

GAMBARAN KRISIS PSIKOLOGIS MAHASISWA TINGKAT PERTAMA PROGRAM SARJANA UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG

¹⁾Rizka Hadian Permana, ²⁾Miki Amrilya Wardati, ³⁾Dwi Agustin Nuraini Sirodj

^{1),2),3)}Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung

¹⁾rizka.hadian@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian dalam bidang psikologi klinis. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah krisis psikologis yang mengacu pada teori dari Wiger pada tahun 2003. Studi ini fokus pada krisis psikologis yang dialami oleh mahasiswa tingkat pertama program sarjana Universitas Islam Bandung, dimana mahasiswa tersebut menghadapi tututan akademis maupun tuntutan sosial yang baru di lingkungan perguruan tinggi. Pengukuran yang dilakukan menyangkut jenis – jenis krisis psikologis yang dialami yaitu 1) krisis perkembangan, 2) krisis situasional, dan 3) krisis eksistensial. Sampel dipilih menggunakan metode *systematic random sampling* di setiap fakultas. Rancangan penelitian yang digunakan adalah studi deskriptif. Hasil penelitian didapatkan gambaran bahwa mahasiswa tidak mengalami ketiga tipe krisis psikologis yaitu krisis identitas, krisis situasional, dan krisis eksistensial.

Kata kunci: krisis eksistensial, krisis identitas, krisis situasional

Abstract

This research is a study of clinical psychology. The variables used in this study were psychological crisis that refers to the theory of Wiger in 2003. This study focused on the psychological crisis experienced by first year students of undergraduate/bachelor's program in Bandung Islamic University, where students faces a new academic rules and new social demands in the college environment. Types of psychological crisis measured in this study were 1) identity crisis, 2) situational crisis, and 3) existential crisis. Samples were taken by systematic random sampling method in each faculty in Bandung Islamic University. The research design used descriptive analysis and results of this research showed that students did not experience the three types of psychological crisis.

Keywords : identity crisis, situational crisis, existential crisis.

Pendahuluan

Krisis psikologis merupakan kondisi dimana individu berhadapan dengan situasi yang menjadi halangan bagi pencapaian tujuan hidup. Hambatan tersebut tidak lagi dapat diselesaikan dengan cara penyelesaian masalah yang biasa dipakai, sehingga kegagalan upaya mengatasi masalah tersebut memunculkan periode disorganisasi dan emosi yang kacau. (Wiger, 2003). Penelitian yang diajukan dalam proposal ini dimaksudkan untuk melakukan pengembangan alat ukur mengenai krisis psikologis yang mengacu pada konsep teori yang dari Wiger pada tahun 2003.

Erikson memaparkan mengenai tahap perkembangan kepribadian seseorang disertai potensi kegagalan dalam pencapaian tahap tersebut. Adanya tahap – tahap perkembangan tersebut yang memberikan peluang pada individu untuk mengalami krisis psikologis saat

pencapaiannya terhambat. Berhasil atau tidaknya dalam melewati krisis psikologis pada individu memberi pengaruh pada tahap kehidupan yang harus dijalaninya (Erikson, 1968).

Mahasiswa didefinisikan sebagai seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk perguruan tinggi yang terdiri dari akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut dan universitas Masa transisi dari usia sekolah menengah atas menuju masa perkuliahan melibatkan banyak perubahan. Perubahan – perubahan yang terjadi memungkinkan munculnya kondisi stres (Santrock, 2004). Mahasiswa seringkali mengalami stres yang dikarenakan faktor psikososial, dimana mahasiswa tidak merespon secara tepat dan akurat terhadap stresor misalnya terhadap situasi lingkungan yang baru. Kondisi tersebut dapat mempengaruhi proses belajar mengajar pada mahasiswa karena pada gangguan ini seseorang akan mengalami distorsi pemrosesan informasi. Hal ini dapat mengganggu kemampuan memusatkan perhatian, menurunkan daya ingat, dan lain-lain. Sehingga dapat mengganggu proses belajar pada mahasiswa (Chandratika & Purnawati, 2014). Menurut Caplan (Wiger, 2003), suatu krisis psikologis dapat berlangsung selama empat sampai enam minggu. Berlangsungnya krisis tersebut bergantung pada kekuatan krisis dan faktor individual. Pada saat krisis berlangsung, individu memperlihatkan ketidakstabilan dan terhambatnya fungsi individu dalam area yang penting.

Menurut Erikson (Robinson, 2008), krisis merupakan periode yang normal dialami oleh individu di masa perkembangan hidupnya. Untuk mencegah individu mengalami masalah yang lebih berat ketika ada di periode krisis psikologis, maka perlu diberikan pencegahan maupun bantuan yang konstruktif (Caplan, dalam Robinson 2008). Mahasiswa program sarjana Universitas Islam Bandung dengan situasi – situasi yang memungkinkan dimaknakan sebagai stressor, sebenarnya sudah mendapatkan berbagai macam kegiatan yang disediakan oleh pihak universitas yang tujuannya membantu penyesuaian dalam situasi perkuliahan maupun situasi peralihan masa remaja ke masa dewasa awal. Kegiatan tersebut di antaranya merupakan kegiatan orientasi di awal masa kuliah maupun kegiatan yang tujuannya untuk pengembangan diri mahasiswa itu sendiri.

