

## ANALISIS MENGENAI DERAJAT KESABARAN MAHASISWA FIKOM UNPAD 2005 YANG BERMASALAH DALAM SKRIPSI

**Lisa Widawati, dkk**

Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

Jl. Tamansari No.1 Bandung 40116 Telp (022) 4205546 email: l\_wido@yahoo.co.id

*This study aimed to describe and analyze the degree of patience among Padjajaran University Communication student class of 2005 with GPA of 2.75 minimum, is problematic when finishing thesis viewed from the perspective of Qur'an and Hadith. The concept of patient has a dimension related to the firm on the establishment, determination and perseverance which is elaborated in the indicators contained related matters which is in line with the Psychological concept, such as: in the form of behavioral consequent, consistent, endurance, fighting spirit, the existence of stress tolerance, openness to the feedback, also having an anticipatory planning. Therefore measuring instrument is constructed based on the lattice. The samples were 10 people taken in incidental population of 21 students which is still problematic in the completion of their thesis. Results showed that most of the students who studied in general in fact possess sufficient degree of patience on that level when they face various obstacles, which are supported by its firm commitment to the establishment and resilient. However, in the aspect of perseverance, they generally have very low levels. From this description it can be concluded that even if they are problematic but they are still consistent and ready to accept the consequences of all the risks in formulating thesis is accompanied by resistance to continue with his willingness to receive feedback. However, they are problematic in making a thorough planning and anticipation so that when faced with obstacles, they were not ready to handle it. These weaknesses, if it is related to the concept of psychology, are closely related to the weakness of students' ability in self-regulation when preparing their thesis.*

*Key words: patience*

### **Pendahuluan**

Persoalan yang berkaitan dengan lamabatnya mahasiswa menyelesaikan studinya secara tepat waktu salah satunya disebabkan karena hambatan dalam penyusunan skripsi. Skripsi adalah pintu gerbang akhir dari seorang mahasiswa yang akan menyelesaikan studinya di perguruan tinggi. Dengan menyusun skripsi, mahasiswa diharapkan mampu melakukan penelitian terkait dengan berbagai fenomena ataupun gejala yang ada dilapangan dengan menggunakan metoda dan cara yang sistematik dan ilmiah. Melalui penelitian skripsi tersebut, mahasiswa diharapkan mampu memetakan persoalan terkait dengan bidang ilmunya se-

cara tepat, melakukan pengukuran dengan metode yang tepat serta mampu mendeskripsikan hasilnya dengan pendekatan analisis yang tajam untuk mampu memberikan saran dan rekomendasi pemecahannya.

Setiap perguruan tinggi akan memiliki aturan serta prosedur yang harus dijalani oleh seorang mahasiswa terkait dengan tuntutan penyusunan skripsi. Pada dasarnya saat seorang mahasiswa sedang menyusun skripsi, maka ia dituntut untuk mengintegrasikan berbagai konsep teori yang ia kuasai terkait dengan bidang ilmunya ke dalam suatu kerangka metodologis dengan mengacu pada fenomena yang ditemui di lapangan. Oleh karenanya

akan dituntut kemampuan berpikir yang komprehensif, logis dengan analisis yang tajam serta kemampuan untuk berpikir dan bertindak serta mandiri. Hal inilah yang membedakan tuntutan bagi seorang mahasiswa saat menyusun skripsi dibandingkan dengan saat mengambil mata kuliah di kelas.

Sejalan dengan aturan dan pedoman yang berlaku disetiap perguruan tinggi, persoalan yang sering muncul diantaranya tergambar dari lamanya mahasiswa menyelesaikan skripsi, dengan indikator melebihi dari 2 (dua) semester. Masalah tersebut juga tergambar dari data yang ada di Fakultas Ilmu Komunikasi Universitas Padjajaran (Unpad), sekalipun pada fakultas ini jumlah yang mengalami kendala relatif lebih kecil dibanding fakultas lain. Dibandingkan dengan fakultas lainnya fakultas komunikasi adalah satu program studi yang memiliki tingkat percepatan penyelesaian studi yang tinggi, Hal ini bukan hanya terjadi di Unpad saja namun juga di berbagai perguruan tinggi lainnya baik swasta maupun negeri. Dari data yang diperoleh pada mahasiswa Fakultas Ilmu Komunikasi Unpad Angkatan 2005, dari 570 mahasiswa sebanyak 4% mahasiswa atau sekitar 21 mahasiswa yang belum lulus dan masih menjalankan skripsi. Jika dilihat dari angka, sebenarnya angka tersebut tergolong rendah, namun justru dengan tingkat presentase yang kecil pada mahasiswa yang belum menyelesaikan studinya, maka kondisi tersebut menjadi tertarik untuk ditelaah lebih mendalam. Berdasarkan wawancara awal yang telah dilakukan diperoleh gambaran secara umum bahwa persoalan yang dirasakan

