

Psikoedukasi dalam Meningkatkan Keterlibatan Akademik Mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Hukum (STIH) Painan

Raja Oloan Tumanggor

Fakultas Psikologi Universitas Tarumanagara Jakarta, Indonesia

Alamat: Jln. S. Parman no 1 Jakarta

Korespondensi penulis: rajat@fpsi.untar.ac.id

Abstract. During college, various factors influence students' low academic engagement. Emotional pressure, academic stress, and an unsupportive social environment are often the main causes of students' lack of academic activity. However, academic engagement is a crucial factor that significantly influences academic success. Academic engagement itself is a multidimensional construct encompassing emotional, behavioral, and cognitive aspects of students' learning experiences. In general, academic engagement is influenced by internal factors, such as emotional state, learning interest, self-efficacy, and intrinsic motivation; and external factors, such as social environment, peer support, parental involvement, and the teaching style of lecturers. Students at the Painan College of Law (STIH) are not immune to this challenge, especially those who attend weekend employee classes. They face the dual pressures of work responsibilities, family obligations, and academic obligations. This can certainly reduce their focus and energy in optimally participating in lectures. Therefore, academic engagement is a crucial issue that needs to be addressed systematically to ensure students maintain their enthusiasm for learning. Through the Community Partnership Program (PKM), efforts are being made to provide students with a deeper understanding of the importance of academic engagement. The purpose of this activity is for students to understand the factors that influence academic engagement and develop strategies to address them. The methods used in this PKM include presentations, interactive discussions, and self-development and academic planning exercises. Through this activity, it is hoped that students will develop adequate awareness and skills in time management, self-regulation, and internal motivation to remain engaged in academic activities.

Keywords: Academic Involvement, Psychoeducation, STIH Painan.

Abstrak. Selama masa perkuliahan, terdapat berbagai faktor yang memengaruhi rendahnya keterlibatan akademis mahasiswa. Tekanan emosional, stres akademik, serta lingkungan sosial yang tidak mendukung sering kali menjadi penyebab utama mahasiswa kurang aktif dalam kegiatan akademik. Padahal, keterlibatan akademis merupakan faktor penting yang sangat berpengaruh terhadap keberhasilan studi. Keterlibatan akademis sendiri merupakan konstruksi multidimensi yang mencakup aspek emosional, perilaku, dan kognitif mahasiswa dalam mengikuti proses pembelajaran. Secara umum, keterlibatan akademis dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kondisi emosional, minat belajar, efikasi diri, serta motivasi intrinsik; dan faktor eksternal, seperti lingkungan sosial, dukungan teman sebaya, keterlibatan orang tua, serta gaya mengajar dosen. Mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Hukum (STIH) Painan pun tidak terlepas dari tantangan ini, terutama mereka yang mengikuti kelas karyawan pada akhir pekan. Mereka dihadapkan pada tekanan ganda, yakni tanggung jawab pekerjaan, kewajiban keluarga, dan kewajiban akademik. Hal ini tentu dapat menurunkan fokus dan energi dalam mengikuti perkuliahan secara optimal. Oleh karena itu, keterlibatan akademis menjadi salah satu isu penting yang perlu ditangani secara sistematis agar mahasiswa tetap mampu mempertahankan semangat belajar mereka. Melalui kegiatan Program Kemitraan Masyarakat (PKM), dilakukan upaya untuk memberikan pemahaman mendalam kepada para mahasiswa mengenai pentingnya keterlibatan akademik. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar mahasiswa memahami faktor-faktor yang memengaruhi keterlibatan akademik serta mampu menyusun strategi untuk mengatasinya. Metode yang digunakan dalam PKM ini meliputi presentasi materi, diskusi interaktif, serta latihan pengembangan diri dan perencanaan akademik. Dengan adanya kegiatan ini, diharapkan mahasiswa memiliki kesadaran dan keterampilan yang memadai dalam mengelola waktu, mengembangkan regulasi diri, serta membangun motivasi internal untuk tetap terlibat dalam kegiatan akademik.

Kata kunci: Keterlibatan Akademik, Psikoedukasi, STIH.

1. LATAR BELAKANG

Sekolah Tinggi Ilmu Hukum (STIH) Painan merupakan lembaga pendidikan tinggi bidang hukum yang sudah ada sejak tahun 1987 lalu. STIH yang berpusat di Jl.Raya Serang KM 18,2 Sukanegara Bojong Cikupa Tangerang ini, juga memiliki beberapa cabang kampus, sehingga memudahkan mahasiswa memilih kampus yang lebih dekat dengan domisilinya. STIH memiliki program studi S1 untuk ilmu hukum dan program studi S2 untuk hukum bisnis dan hukum tata negara. Adapun visi STIH Painan adalah menjadi institusi unggul dalam penyelenggaraan pendidikan ilmu hukum yang profesional untuk mewujudkan masyarakat ilmiah yang cerdas dan berdaya saing tinggi di bidang hukum. Sementara misinya mencakup (1) melaksanakan kegiatan pendidikan dan pengajaran yang terencana, teratur, terukur dan terjadwal, (2) melaksanakan kegiatan penelitian dalam rangka pengembangan ilmu hukum, (3) melaksanakan pengabdian masyarakat sebagai wujud tanggung jawab sosial institusi, dan (4) membangun kerjasama dengan perguruan tinggi atau lembaga lain, baik dalam negeri maupun luar negeri.

