktualisasikan dirinya untuk menjadi "pribadi yang berfungsi penuh" (*fully functioning person*) dengan mendapatkan *unconditioned positive regard* atau penghargaan tanpa syarat dari orang lain.

Proses *self-acceptance* yang dihadapi mahasiswa dalam konteks keterpaksaan tidak selalu sederhana, melainkan melibatkan proses yang kompleks dan subjektif. Oleh karena itu, bagaimana cara mahasiswa mampu untuk mencapai *self-acceptance* tidak luput dari kondisi psikologis terutama motivasi dalam diri mahasiswa. Sebagian mahasiswa melakukan beberapa hal sebagai upaya dalam meningkatkan motivasi serta sebagai bentuk *coping* terhadap tekanan yang dialaminya. Salah satu yang dilakukan, yaitu dengan mengikuti kegiatan *volunteer* dan kegiatan yang sesuai dengan minat untuk memperluas hubungan sosial dan pengalaman, berusaha untuk menjalani perkuliahan dengan rajin masuk kelas dan ikut serta dalam kegiatan perkuliahan serta membangun *bonding* yang lebih kuat dengan lingkungan pertemanan. Beberapa cara tersebut dilakukan mahasiswa untuk meningkatkan motivasi dalam diri mahasiswa serta upaya yang dilakukan untuk mencapai *self-acceptance*.

⁹ N, Perempuan, semester 8, mahasiswa Komunikasi Penyiaran Islam

Hal tersebut selaras dengan penelitian Sinaulan et al. yang menegaskan pentingnya pengembangan motivasi intrinsik dalam konteks pendidikan tinggi.¹⁰ Motivasi intrinsik dapat digunakan sebagai mediator dalam menjaga kelangsungan mahasiswa yang awalnya menjalani keterpaksaan dalam berkuliah. Namun, juga terdapat mahasiswa yang mengaku menerima keadaan dengan pasrah karena merasa sudah terlanjur menjalaninya. Jadi, dari pernyataan yang diberikan oleh mahasiswa-mahasiswa tersebut, peneliti menyadari bahwa upaya dan pemaknaan penerimaan diri (*self-acceptance*) setiap mahasiswa itu berbeda.

Di samping itu, dukungan sosial terutama di lingkungan perkuliahan itu sangat penting dalam proses *self-acceptance*. Hal ini didukung oleh pengalaman yang disampaikan oleh salah satu informan yang mengatakan bahwa dukungan dari lingkungan pertemanan itu sangat berperan penting, namun tidak lupa bahwa dorongan dari dalam diri juga tidak bisa diacuhkan.¹¹ Kemudian pernyataan tersebut diperkuat dengan penelitian Alawiyah et al. yang menyoroti tentang pentingnya dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa.¹² Melalui penelitian tersebut maka dapat dikatakan bahwa dukungan sosial dapat menjadi faktor protektif yang dapat berpengaruh positif terhadap proses *self acceptance* mahasiswa yang kuliah karena terpaksa.

Setelah mengetahui pentingnya *self-acceptance* tersebut, dapat diketahui bahwa penelitian ini perlu untuk diteliti. Meskipun beberapa penelitian kualitatif sudah mengeksplorasi *self-acceptance* pada kelompok individu dalam situasi krisis lainnya, penelitian yang secara spesifik membedah bagaimana negosiasi identitas antara *ideal-self* dan *real-self* pada mahasiswa yang terjebak dalam keterpaksaan institusional atau jurusan secara longitudinal masih sangat terbatas. Selain itu, pada penelitian ini berfokus pada pemahaman mendalam tentang proses dan makna *self-acceptance* dari perspektif

¹⁰ NL Sinaulan et al., "Hubungan Antara Motivasi Intrinsik Dan Prestasi Akademik: Tinjauan Pustaka," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 12, no. 1A (2026): 36–42.

¹¹ ON, Perempuan, semester 8, mahasiswa Psikologi Islam

¹² Desi Alawiyah et al., "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Semester Akhir," *Jurnal Media Intelektual Muslim Dan Bimbingan Rohani* 8, no. 2 (2022).

mahasiswa yang mengalaminya. Terlebih lagi, belum ada penelitian fenomenologis yang secara khusus mengeksplorasi bagaimana mahasiswa yang kuliah karena terpaksa mampu bertahan, padahal mahasiswa menghadapi konflik internal sejak awal. Pertanyaan 'bagaimana mahasiswa bisa bertahan?' dan 'apa yang membuat mahasiswa tidak menyerah?' masih menjadi ruang kosong dalam literatur psikologi pendidikan.