oleh para mahasiswa adalah diantaranya, sulitnya mendapatkan topik masalah yang dapat diangkat menjadi topik skripsi karena usulan topik yang diajukan tidak menggambarkan persoalan yang sedang berkembang saat ini, sulit mendapatkan lokasi penelitian, penguasaan teori yang terbatas, kerap berbeda argumen dan pendapat dengan pempimbing, tidak dapat mempertahankan gagasan yang telah dituangkan ke dalam skripsi, keterbatasan waktu bimbingan karena dosen pembimbing sibuk dengan berbagai kegiatan serta hambatan-hambatan pribadi yang bersifat internal. Hambatan-hambatan yang dirasakan tersebut dapat menimbulkan tekanan yang besar bagi para mahasiswa sehingga dapat menimbulkan kendala. Persoalan-persoalan yang dialami tersebut berdampak terhadap kesiapan mahasiswa untuk secara kontinyu melanjutkan proses bimbingan yang sedang dijalaninya.

Dalam menghadapi persoalan-persoalan tersebut ada mahasiswa yang mampu mengatasi tekanan secara matang dengan tetap berupaya serta memacu diri melanjutkan proses bimbingan sekalipun terjadi penolakan berkali-kali atas usulan skripsi yang diajukannya. Namun di sisi lain, justru banyak pula mahasiswa yang tidak mampu mengatasi hambatan tersebut sehingga berdampak terhadap kontinuitas proses bimbingan yang dijalaninya.

Perilaku-perilaku yang terlihat dari mahasiswa yang tidak mampu mengatasi hambatan adalah diantaranya, mahasiswa lebih banyak menghindar dosen pembimbing karena adanya perasaan takut dan cemas, menunda-nunda pembuatan skripsi, mendiamkan dan

tidak meneruskan penyusunan skripsi, menyalahkan dosen pembimbing, mengumpulkan berbagai buku referensi namun tidak dibaca, menangis, mengurung diri karena kecewa, bahkan memilih kegiatan lain yang kurang produktif sebagai upaya pelampiasan rasa kekecewaan. Sekalipun demikian, beberapa mahasiswa lain yang mengalami kendala juga menunjukkan perilaku yang lebih produktif namun dalam kegiatan lain, misalnya mengikuti berbagai kegiatan les privat bahasa, mencari pekerjaan sampingan, mengisi kesibukan lain yang menguntungkan dalam bentuk melakukan hobi dan minat pribadinya dengan lebih intensif atau melibatkan diri dalam kesibukan berorganisasi.

Bila ditilik lebih lanjut maka bentuk kedua perilaku baik yang positif maupun negatif merupakan gambaran dari usaha-usaha para mahasiswa mengatasi hambatan pribadinya sebagai akibat dari adanya tekanan yang bersumber dari kendala penyusunan skripsi. Dalam konteks psikologi saat seseorang mengalami hambatan ketika mendapatkan tekanan, maka berbagai konsep dapat digunakan untuk mengkajinya, diantaranya daya tahan, toleransi frustrasi, regulasi diri ataupun konsep-konsep lain yang sejalan. Namun demikian bila dikaitkan dengan konsep yang berasal dari perspektif al-Qur'an dan Hadist, maka persoalan yang tergambar dari paparan tersebut erat kaitannya dengan konsep sabar.

Telaahan konsep sabar ini menjadi menarik untuk dikupas secara mendalam dengan menggunakan metoda yang tepat serta ilmiah sehingga konsep tersebut dapat dioperasiona-

lisasikan secara empirik melalui upaya pengukuran-pengukuran di lapangan.

Dari segi etimologi sabar berasal dari kata dan bahasa Arab yaitu *Shobaro* yang berarti *Amsik* yakni menahan diri dari sesuatu yang dibenci *Shabaro Ala Ma Ukriha* dan menahan diri dari segala yang dicintai *Shabaro Ala Ma Uhibba*.