Sebagai institusi pendidikan tinggi bidang hukum di wilayah Tangerang Banten, STIH Painan berupaya menjawab kebutuhan masyarakat di sekitar khususnya menyangkut masalah hukum. Oleh karena itu STIH berusaha meningkatkan kualitasnya baik di bidang pengajaran maupun bidang pelayanan kepada masyarakat. Para mahasiswa STIH berasal dari bermacam ragam latar belakang budaya, pendidikan dan tingkat ekonomi. Baik untuk program studi S1 maupun S2 terdapat berbagai jenis kelas, seperti kelas pagi, kelas sore, kelas malam dan kelas eksekutif yang perkuliahannya dilaksanakan pada hari Jumat dan Sabtu. Setiap kelompok mahasiswa di semua institusi pendidikan tinggi tentu memiliki aneka ragam persoalan dan masalah. Demikian juga para mahasiswa STIH Painan memiliki persoalan sendiri. Salah satu dari sekian masalah itu adalah menyangkut keterlibatan akademik. Sebagaimana diketahui para mahasiswa STIH baik yang mengikuti program S1 dan S2 berasal dari latar belakang yang berbeda-beda. Ada mahasiswa yang sudah bekerja. Mereka datang ke kampus setelah selesai kerja di kantor. Maka sudah lelah sebelumnya. Hal ini menyebabkan keterlibatan selama mengikuti kuliah kadang kurang begitu maksimal, karena persoalan di kantor kadang masih terbawa di ruan kuliah.

Fisik dan psikis yang lelah juga turut mempengaruhi konsentrasi di bangku kuliah. Kondisi fisik yang kurang fit membuat motivasi untuk belajar menjadi kurang maksimal. Hal inilah yang membuat keterlibatan akademis di ruang kuliah tidak bisa maksimal.

2. METODE

PKM ini dilaksanakan dalam bentuk psikoedukasi. Psikoedukasi merupakan sebuah metode edukatif yang bertujuan untuk memberikan informasi dan pelatihan yang berguna untuk mengubah pemahaman mental/psikis individu. PKM ini menyasar mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Painan di Karawaci Tangerang. Tujuannya adalah untuk meningkatkan kesadaran dan kemampuan untuk melibatkan diri secara akademis di kampus. Untuk melaksanakan PKM pengusul mengikuti tahapan berikut ini. Pertama, dilakukan sosialisasi kepada pihak pimpinan STIH Painan Karawaci Tangerang. Kemudian ditentukan dan disepakati kapan dilaksanakan psikoedukasi kepada para mahasiswa. Kedua, pelaksanaan pelatihan, yang disampaikan oleh fasilitator dan dua orang mahasiswa. Tujuan utama psikoedukasi ini adalah untuk menambah pemahaman para siswa tentang pengertian berpikir kritis dan keterampilan dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis. Sebelum dilakukan pelatihan dilakukan pretest kepada para peserta. Lalu setelah pelatihan dilakukan lagi posttest. Dua mahasiswa juga dilibatkan selama pelatihan ini dengan cara membantu mengatur proses pertemuan secara luring di STIH Painan. Pada tahap ketiga dilakukan tanya jawab antara fasilitator dan peserta para peserta pelatihan. Setelah itu diminta beberapa peserta menceritakan pengalamannya bagaimana mereka melaksanakan keterlibatan akademik dalam lingkungan kampus. Fasilitator meminta kepada para peserta untuk menjawab beberapa pertanyaan reflektif menyangkut keterlibatan akademik.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Solusi yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan mahasiswa di STIH Painan adalah memberikan pelatihan mengenai keterlibatan akademik. Keterlibatan siswa (*student engagement*) merupakan istilah yang digunakan untuk mengidentifikasi keaktifan peserta didik partisipasi dalam kegiatan di lingkungan kampus, termasuk proses pembelajaran di ruang kuliah (Finn dalam Fredricks et al., 2004).

Pengertian Keterlibatan Akademik

Fredricks dkk. (2004) mendefinisikan keterlibatan siswa sebagai konstruksi emosional, perilaku, dan kognitif multidimensi. Faktor yang mempengaruhi siswa menjadi terlibat adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal berasal dari dalam diri sendiri siswa, seperti karakteristik siswa, rasa percaya diri, keadaan emosi, dan internal motivasi. Faktor eksternal berasal dari lingkungan yang mendukung pembelajaran aktif yaitu peraturan sekolah, iklim sekolah, dan interaksi dengan keluarga, teman, dan guru.