Pada penelitian ini, teori krisis psikologis akan diterapkan pada mahasiswa tingkat pertama program Sarjana Universitas Islam Bandung. Pemilihan mahasiswa tingkat pertama sebagai objek penelitian didasarkan pada mahasiswa tingkat pertama yang rentan mengalami krisis yang diakibatkan oleh perubahan situasional dalam hal sistem pendidikan yang berbeda dari sekolah menengah atas ke perguruan tinggi. Peneliti bermaksud mengetahui kondisi psikologis khususnya gambaran krisis psikologis yang dialami oleh mahasiswa tingkat satu dan mengetahui pengelompokan kondisi krisis psikologis yang dialami di setiap fakultas di Universitas Islam Bandung.

Menurut Wiger (2003), krisis psikologis terjadi ketika individu dihadapkan kepada situasi yang dapat menghambat pencapaian tujuan hidup. Situasi tersebut dipersepsi memiliki tingkat kesulitan yang melebihi sumber daya atau kemampuan individu untuk dapat mengatasinya sehingga dapat menghambat tujuan hidup yang telah ditetapkan oleh individu tersebut. Menurut Erikson (Robinson, 2008), krisis merupakan periode yang normal dialami oleh individu di masa perkembangan hidupnya. Untuk mencegah individu

mengalami masalah yang lebih berat ketika ada di periode krisis psikologis, maka perlu diberikan pencegahan maupun bantuan yang konstruktif (Caplan, dalam Robinson 2008).

Krisis psikologis yang terjadi pada individu tidak hanya merujuk kepada situasi atau kejadian traumatik tetapi merujuk pula terhadap reaksi yang ditunjukkan individu terhadap peristiwa tersebut. Roberts (Wiger, 2003) menjelaskan terdapat kesepakatan diantara psikolog mengenai ciri-ciri individu yang mengalami krisis diantaranya: 1) individu memaknakan bahwa kejadian pemicu tersebut sesuatu yang berarti dan mengancam, 2) mekanisme coping yang dimiliki individu tidak mampu untuk memodifikasi atau mengurangi akibat dari kejadian tersebut, 3) meningkatnya perasaan takut, tegang atau bingung, 4) memperlihatkan ketidaknyamanan yang sangat tinggi, 5) kondisi yang dengan cepat menuju kondisi disequilibrium.

Penelitian krisis psikologis yang ada pada saat ini terbatas pada salah satu penyebab krisis yang dialami oleh individu tidak memetakan secara umum penyebab krisis psikologis lainnya yang mungkin terjadi. Kemudian dalam asesmen yang dilakukan untuk mengidentifikasi penyebab krisis pun kebanyakan dilakukan melalui interview yang memerlukan waktu yang cukup lama. Menurut Barmmer dalam Wiger (2003), terdapat tiga tipe krisis yaitu:

Krisis perkembangan merupakan peristiwa normal dalam periode perkembangan manusia. Perubahan dan transisi yang terjadi pada setiap periode dapat membuat seseorang mengalami krisis. Wiger (2003) menjadikan teori Erikson mengenai delapan tahap perkembangan sebagai dasar untuk membahas krisis perkembangan. Setiap orang akan melewati tahap perkembangan tersebut, jika terdapat gangguan dalam mencapai dan melewati transisi perkembangan dapat membuat individu jatuh dalam keadaan krisis, krisis perkembangan subjek yang dialami berada pada tahap *identity vs identity confusion*, pada tahap ini pencapaian identitas pribadi dan menghindari peran ganda merupakan bagian dari tugas yang harus dilakukan dalam tahap ini. Menurut Erikson (Schwartz, 2001) masa ini merupakan masa yang mempunyai peranan penting, karena melalui tahap ini orang harus mencapai tingkat identitas ego, yaitu dapat menemukan identitas pribadi dengan mengetahui siapa dirinya dan bagaimana cara individu tersebut berperan dalam kehidupan masyarakat. Krisis yang terjadi disebabkan individu tidak mengetahui dan memahami siapa dirinya yang sebenarnya ditengah-tengah relasi sosial maupun struktur sosialnya yang dapat menyebabkan kekacauan identitas.

Menurut Marcia (2007) krisis identitas pada individu dapat terjadi pada empat area dalam kehidupannya, diantaranya:

Area pendidikan dan pekerjaan, pada area ini menggambarkan bagaimana kesesuaian antara bidang pendidikan atau pekerjaan dengan minat dan kemampuan diri individu. Semakin tidak sesuai antara bidang pendidikan dengan minat dan kemampuan, maka individu akan mengalami krisis psikologis.

Area Agama, pada area ini menggambarkan bagaimana kesesuaian antara apa yang dirasakan dan dihayati individu dengan agama yang di anut.

Area gaya hidup, pada area ini berkaitan bagaimana seseorang telah mampu menentukan gaya hidup yang mereka tampilkan di lingkungan, dapat memilih apa yang dirasa cocok oleh dirinya tanpa terpengaruh lingkungan luar.