Al-Qusyairi memberi takrif mengenai sabar: "*Sabar adalah menahan diri dari sesuatu penderitaan yang menimpa diri atau hilangnya sesuatu yang menyenangkan. Sabar itu adalah terpuji dan dituntut*".

Dalam al-Qur'an, sabar mengandung empat pengertian, yaitu :

1. Tenang jiwa, dalam arti tidak tergesa-gesa dalam menunggu ketetapan dari Allah.
2. Teguh pendirian, dalam arti tidak bergeming dalam mencapai tujuan
3. Tetap bersiap-siaga, dalam arti selalu waspada terhadap segala kemungkinan
4. Tawakkal kepada Allah, dalam arti selalu berbuat kebaikan dalam segala situasi:

Sabar tidak identik dengan sikap lemah atau menerima apa adanya, namun sabar merupakan perjuangan yang menggambarkan kekuatan jiwa pelakunya sehingga mampu mengalahkan dan mengendalikan keinginan nafsunya. Bahkan, sabar dapat menjadi kekuatan moral dalam menghadapi berbagai kejahatan dan kedzaliman. Spirit untuk berlaku sabar terdapat dalam sejumlah ayat dalam Al-Qur'an, kitab suci landasan pertama dan utama bagi umat Islam.

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا ءَصْبِرُوا وَصَابِرُوا وَرَابِطُوا وَاتَّقُوا اللَّهَ لَعَلَّكُمْ

تُفْلِحُونَ ﴿٥٥﴾

“Hai orang-orang yang beriman bersabarlah kamu dan kuatkanlah kesabaranmu’.  
(QS.Ali Imran.3 : 200)

Allah menurunkan kabar gembira kepada orang-orang yang bersabar dengan tiga bentuk pahala, yang kesemuanya besar nilainya dan membuat iri orang-orang. Ketiga pahala itu adalah : shalawat, rahmat dan hidayah. Allah SWT berfirman,

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ  
وَالْأَنْفُسِ وَالْوَعْدِ مِمَّا وَعَدْتُمْ إِنَّ صَبْرًا لَّيُسْرِبُ إِلَيْكُمْ ﴿١٥٥﴾

“Dan, sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar”. (QS.Al-Baqarah,2 :155)

Allah SWT berfirman,

قُلْ لِّعِبَادِيَ الَّذِينَ ءَامَنُوا أَتَقُوا رَبَّكُمْ لِلَّذِينَ أَحْسَنُوا فِي هَذِهِ الدُّنْيَا  
حَسَنَةً وَأَرْضُ اللَّهِ وَسِعَةٌ إِنَّمَا يُؤَفِّي الصَّابِرِينَ أَجْرَهُمْ بِغَيْرِ حِسَابٍ

“Sesungguhnya hanya orang-orang yang bersabarlah yang disempurnakan pahala mereka tanpa batas” (QS.Az Zumar,39 : 10)

Allah mewasiatkan kepada hamba-Nya untuk minta tolong dengan kesabaran dan shalat atas segala bencana dunia yang menimpa. Allah menjadikan kesabaran sebagai penolong dan bekal. Allah berfirman :

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٥٤﴾

Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu’, (QS.Al-baqarah :45)

Spirit untuk berlaku sabar juga terdapat dalam sejumlah hadist (sabda, perbuatan, dan ketetapan Rasulullah saw).

“Dari Anas ra, ia berkata, “Aku mendengar Rasulullah saw bersabda, ‘Sesungguhnya Allah SWT berfirman,’Apabila aku menguji salah seorang hamba-Ku dengan kebutaan pada kedua matanya kemudian dia sabar, maka Aku akan menggantikannya dengan surga” (HR Bukhari).

Sabda Rasulullah saw :

“Iman itu dua cabang, yaitu sabar pada waktu seseorang mendapat musibah dan syukur ketika seseorang memperoleh nikmat. (Karena itu setiap orang beriman pasti akan diuji tentang kesabarannya)”.

Tanpa kesabaran dalam menghadapi cobaan-cobaan dan ujian-ujian, maka Iman akan terhapus dan hilang dari hati. Iman merupakan pembenaran terhadap dasar-dasar agama karenanya Iman akan menumbuhkan dan membuahakan amal-amal saleh.