Oleh karena itu, Penelitian ini menjadi penting karena beberapa alasan. Penelitian ini akan memperkaya pemahaman tentang *self-acceptance* dalam konteks pendidikan tinggi, khususnya dari perspektif fenomenologis yang menggali makna subjektif pengalaman mahasiswa, penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman tentang pentingnya penerimaan diri sebagai strategi *coping* yang konstruktif dalam menghadapi situasi hidup yang tidak ideal. Dengan memahami bagaimana mahasiswa yang dapat bertahan dan mengembangkan *self-acceptance*, mahasiswa dapat belajar tentang resiliensi dan kemampuan adaptasi manusia dalam menghadapi tekanan hidup khususnya di lingkungan perkuliahan.

B. Identifikasi Masalah dan Batasan Penelitian

Pada mahasiswa yang menjalani kuliah karena terpaksa, sebagian diantaranya akan mengalami tantangan yang krusial untuk menjalaninya. Mahasiswa akan menghadapi kesenjangan yang signifikan antara keinginan atau minat pribadi dengan tuntutan eksternal yang ada. Kesenjangan tersebut dapat menciptakan kondisi dimana mahasiswa harus menjalani realitas yang tidak sepenuhnya pilihan mereka sendiri sehingga seringkali dapat memengaruhi kondisi psikologisnya, yaitu konflik yang muncul dalam diri mahasiswa itu sendiri. Konflik internal yang tidak dikelola dengan baik akan mempengaruhi mahasiswa dalam proses penerimaan diri terhadap situasi yang dihadapinya. Oleh karena itu, proses spesifikasi problem yang akan diteliti difokuskan pada bagaimana mahasiswa mengelola konflik internal dalam proses *self-acceptance*. Penelitian ini juga bertujuan untuk mengungkap berbagai faktor yang berperan dalam mendukung maupun menghambat proses

penerimaan diri dan bagaimana pemaknaan *self-acceptance* secara subjektif pada mahasiswa yang menjalani perkuliahan bukan atas keinginan sendiri.

Adapun batasan penelitian ini difokuskan pada mahasiswa semester akhir angkatan periode 2022 di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang menjalani perkuliahan dengan keterpaksaan. Pemilihan tersebut dilakukan karena mahasiswa tersebut sudah mengetahui kondisinya dan mulai mengetahui apa itu *self-acceptance*. Jadi pada fase tersebut, mahasiswa berada dalam proses bagaimana pengetahuan yang dimilikinya dapat diaplikasikan dalam kehidupan selama perkuliahan sehingga mahasiswa tersebut berada dalam fase kritis karena proses *self-acceptance* sedang berlangsung secara aktif dan mereka masih menghadapi tekanan akademik *real-time*. Maka data yang diperoleh nantinya akan bersifat autentik dan tidak terdistorsi oleh bias retrospektif. Fokus ini penting karena *self acceptance* merupakan komponen penting yang perlu diperhatikan dalam kesejahteraan psikologis. Setelah itu, diperkuat oleh pernyataan Ryff yang menekankan bahwa penerimaan diri memiliki peran krusial dalam menjaga kesehatan mental serta mendukung fungsi psikologis yang optimal.¹³

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana pengalaman mahasiswa yang menjalani kuliah terpaksa dalam proses penerimaan dirinya?
2. Bagaimana pemaknaan *self acceptance* pada mahasiswa yang menjalani kuliah karena terpaksa?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman dan proses serta pemaknaan penerimaan diri (*self-acceptance*) pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang menjalani kuliah karena terpaksa, khususnya mahasiswa semester akhir yang berada dalam proses *self-*

¹³ CD Ryff., "Happiness is Everything, or is it? Explorations on The Meaning of Psychological Well-Being," *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989): 1069-81

acceptance yang menghadapi tekanan internal dan eksternal. Dengan tujuan tersebut, penelitian ini diarahkan untuk memberikan gambaran mendalam tentang bagaimana mahasiswa mengelola konflik internal dan tekanan eksternal dalam membentuk dan memaknai *self-acceptance*, serta memahami bagaimana mereka bertahan meskipun dalam kondisi keterpaksaan. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi empiris yang signifikan bagi pengembangan teori maupun praktik dalam bidang psikologi pendidikan, terutama yang berkaitan dengan mahasiswa yang menjalani perkuliahan dalam kondisi keterpaksaan.