Area politik, pada area ini berkaitan dengan bagaimana individu mampu dalam menentukan pilihan politiknya yang sesuai dengan keyakinan yang dimiliki terhadap pilihannya tersebut tanpa dapat diintervensi oleh lingkungan luar atau hanya sekedar partisipasi saja. Selain itu individu mampu percaya bahwa pilihan politiknya tersebut dapat menjadikan sesuatu menjadi lebih baik.

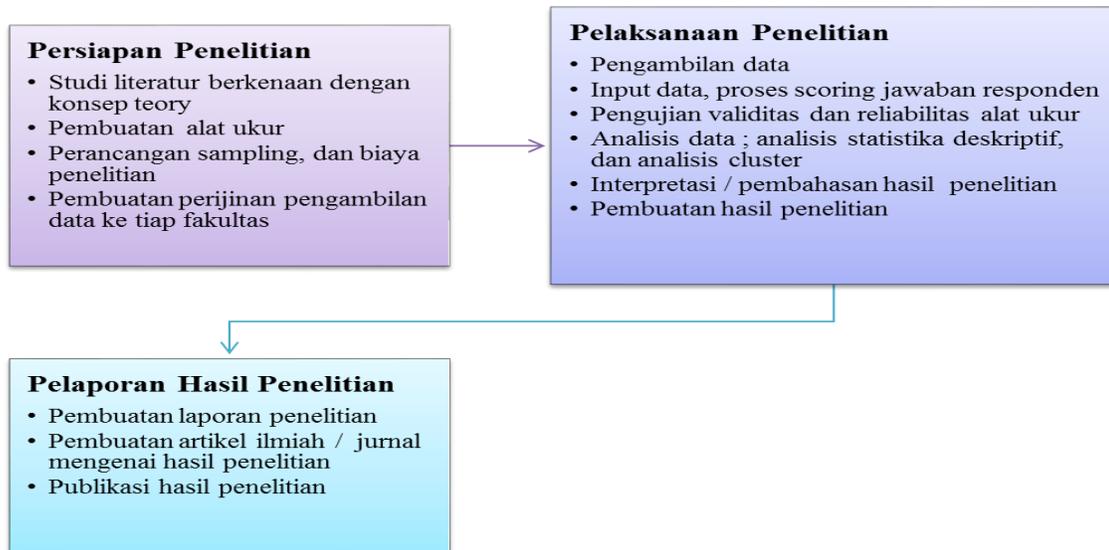
Krisis situasional merupakan krisis yang terjadi ketika individu dihadapkan pada peristiwa yang mendadak, tidak diperkirakan dan tidak dapat dikontrol, individu yang mengalami krisis situasi ditandai dengan ketidakmampuan individu dalam menyelesaikan permasalahan yang berhubungan dengan relasi dengan orang lain, ketidakmampuan menyelesaikan permasalahan yang berhubungan dengan perkuliahan yang sedang dijalani dan juga persiapan karir (Robinson, 2008).

Krisis Eksistensial merupakan krisis yang terjadi ketika individu terhambat atau tidak memiliki tujuan hidup, makna hidup, dan kebebasan personal (Schnell, 2010). Orang yang merasakan krisis eksistensial menunjukkan gejala menjalani kehidupan sehari-hari dengan tanpa semangat dan dekat dengan perasaan hampa, tidak memiliki tujuan hidup yang jelas sehingga mereka menjadi tidak terarah dan merasakan kemunduran dari situasi yang telah dicapai (Frankl, 1963). Pekerjaan dirasakan sebagai sumber ancaman sehingga mengerjakan tidak bersemangat dan tidak bertanggung jawab, tidak mampu dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan, situasi yang terjadi dianggap sebagai penderitaan, tidak mampu mencitai dan menerima cinta kasih dari orang lain Teger (2005).

Wainrib dan Block dalam Wiger (2003), mengembangkan suatu model yang disebut General Crisis Response yang mengidentifikasi gejala krisis secara universal yang pada umumnya dialami seseorang yang selama mengalami krisis. Model ini mengidentifikasi tiga level respon krisis; 1) level kognitif yaitu kemampuan pemecahan masalah dan mekanisme coping tidak sanggup menyelesaikan masalah, 2) level psikologis yaitu terjadi kondisi shock yang sifatnya sementara dan diikuti oleh penyangkalan, kebingungan, ketakutan, kesedihan, emotion numbing, ketidakpercayaan, mudah tersinggung dan tidak dapat relaks. Reaksi-reaksi ini membuat individu tidak seimbang, 3) level fisiologis yaitu reaksi stres umum seperti perubahan dalam denyut jantung, atau keringat berlebihan.