Ali bin Abi Thalib mengatakan:“Hubungan antara sabar dengan iman adalah seperti hubungan antara kepala dengan badan. (Badan tidak ada artinya tanpa kepala, dan kepala pun tidak ada artinya tanpa badan)”

Sabar itu sebaik-baik usaha :“Hidup itu kesenangan dan ketaqwaan adalah kemuliaan, sebaik-baiknya usaha adalah kesabaran..

Sabar berfungsi memberikan penerangan: Rasulullah saw bersabda: “Kebersihan adalah bagian dari iman dan ucapan Alhamdulillah memenuhi timbangan amal baik, sedangkan ucapan subhanallah dan Alhamdulillah keduanya memenuhi kebaikan diantara langit-bumi, shalat merupakan pelita, sedekah merupakan bukti keimanan seseorang, sabar

*merupakan obor penerang, dan Al-Qur'an merupakan bukti yang membela kebenaranmu, semua manusia di pagi hari menjual dirinya, ada yang membebaskan dan ada yang menjermuskannya.” (HR.Muslim)*

Atas dasar paparan dan uraian tersebut di atas maka penulis mencoba untuk menelaah dan menganalisis mengenai *bagaimana derajat para mahasiswa Fakultas Komunikasi angkatan 2005 Unpad saat mereka menghadapi berbagai kendala dalam penyelesaian skripsi.*

Adapun tujuan dari telaahan ini adalah mendapatkan gambaran secara empirik mengenai tingkat kesabaran mahasiswa tersebut yang ditinjau dari perspektif Al Quran dan Hadist. Dengan telaahan ini, diharapkan dapat diperoleh pula kajian yang integratif mengenai konsep sabar dari sisi bidang psikologi maupun Al Quran dan Hadist.

### Metode

Studi ini menggunakan metode deskriptif yang berupaya menggambarkan derajat kesabaran mahasiswa Fakultas Komunikasi Unpad angkatan 2005 dengan IPK 2,75 yang masih memiliki kendala dalam menyelesaikan skripsi.

Adapun definisi konseptual dari variabel penelitian ini adalah perilaku sabar yang dijabarkan operasionalisasinya ke dalam aspek teguh pada prinsip atau pendirian, tabah dan tekun dengan kisi-kisi alat ukur sbb:

Tabel 1. Kisi-kisi Alat Ukur

Aspek	Sub Aspek	Indikator
Teguh pada pendirian	Konsekuen	Keyakinan tentang apa yang sebaiknya dilakukan
		Keberanian mengambil resiko

	Konsisten	Optimis bahwa setiap masalah ada solusinya
		Taat terhadap peraturan
		Tertib dalam melaksanakan aturan
Tabah		Daya tahan
		Daya juang
		Toleransi terhadap frustrasi
		Mampu belajar dari kegagalan
		Bersedia menerima umpan balik untuk memperbaiki diri
Tekun		Antisipatif
		Terencana
		Terarah

Berdasarkan kisi-kisi tersebut alat ukur disusun dalam bentuk angket skala perilaku yang terlebih dahulu dilakukan uji coba dengan menggunakan teknik statistik. Adapun populasi penelitian adalah mahasiswa angkatan 2005 yang masih menjalankan tugas skripsi dengan IPK 2,75 di Fakultas Komunikasi Unpad sebanyak 21 orang. Sampel yang digunakan adalah *incidental sampling* dengan jumlah 10 mahasiswa. Teknik pengolahan data digunakan dengan teknik statistik perhitungan frekuensi.

### Hasil

Tabel 2. Skor Tingkat Kesabaran Berdasarkan Aspek dan Keseluruhan

Subyek	Aspek			
	Teguh	Tabah	Tekun	Kesabaran
1	50	99	40	189
2	50	100	13	163
3	57	99	47	203
4	39	67	12	118
5	55	80	16	151
6	50	98	27	175
7	37	71	15	123
8	43	83	18	144
9	35	70	24	129
10	62	91	13	166

Tabel 3. Kriteria Derajat Kesabaran Tiap Aspek

Teguh Pada Pendirian	
Rendah	15 – 27
Cenderung Rendah	28 – 39
Cukup	40 – 51
Cenderung Tinggi	52 – 63
Tinggi	64 – 75
Tabah	
Rendah	26 – 47
Cenderung Rendah	48 – 68
Cukup	69 – 89
Cenderung Tinggi	90 – 110
Tinggi	111 – 130
Tekun	
Rendah	11 – 20
Cenderung Rendah	21 – 29
Cukup	30 – 38
Cenderung Tinggi	39 – 47
Tinggi	48 – 55