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan Teoretis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi yang berarti dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di ranah psikologi pendidikan dan psikologi perkembangan. Dengan menyoroti *self-acceptance* pada mahasiswa yang menempuh perkuliahan dalam kondisi terpaksa, penelitian ini turut memperkaya kajian literatur mengenai proses penerimaan diri dalam situasi penuh tekanan dan keterpaksaan. Temuan dari penelitian ini juga dapat memperluas pemahaman mengenai dinamika psikologis yang berkaitan dengan konflik internal dan tekanan eksternal dalam proses *self-acceptance*.

2. Kegunaan Praktis

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa memahami bahwa konflik internal yang mereka alami akibat keterpaksaan dalam menjalani perkuliahan, seperti penurunan motivasi, rasa rendah diri, hingga perasaan menyesal, merupakan bagian dari proses psikologis yang wajar dan dapat dikelola. Dengan memahami pentingnya *self-acceptance*, mahasiswa diharapkan mampu mengembangkan strategi *coping* yang konstruktif, baik melalui keterlibatan aktif dalam kegiatan yang sesuai minat, membangun solidaritas sosial dengan sesama, maupun memperkuat rasa tanggung jawab atas pilihan yang telah diambil. Pemahaman ini diharapkan mendorong

mahasiswa untuk tidak sekadar pasrah terhadap kondisi, melainkan secara aktif menemukan makna dan nilai positif dari perjalanan akademik yang sedang dijalani sehingga kesejahteraan psikologis dan motivasi belajar mereka dapat terjaga dengan baik.

Di samping itu, penelitian ini juga dapat memberikan wawasan bagi orang tua mengenai dampak psikologis dari tekanan dan paksaan terhadap pilihan studi anak. Berdasarkan temuan pra-penelitian, tekanan eksternal dari keluarga terbukti menjadi salah satu faktor utama yang melatarbelakangi kondisi keterpaksaan mahasiswa, yang pada gilirannya dapat memunculkan konflik internal, penurunan motivasi, bahkan keinginan untuk keluar dari perkuliahan. Dengan mengetahui hal ini, orang tua diharapkan lebih bijak dalam memberikan ruang bagi anak untuk terlibat dalam pengambilan keputusan terkait pilihan studi mereka. Dukungan emosional yang positif, bukan tekanan yang kontraproduktif, terbukti menjadi faktor protektif yang memperkuat proses penerimaan diri dan keberlangsungan studi anak.

Selain itu, Penelitian ini memberikan peluang bagi peneliti lain untuk mengembangkan studi lanjutan terkait *self-acceptance* dalam konteks kuliah yang dijalani secara terpaksa, khususnya melalui pendekatan kualitatif yang lebih mendalam. Mengingat penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologis kualitatif dengan informan terbatas pada satu institusi, penelitian selanjutnya dapat memperluas cakupan dengan melibatkan lebih banyak informan dari berbagai perguruan tinggi maupun latar belakang budaya yang beragam. Selain itu, aspek-aspek yang belum terjangkau dalam penelitian ini, seperti pengaruh keyakinan religius, faktor ekonomi yang lebih spesifik, atau efektivitas intervensi psikologis tertentu dalam meningkatkan *self-acceptance*, dapat menjadi topik yang menarik untuk dikembangkan lebih lanjut guna memperkaya kajian dalam psikologi pendidikan.

F. Ruang Lingkup Penelitian

Pada penelitian ini berfokus pada bagaimana proses *self-acceptance* pada mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang menjalani kuliah secara terpaksa, baik karena faktor eksternal maupun internal. Faktor eksternal disebabkan oleh ketidaksesuaian jurusan atau perguruan tinggi yang dipilih karena pilihan keluarga, faktor finansial, kuliah karena tuntutan keluarga, dan sebagainya. Adapun faktor internal yaitu kurangnya motivasi dalam diri untuk menjalani perkuliahan karena bukan atas keinginan diri. Penelitian ini menggunakan teori utama dari Carl Rogers. Penelitian ini menggunakan informan dari mahasiswa akhir untuk melihat bagaimana proses penerimaan diri mahasiswa tersebut dalam menghadapi konflik internal dan tekanan psikologis yang dihadapinya serta bagaimana pemaknaan subjektif mahasiswa yang menjalani perkuliahan dengan keterpaksaan.