Metode

Adapun tahap-tahap yang akan dilaksanakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut



Gambar 1
Tahapan Penelitian

Berdasarkan gambar 1, tahapan penelitian yang dilakukan diawali dengan tahap perencanaan yang dimulai dengan studi literatur berkenaan dengan teori yang digunakan yaitu teori Wiger (2013), yang mencakup tiga krisis psikologis. Tiga krisis psikologis tersebut dirujuk dari teori yang berbeda, krisis perkembangan didasarkan pada teori krisis dari Marcia, krisis eksistensial yang didasarkan dari teori Frankl, serta krisis situasional berdasarkan pendapat Robinson. Konsep-konsep teori tersebut digunakan untuk penyusunan alat ukur dengan menggunakan analisis konstruk. Pembuatan alat ukur diawali dengan memilih atribut psikologis, membuat definisi operasional dari definisi konseptual, membuat indikator dan item. Setelah alat ukur selesai dibuat, kemudian mencoba alat ukur tersebut kepada subjek ukur. Uji coba alat ukur dilakukan untuk menguji apakah alat ukur yang telah dibuat memiliki kualitas yang baik. Pengujian yang dilakukan untuk mendapatkan apakah alat ukur tersebut telah valid dan reliabel. Hasil uji coba yang telah dilakukan didapatkan bahwa beberapa item yang telah dibuat perlu direvisi karena dikatakan tidak valid. Setelah melakukan revisi alat ukur, kemudian dilakukan perancangan sampel penelitian dengan menggunakan teknik sistematik random sampling, yaitu pemilihan sampel dari setiap fakultas disesuaikan dengan jumlah mahasiswa tingkat pertama yang terdapat pada masing-masing fakultas. Dikarenakan ingin dilihat gambaran krisis-krisis psikologis yang muncul pada mahasiswa tingkat pertama program sarjana di setiap fakultas, maka proses *sampling* pun akan di lakukan di sepuluh fakultas yang ada di Universitas Islam Bandung, diantaranya adalah Fakultas Syariah, Fakultas Dakwah, Fakultas Tarbiyah & Keguruan, Fakultas Hukum, Fakultas Psikologi, Fakultas MIPA, Fakultas Teknik, Fakultas Ilmu Komunikasi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, dan Fakultas Kedokteran. Pada tahap selanjutnya merancang biaya yang dibutuhkan untuk melaksanakan penelitian. Pada tahap perencanaan ini, diakhiri dengan mengurus perizinan untuk

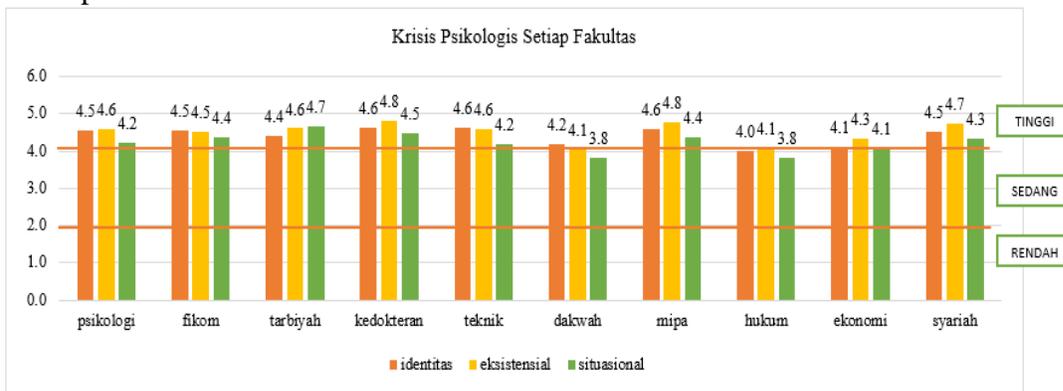
melakukan pengambilan data pada mahasiswa yang terpilih sebagai subjek dari setiap fakultas.

Pada tahap pelaksanaan, dilakukan pengambilan data dengan tatap muka terhadap subjek penelitian yang dilakukan kurang lebih selama satu setengah bulan. Setelah data didapatkan, kemudian dilanjutkan input data dan melakukan skoring terhadap terhadap jawaban subjek. Setelah dilakukan skoring kemudian melakukan pengujian kembali alat ukur, baik validitas maupun reliabilitasnya. Kemudian melakukan analisis dengan menggunakan statistika deskriptif untuk mendapat gambaran mengenai krisis-krisis psikologis apa saja yang dominan muncul pada mahasiswa tingkat satu program sarjana baik secara umum di Universitas Islam Bandung maupun di tiap fakultas-fakultas.

Pada tahap terakhir, membuat laporan hasil penelitian yang telah dilakukan dan melakukan publikasi hasil penelitian yang telah dilakukan.

Hasil Pembahasan

Berikut ini akan dipaparkan mengenai tingkatan krisis psikologis yang terjadi di setiap fakultas.