Tabel 4. Kriteria Derajat Kesabaran

Kriteria	Skor
Rendah	52 – 94
Cenderung Rendah	95 – 136
Cukup	137 – 178
Cenderung Tinggi	179 – 220
Tinggi	221 – 260

Tabel 5. Hasil Derajat Kesabaran Berdasarkan Kriteria

Subyek	Teguh	Tabah	Tekun	Kesabaran				
1	50	C	99	CT	40	CT	189	CT
2	50	C	100	CT	13	R	163	C
3	57	CT	99	CT	47	CT	203	CT
4	39	CR	67	CR	12	R	118	CR
5	55	CT	80	C	16	R	151	C
6	50	C	98	CT	27	CR	175	C
7	37	CR	71	C	15	R	123	CR
8	43	C	83	C	18	R	144	C
9	35	CR	70	C	24	CR	129	CR
10	62	CT	91	CT	13	R	166	C

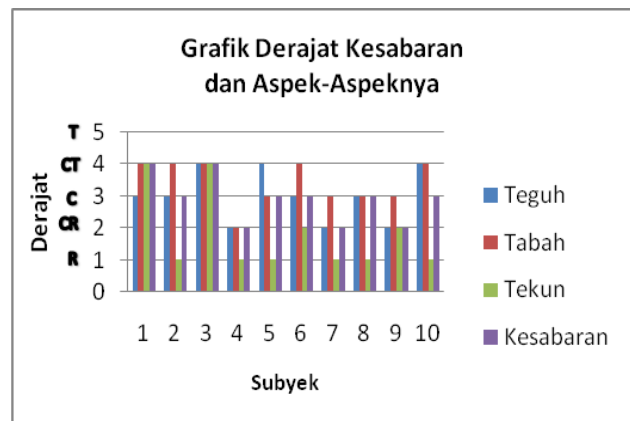
Keterangan :

- R = Rendah
- CR = Cenderung Rendah
- C = Cukup
- CT = Cenderung Tinggi
- T = Tinggi

Tabel 6. Frekuensi dan Persentase Mahasiswa Berdasarkan Kriteria

Kriteria	Teguh		Tabah		Tekun		Sabar	
Tinggi	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Cenderung Tinggi	3	30%	5	50%	2	20%	2	20%
Cukup	4	40%	4	40%	0	0%	5	50%
Cenderung Rendah	3	30%	1	10%	2	20%	3	30%
Rendah	0	0%	0	0%	6	60%	0	0%

Gambar 1 : Grafik Derajat Kesabaran Beserta Aspek-aspeknya



### Pembahasan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, dari 10 subjek yang diteliti, dinyatakan yang mempunyai kesabaran yang cenderung rendah sebanyak 3 mahasiswa, cukup sabar sebanyak 5 mahasiswa, cenderung tinggi sebanyak 2 mahasiswa. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa para mahasiswa yang bermasalah dalam hal penyelesaian skripsi yang diteliti rata-rata mempunyai tingkat kesabaran yang tergolong cukup. Bila ditinjau dari sudut pandang masing-masing aspek, maka pada aspek teguh pada pendirian 3 orang masuk dalam kategori cenderung tinggi, 4 orang tergolong cukup dan 3 orang cenderung rendah. Pada aspek tabah 4 orang masuk kedalam kategori cenderung tinggi, cukup 5 orang dan cenderung rendah 1 orang, Pada aspek tekun, 2 orang masuk da-

lam kategori cenderung tinggi, 2 orang cenderung rendah, dan 6 orang rendah.

Dari gambaran tersebut ternyata sekalipun mereka bermasalah dalam penyelesaian skripsi, namun pada dasarnya mereka masih memiliki tingkat kesabaran yang cukup yang mendukungnya bertahan dalam kegiatan penyelesaian skripsi, dalam artian mereka tetap bertahan dalam statusnya sebagai mahasiswa pengontrak mata kuliah skripsi. Pada aspek teguh pada pendirian, hampir sebagian besar mereka konsisten dan konsekuen pada apa yang sedang mereka jalani, sejauh ini mereka secara umum masih memiliki keyakinan akan apa yang harus mereka lakukan disertai pemahaman akan resiko yang akan diterima berkaitan dengan apa yang sedang dijalani. Sebagai mahasiswa mereka juga secara umum masih tetap berupaya konsisten untuk mematuhi berbagai aturan dan sistem, prosedur yang harus dijalaninya yang berlaku di fakultasnya.