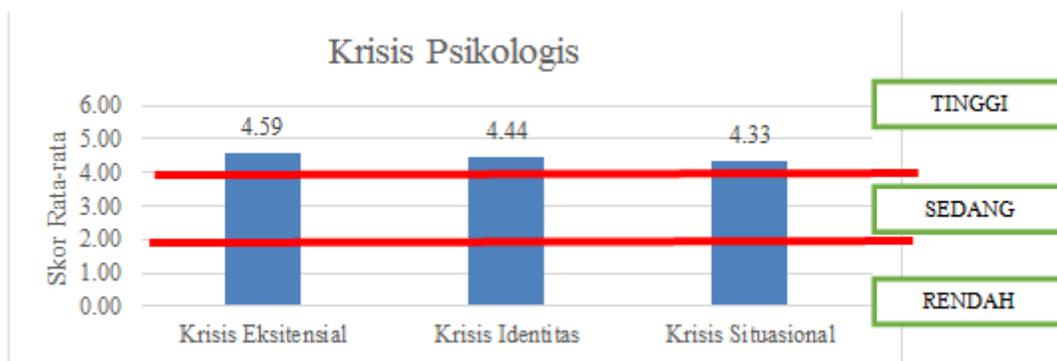


Gambar 2
Tingkatan krisis di setiap fakultas

Berdasarkan Gambar 4.2 mengenai hasil pengukuran krisis psikologis pada setiap fakultas, diperoleh gambaran rata-rata kondisi krisis psikologis pada Fakultas Psikologi sebesar 4,5 untuk krisis identitas berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,2 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Ilmu Komunikasi didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,5 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,5 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,4 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Tarbiyah didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,4 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,7 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Kedokteran didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,8 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,5 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Teknik didapat gambaran

krisis identitas sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,2 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Dakwah didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,2 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,1 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 3,8 berada pada kategori sedang. Pada Fakultas MIPA didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,6 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,8 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,4 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Hukum didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,0 berada pada kategori sedang, krisis eksistensial sebesar 4,1 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 3,8 berada pada kategori sedang. Pada Fakultas Ekonomi didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,1 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,3 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,1 berada pada kategori tinggi. Pada Fakultas Syariah didapat gambaran krisis identitas sebesar 4,5 berada pada kategori tinggi, krisis eksistensial sebesar 4,7 berada pada kategori tinggi dan krisis situasional sebesar 4,3 berada pada kategori tinggi.

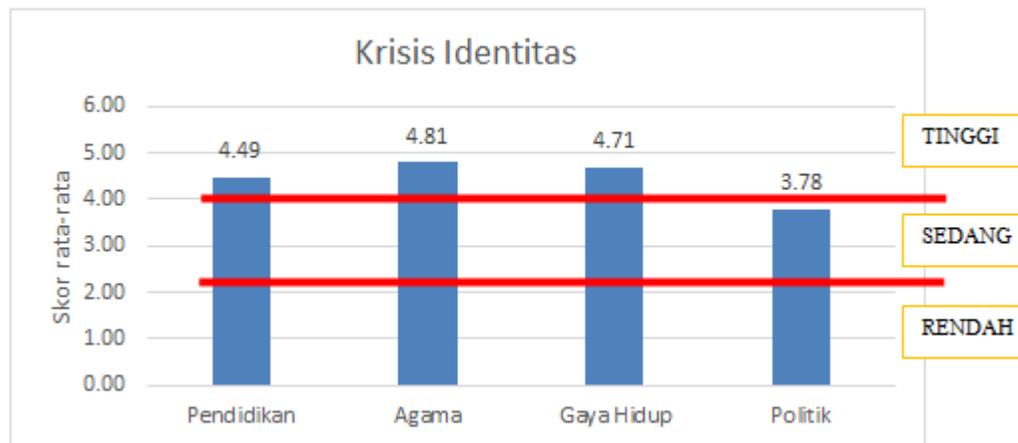
Berikut ini akan dipaparkan mengenai tingkatan krisis psikologis pada subjek penelitian.



Gambar 3
Tingkatan krisis psikologis

Berdasarkan Gambar 2 mengenai hasil pengukuran terhadap tingkatan setiap krisis psikologis, diperoleh skor rata-rata tingkatan krisis eksistensial subjek sebesar 4,59 , berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis identitas yang dialami subjek sebesar 4,44 yang berada pada kategori tinggi. Sedangkan Tingkatan krisis situasional yang dialami subjek sebesar 4,33 berada pada kategori Tinggi.

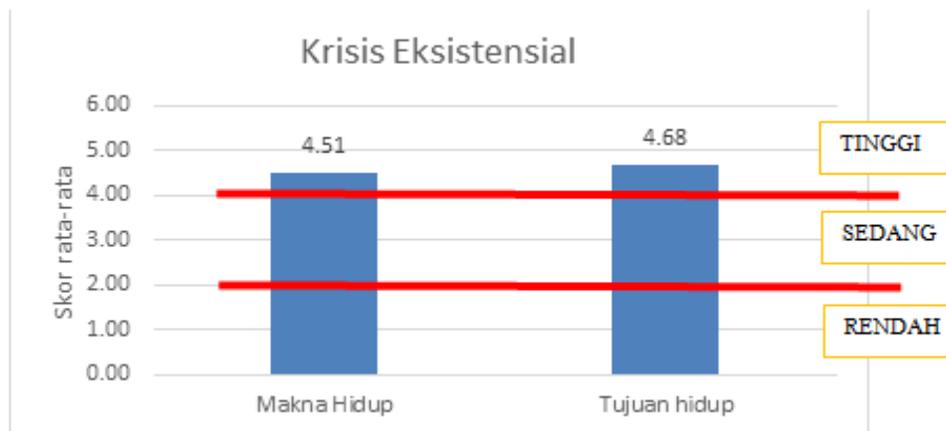
Berikut ini akan dipaparkan mengenai tingkatan krisis identitas pada subjek penelitian.



Gambar 4
Tingkatan krisis identitas

Berdasarkan Gambar 3 mengenai hasil pengukuran terhadap tingkatan setiap krisis identitas, diperoleh gambaran rata-rata tingkatan krisis identitas terkait pendidikan sebesar 4,49 , berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis identitas terkait agama yang dialami subjek sebesar 4,81 yang berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis identitas terkait gaya hidup yang dialami subjek sebesar 3,78 berada pada kategori tinggi, Sedangkan Tingkatan krisis identitas terkait gaya hidup yang dialami subjek sebesar 4,71 berada pada kategori sedang.

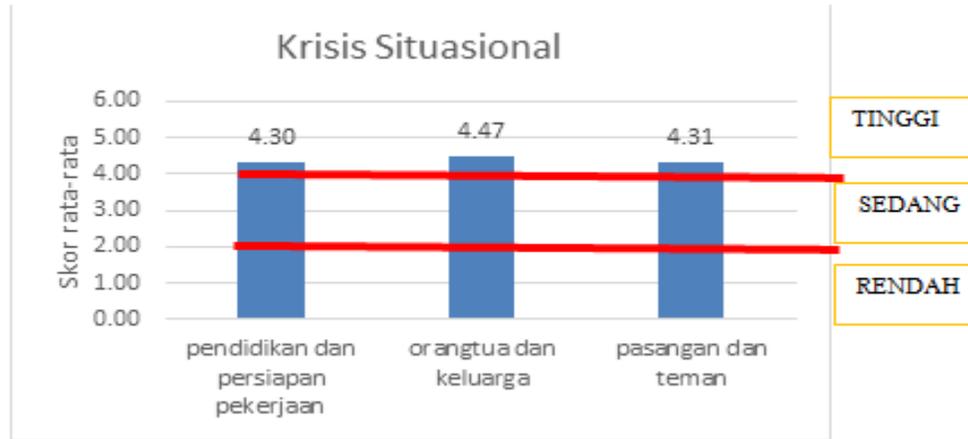
Berikut ini akan dipaparkan mengenai tingkatan krisis identitas pada subjek penelitian.



Gambar 5
Tingkatan krisis Eksistensial

Berdasarkan Gambar 4 mengenai hasil pengukuran terhadap tingkatan setiap krisis eksistensial, diperoleh gambaran rata-rata tingkatan krisis eksistensial terkait makna hidup sebesar 4,51 , berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis eksistensial terkait tujuan hidup ,yang dialami subjek sebesar 4,68 yang berada pada kategori tinggi.

Berikut ini akan dipaparkan mengenai tingkatan krisis situasional pada subjek penelitian.



Gambar 6
Tingkatan krisis situasional

Berdasarkan Gambar 5 mengenai hasil pengukuran terhadap tingkatan setiap krisis situasional, diperoleh gambaran rata-rata tingkatan krisis situasional terkait pendidikan dan persiapan pekerjaan sebesar 4,30 , berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis situasional terkait orang tua dan keluarga sebesar 4,47 yang berada pada kategori tinggi. Tingkatan krisis situasional terkait pasangan dan teman sebesar 4,31 yang berada pada kategori tinggi.

Krisis psikologis dapat terjadi ketika individu dihadapkan kepada situasi yang dipersepsi memiliki tingkat kesulitan yang melebihi sumber daya atau kemampuannya untuk dapat menghadapi situasi tersebut (Wiger,2003). Situasi-situasi yang dapat menyebabkan terjadinya krisis psikologis pada seseorang tentunya akan berbeda satu sama lainnya. Namun demikian, menurut Brammer (Wiger, 2003) terdapat tiga situasi yang pada umumnya akan dihadapi oleh individu, yaitu berasal dari tugas perkembangannya, eksistensi individu di dalam dunia, serta situasi-situasi spesifik yang dihadapi sesuai dengan lingkungan dimana individu tersebut berinteraksi. Ketiga situasi tersebut dapat menimbulkan kesulitan ataupun hambatan yang dapat menyebabkan individu tidak mampu beradaptasi dengan situasi tersebut. Kesulitan tersebut pada dasarnya akan dialami oleh mahasiswa tingkat pertama. Dalam tugas perkembangan, mahasiswa tingkat pertama berada pada masa remaja akhir maka mereka akan menghadapi situasi yang disebut oleh Erikson sebagai krisis identitas yaitu sebagai gerbang untuk menentukan akan menjadi apa dirinya mereka di masa yang akan datang. Dalam eksistensi individu dalam dunia terkait dengan makna hidup mereka selama yang mereka hidup dan mengenai tujuan hidup mereka dapat juga menimbulkan kondisi krisis psikologis, serta situasi-situasi spesifik terkait permasalahan yang mungkin dihadapi terkait interaksi mereka dalam lingkungan seperti masalah dalam bidang akademik atau pekerjaan maupun relasi sosial baik dengan orang tua, teman, maupun pasangannya.