Demikian pula pada aspek tabah, dari 10 orang mahasiswa, 9 orang bahkan berada pada katagori cukup dan cenderung tinggi, artinya, sekalipun mereka merasa kesulitan namun mereka masih memiliki daya tahan serta daya juang untuk meneruskan melanjutkan saat diberikan umpan balik oleh pembimbing, mereka masih memiliki kesediaan untuk melakukan perbaikan. Secara umum pada aspek tabah dapat diartikan bahwa pada diri mereka dengan adanya kesulitan ataupun hambatan, mereka masih mampu bertoleransi secara emosional terhadap tekanan tersebut dan hal tersebut yang menjadikan mereka tetap berkeinginan

untuk menyelesaikan skripsi sebagai bagian dari tahap akhir menjadi seorang sarjana.

Hal yang menarik untuk ditelaah dari data yang diperoleh, adalah pada aspek tekun yang menggambarkan tentang bagaimana antisipasi dan perencanaan yang dilakukan oleh seorang mahasiswa secara lebih terarah saat menyusun skripsi. Pada aspek ini hasilnya kebalikan dari ke dua aspek sebelumnya, dari 10 mahasiswa yang diteliti, justru 8 orang tergolong cenderung rendah dan rendah. Dalam hal antisipasi, para mahasiswa kurang mampu melihat dan memperkirakan adanya berbagai hal ataupun kendala sehingga saat menghadapinya, mereka kurang siap untuk mengatasinya. Pada situasi demikian banyak mahasiswa yang pada akhirnya belum mengetahui apa yang harus dilakukannya sehingga beberapa diantaranya mengambil tindakan menghindar untuk sementara. Sekalipun ada usaha membuat tahapan-tahapan rencana, saat membuat perencanaan skripsi seringkali terjadi pergeseran dari rencana semula yang telah disusun di atas kertas dengan kenyataan yang terjadi sehingga hal tersebut menjadikan mahasiswa tidak lagi membuat dan terpaku pada perencanaan yang terarah. Pemikiran tersebut menjadikan para mahasiswa menjalaninya dengan cara mengikuti proses yang terjadi secara apa adanya. Kondisi ini dapat dipahami karena memang pada dasarnya proses penyelesaian skripsi sangat berbeda dengan kegiatan-kegiatan perkuliahan yang dapat direncanakan secara tertata dan teratur oleh setiap mahasiswa.

Dengan gambaran tersebut maka dapat diartikan bahwa sesungguhnya jika dikaitkan dengan konsep sabar menurut Al Quran dan Hadist, para mahasiswa tersebut tergolong mahasiswa yang secara umum cukup sabar. Kalaupun ada hal yang masih lemah, maka aspek ketekunan yang berkaitan dengan anti-sipasi dan terencana adalah hal yang masih menjadi sumber mengapa mereka menjadi kurang fokus untuk menyelesaikan skripsinya.

Bila gejala ini dikaitkan dengan konsep psikologi, maka hal tersebut erat hubungannya dengan apa yang disebut sebagai regulasi diri. Lemahnya pada aspek ketekunan bisa bersumber dari kurang adanya pengaturan dalam diri (*self-regulation*). *Self-regulation* atau regulasi diri dapat dipahami sebagai penggunaan suatu proses yang mengaktifasi pemikiran, perilaku dan afek (perasaan) yang terus menerus dalam upaya untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Schunk & Zimmerman, 1997). Dalam pandangan Zimmerman (2000, 13), individu dalam proses perkembangannya memerlukan suatu kemampuan mengatur diri sedemikian rupa sehingga dengan kemampuan tersebut dapat digunakan sebagai alat adaptasi terhadap setiap perubahan yang ada di sekelilingnya. Lebih lanjut Zimmerman dalam Boekaerts & Pintrich (2000, 14) menjelaskan bahwa seorang mahasiswa disebut mempunyai kemampuan regulasi diri bila ia mampu mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan yang muncul dari diri sendiri secara terencana dan sistematis sehingga akan terjadi suatu siklus dalam beradaptasi terhadap pencapaian goal tertentu. Regulasi diri tidak hanya terdiri dari

ketrampilan yang bersifat perilaku dalam mengelola diri menghadapi perubahan lingkungan melainkan juga mencakup pengetahuan dan perasaan-perasaan personal untuk menerapkan ketrampilan tersebut pada konteks-konteks yang relevan. Seorang yang memiliki kemampuan meregulasi dirinya, akan mampu membuat rencana goal atau tujuan yang akan dicapai, mampu mengarahkan pikiran dan motornya untuk mencapai goal tersebut serta senantiasa melakukan evaluasi dan kontrol terhadap apa yang telah dicapainya.