Pada mahasiswa tingkat pertama di Universitas Islam Bandung situasi-situasi yang dapat menimbulkan krisis psikologis seperti krisis identitas, krisis eksistensial, serta krisis

situasional tidaklah terjadi. Hal ini terlihat dari hasil pengukuran ketiga krisis tersebut terhadap 140 mahasiswa yang mewakili masing-masing fakultas. Skor rata-rata pada masing-masing tipe krisis psikologis yaitu krisis eksistensial sebesar 4,59 poin, krisis identitas sebesar 4,44 poin dan krisis situasional yang dialami subjek sebesar 4,33 poin yang seluruhnya berada pada kategori tinggi. Berada pada kategori tinggi artinya subjek menghayati bahwa situasi-situasi yang dapat menyebabkan krisis psikologis tersebut berada dibawah kemampuan dirinya sehingga situasi pemicu tersebut bukanlah sesuatu yang mengancam yang membuat mekanisme coping yang dimiliki individu mampu untuk memodifikasi atau mengurangi akibat dari situasi tersebut. Pada akhirnya kondisi tersebut membuat subjek cepat menuju ke dalam kondisi seimbang.

Tingginya skor rata-rata pada setiap tipe krisis psikologis terjadi karena tinggi pula skor rata-rata pada masing-masing aspek dalam setiap tipe krisis. Hal ini menggambarkan kemampuan subjek dalam menghadapi situasi-situasi yang mengancam yang berasal dari ketiga situasi krisis yang umum dialami. Pada krisis eksistensial pada aspek makna hidup, subjek berada pula pada kategori tinggi artinya, subjek dalam menghayati hidup yang telah dijalannya sampai saat ini sangat bermakna dan memiliki arti bagi diri mereka, dan tidak adanya kekecewaan atas semua yang terjadi pada diri mereka. Begitu pula pada aspek tujuan hidup, subjek menunjukkan tingginya harapan dalam diri mereka akan masa yang akan datang sehingga dapat memunculkan motivasi dalam diri mereka untuk mengarahkan perilakunya guna mencapai cita-cita yang mereka harapkan (Teger,2005).

Pada krisis identitas, dari empat aspek terdapat tiga aspek yang berada dalam kategori tinggi diantaranya, aspek pendidikan, agama, serta gaya hidup. Pada aspek pendidikan, tingginya skor rata-rata menggambarkan bahwa subjek telah mampu menemukan identitas diri mereka akan menjadi apa dikemudian hari. Hal ini terlihat dalam penentuan bidang pendidikan yang ditempuh saat ini yang didasarkan oleh pilihan sendiri bukan paksaan dari lingkungan, meyakini bidang pendidikan saat itu sudah sesuai dengan diri mereka serta meyakini bidang tersebut akan membantu mereka untuk menjadi sukses dikemudian hari. Tingginya skor pada aspek pendidikan ini dapat disebabkan oleh banyak informasi mengenai bidang pendidikan yang mereka tempuh saat ini melalui kegiatan Ta'aruf, PPMB maupun perkuliahan, sehingga mereka telah mendapat gambaran yang jelas mengenai profesi mereka yang akan datang. Hal ini berdampak pada kejelasan mengenai kesesuaian gambaran diri mereka dengan bidang pendidikan yang ditempuh.

Pada aspek agama, subjek memiliki skor rata-rata paling tinggi dibandingkan aspek yang lain, hal ini menandakan tidak ada keraguan dalam diri mereka bahwa agama yang mereka anut sesuai dengan diri mereka. Hal ini dapat menandakan pilihan agama yang mereka anut tidak hanya didasarkan karena faktor keluarga tetapi sudah menjadi pilihan pribadi mereka sendiri. Tingginya skor rata-rata pada aspek ini dapat disebabkan oleh banyaknya kegiatan keagamaan yang mereka jalani selama di Unisba, seperti mata kuliah Pendidikan Agama Islam pada semester pertama serta kegiatan pasantren mahasiswa yang mereka ikuti pada semester kedua yang dapat membantu mereka memahami lebih dalam mengenai agama yang mereka anut.

Pada aspek gaya hidup, subjek berada pula pada kategori tinggi artinya mereka sudah dapat menentukan dan memilih bagaimana mereka menampilkan diri dihadapan orang lain

baik dalam segi berpakaian maupun berperilaku tanpa hanya sebatas mengikuti tuntutan dari lingkungan. Hal ini menggambarkan pula bahwa mereka telah memiliki ciri mereka sendiri yang berbeda dengan orang lain. Faktor media sosial juga memainkan peranan penting bagi mereka, karena banyaknya referensi yang mereka dapat untuk dijadikan acuan bagi mereka untuk menentukan gaya hidup yang sesuai dengan dirinya.

Pada aspek politik, subjek berada pada kategori sedang atau lebih rendah daripada aspek yang lainnya. Hal ini menggambarkan bahwa subjek belum memiliki keyakinan dalam menentukan pilihan politik mereka. Mereka masih dapat terpengaruh oleh lingkungan disekitar mereka yang dapat menyebabkan perubahan keyakinan atas pilihan politik mereka. Lebih rendahnya aspek politik ini dapat disebabkan oleh tidak adanya pendidikan politik yang mereka dapati sebelumnya, sehingga mereka kurang memiliki informasi ataupun pengetahuan yang cukup untuk memahami politik dengan baik. Karena tidak memiliki informasi yang cukup sehingga mereka lebih memilih untuk mengikuti pilihan yang sesuai dengan pilihan orang tua mereka.

Dalam krisis situasional, subjek memiliki skor rata-rata yang berada pada kategori tinggi untuk seluruh aspeknya. Pada aspek pertama pada situasi pendidikan atau perkuliahan, tingginya skor rata-rata menggambarkan bahwa situasi perkuliahan tidak memberikan ancaman yang dapat menimbulkan krisis psikologis, dengan kata lain subjek mampu menghadapi tuntutan yang berasal dari perkuliahan saat ini sehingga dapat kembali kepada kondisi seimbang (Wiger, 2003). Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh tuntutan perkuliahan yang belum terlalu berat, karena masih banyaknya mata kuliah yang lebih bersifat umum dan juga pengantar sehingga belum memasuki pengajaran yang lebih mendalam mengenai program studi yang mereka jalani.

Pada aspek relasi sosial baik untuk relasi orang tua maupun teman sebaya, subjek berada pada kategori tinggi yang artinya subjek mampu untuk menghadapi tuntutan dalam hal interaksi dengan orang lain. Subjek dapat dikatakan dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri sehingga subjek tidak mengalami ancaman yang dapat menimbulkan krisis psikologis.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, maka dapat disimpulkan sebagai berikut ketiga tipe krisis psikologis yaitu krisis eksistensial, krisis identitas, serta krisis situasional pada mahasiswa tingkat pertama program sarjana Universitas Islam Bandung berada pada kategori tinggi (tidak berkrisis). Artinya subjek memiliki kemampuan dalam menghadapi situasi-situasi yang mengancam yang berasal dari ketiga situasi krisis tersebut sehingga dapat berada dalam keadaan equilibrium. Dari ketiga jenis krisis psikologis, krisis situasional menjadi krisis psikologis yang rentan dialami oleh mahasiswa tingkat pertama dari seluruh fakultas yang ada di Universitas Islam Bandung. Pada krisis situasional, pendidikan serta pasangan dan teman menjadi aspek yang cenderung berpeluang menimbulkan krisis psikologis.

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa tingkat pertama didapatkan bahwa subjek tidak mengalami krisis psikologis. Oleh karena itu

memungkinkan untuk dilakukan penelitian lanjutan tidak hanya kepada mahasiswa tingkat pertama tetapi juga dilakukan kepada mahasiswa tingkat menengah dan akhir, agar didapatkan data yang lebih menyeluruh mengenai kondisi psikologis terutama mengenai krisis psikologis yang dihadapi oleh mahasiswa Unisba. Perbedaan keadaan dimungkinkan terjadi pada setiap tingkat karena tekanan atau ancaman psikologis yang akan dialami oleh mahasiswa akan lebih tinggi dibandingkan pada mahasiswa tingkat pertama. Sehingga kemungkinan mahasiswa tingkat menengah dan akhir mengalami krisis psikologis akan menjadi lebih besar pula.

Daftar Pustaka

- Erikson, E. (1968). *Identity, Youth and Crisis*. New York: Norton.
- Frankl, V. E. (1963). *Man's search for meaning: An introduction to Logotherapy*. New York: Washington Square Press.
- Marcia, J. E. (1993). The relational roots of identity. In J. Kroger (Ed.), *Discussions on ego identity* (pp. 101– 120). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Marcia, J. E. (2007). Theory and measure: The identity status interview. In M. Watzlawik & A. Born (Eds.), *Capturing identity: Quantitative and qualitative methods* (pp. 1– 15). Lanham, MD: University Press of America.
- Roberts, A. R. (2000) An overview of crisis theory and intervention model. In A.R. Roberts (Ed.) *Crisis Intervention Handbook*. New York: Oxford University Press.
- Robinson, Oliver (2008). *Developmental Crisis in Early adulthood : A composite qualitative analysis*. School of Psychology. London :University of London.
- Santrock, J. W. (2004). *Educational psychology* (2nd ed.). Boston: McGraw-Hill.
- Schnell, T. (2009). The Sources of Meaning and Meaning in Life Questionnaire (SoMe): Relations to demographics and well-being. *Journal of Positive Psychology*, 4(6), 483– 499.
- Schnell, T. (2010). Existential indifference: Another quality of meaning in life. *Journal of Humanistic Psychology*, 50(1), 351–373
- Schnell, T. (2014). An Empirical Approach to Existential Psychology: Meaning in Life Operationalized. In S. Kreitler & T. Urbanek (Eds.), *Conceptions of Meaning* (pp. 173-194). New York: Nova Science.
- Schwartz, S. J. (2001). The evolution of Eriksonian and neo-Eriksonian identity theory and research: A review and integration. *Identity: An International Journal of Theory and Research*, 1, 7–58
- Teger, M. F., & Frazier, P. (2005). Meaning in life: One link in the chain from religiousness to well-being. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 574–582
- Wainrob, B. R., & Bloch, E. L. (1998) *Crisis Intervention and Trauma Response: Theory and Practice*. New York: Springer Publishing Company
- Wiger, Donald E; Harowski, Kathy J. (2003). *Essentials of The Crisis Counseling and Intervention*. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.