Meskipun seorang mahasiswa memiliki tingkat intelegensi yang baik, kepribadian, lingkungan rumah, sarana dan tempat pendidikan yang mendukungnya, namun bila tanpa ditunjang dengan kemampuan regulasi diri maka mahasiswa tersebut tidak akan mampu mencapai prestasi yang optimal. Rendahnya ketekunan pada mahasiswa FIKOM UNPAD 2005 yang sedang menyelesaikan skripsinya berkaitan dengan kemampuan regulasi diri yang kurang baik. Dengan demikian aspek ketekunan sebagai bagian dari konsep sabar yang ditinjau dari perspektif Al Quran dan Hadist pada dasarnya memiliki kesamaan arti secara substansi dengan konsep regulasi diri.

Hasil pemetaan tersebut menjadi menarik jika dikaitkan dengan pola asuh dan proses pendidikan yang dilakukan yang menggambarkan bahwa memang secara umum para mahasiswa tersebut dapat diasumsikan tidak terbiasa untuk membuat perencanaan yang matang dalam mengatur berbagai kegiatan pada kehidupannya sehari-hari. Antisipasinya masih lemah dalam mempertimbangkan berbagai ke-



mungkinan-kemungkinan hambatan yang mungkin akan ditemuinya. Oleh karenanya menjadi penting untuk memberikan proses pendidikan yang terkait di dalamnya bagaimana meregulasi diri secara matang baik di tingkat keluarga maupun lingkungan institusi pendidikan agar setiap individu mampu menggunakannya dalam menyiasati berbagai konteks perubahan yang ada di lingkungannya.

## **Simpulan dan Saran**

### *Simpulan*

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa dari 10 mahasiswa Fakultas Psikologi Unpad yang bermasalah dalam penyelesaian skripsinya secara umum masih memiliki derajat kesabaran yang ditinjau dari perspektif Al Quran dan Hadist, dalam katagori cukup. Hal yang melemahkan pada diri mereka adalah karena mereka kurang tekun yang dapat diartikan bahwa mereka secara umum kurang memiliki perencanaan dan antisipasi yang baik dan terarah saat membuat skripsi.
2. Dikaitkan dengan konsep psikologi, lemahnya antisipasi serta perencanaan yang terarah sangat erat dengan apa yang disebut sebagai kemampuan regulasi diri, yakni kemampuan seseorang untuk mengarahkan pikiran, perasaan dan tindakan yang muncul dari diri sendiri secara terencana dan sistematis sehingga akan terjadi suatu siklus dalam beradaptasi terhadap pencapaian goal tertentu, termasuk dalam hal ini dalam konteks penyusunan skripsi.

### *Saran*

1. Mengembangkan keterampilan membuat perencanaan yang lebih baik dan terarah dengan mempertajam kemampuan antisipasi terhadap kemungkinan-kemungkinan kendala melalui pelatihan regulasi diri, khususnya dalam hal kegiatan penyusunan skripsi.
2. Agar hasilnya menggambarkan representasi dari populasi yang lebih besar, maka ada baiknya pengukuran ini dapat diperluas dengan sampel dan populasi yang lebih luas.

## **Daftar Pustaka**

- Arikunto.S. (1998). *Manajemen Penelitian*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Aunuddin (1989). *Analisis Data*. Bahan Pengajaran. Bogor. Pusat Antar Universitas Institut Pertanian Bogor.
- Boekaert, M. Pintrinch,P. & Ziedner,M. (2000). *Handbook Of Self Regulation*. Academic Press. London.
- Himpunan Dalil dalam Al Quran Dan Hadist jilid 6
- M. Quraish Shihab, Tafsir Al Misbah Vol. 2.
- Schunk & Zimmerman (1997) dalam <http://education.calumet.perdue.edu/indeks23.php>
- Taylor, Peplau & Sears, (2009) *Psikologi Sosial* Edisi Keduabelas, Penerbit Kenca Jakarta