Keterlibatan akademis telah menarik perhatian para peneliti psikologi pendidikan karena berkaitan dengan aspek perkembangan siswa mengenai integrasi sekolah dan prestasi akademik. Keterlibatan juga dapat meminimalisir psikososial negatif yang beresiko pada perilaku, putus sekolah, dan prestasi akademik yang rendah (Fredricks dkk., 2004). Dalam ekologi Bronfenbrenner secara teori, mikrosistem adalah tempat siswa menghabiskan sebagian besar waktunya bersama orang-orang terdekat, misalnya seperti keluarga, teman sebaya, sekolah, dan tetangga (Santrock, 2004).

Berbagai Faktor Yang Mempengaruhi Keterlibatan Akademis

Mahasiswa sering kali menghadapi berbagai fenomena yang berkontribusi terhadap kurangnya keterlibatan akademis di lingkungan kampus. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi hal itu. Pertama, tekanan emosional dan stres. Mahasiswa, terutama mereka yang baru memasuki perguruan tinggi, sering mengalami stres akibat tuntutan akademik yang tinggi dan perubahan lingkungan. Penelitian menunjukkan bahwa banyak mahasiswa merasa kewalahan dengan transisi dari sekolah menengah ke perguruan tinggi, yang dapat menyebabkan masalah emosional seperti mood swings, kecemasan, dan bahkan depresi. Dalam konteks ini, mahasiswa yang tidak mampu mengelola stres cenderung mengalami penurunan motivasi untuk terlibat dalam kegiatan akademik (Rahmadani & Rahmawati, 2020; Fatimah et al., 2021).

Kedua, kurangnya pengalaman flow. Fenomena flow, yaitu keadaan di mana individu merasa sepenuhnya terlibat dan fokus pada tugas yang dilakukan, sangat berpengaruh terhadap keterlibatan akademik. Penelitian menemukan bahwa mahasiswa yang mengalami flow akademik yang rendah cenderung memiliki keterlibatan akademik yang rendah pula. Ketidakmampuan untuk merasakan flow dapat disebabkan oleh berbagai faktor seperti tugas yang terlalu berat atau metode pengajaran dosen yang tidak menarik, sehingga mahasiswa merasa tertekan dan tidak termotivasi (Konda et al., 2024).

Ketiga, lingkungan sosial yang tidak mendukung. Lingkungan sosial mahasiswa juga berperan penting dalam keterlibatan akademis. Mahasiswa yang bergaul dalam kelompok yang kurang mendukung atau negatif cenderung mengalami hambatan dalam belajar. Misalnya, jika mahasiswa terpapar pada lingkungan pergaulan yang tidak baik, mereka mungkin lebih rentan terhadap perilaku malas belajar dan kurangnya motivasi untuk mengikuti perkuliahan.

Keempat, kesulitan dalam penyesuaian akademik. Tahun pertama kuliah merupakan periode krusial di mana banyak mahasiswa mengalami kesulitan dalam penyesuaian akademik. Data menunjukkan bahwa sekitar 25% mahasiswa putus kuliah setelah tahun pertama mereka karena kesulitan beradaptasi dengan tuntutan akademik. Mahasiswa yang tidak memiliki tujuan

akademik yang jelas atau kesadaran akan pentingnya pendidikan tinggi cenderung mengalami keterlibatan akademik yang rendah.

Kelima, ketakutan akan kegagalan. Ketakutan akan kegagalan juga dapat menghambat keterlibatan akademis. Mahasiswa yang merasa takut gagal cenderung menghindari partisipasi dalam kegiatan akademik dan sosial. Hal ini dapat menciptakan siklus negatif di mana kurangnya keterlibatan menyebabkan rendahnya prestasi akademik, yang pada gilirannya memperkuat ketakutan akan kegagalan. Jadi, fenomena kurangnya keterlibatan akademis di kalangan mahasiswa disebabkan oleh kombinasi faktor emosional, pengalaman belajar, lingkungan sosial, kesulitan adaptasi, dan ketakutan akan kegagalan. Untuk meningkatkan keterlibatan akademis, penting bagi institusi pendidikan untuk menyediakan dukungan emosional dan sosial serta menciptakan lingkungan belajar yang positif dan menarik bagi mahasiswa (Sartika & Nirbita, 2022).

Cara Meningkatkan Keterlibatan Akademik Mahasiswa

Untuk meningkatkan keterlibatan akademik mahasiswa, beberapa strategi efektif dapat diterapkan. Berikut adalah beberapa cara yang dapat membantu menciptakan lingkungan belajar yang lebih menarik dan mendukung keterlibatan mahasiswa. Pertama, aktivitas partisipatif dalam kelas. Mengadakan aktivitas partisipatif seperti diskusi, presentasi, dan kolaborasi dalam kelompok dapat meningkatkan keterlibatan mahasiswa. Hal ini mendorong mahasiswa untuk berinteraksi secara aktif dengan materi pelajaran dan satu sama lain (Santoso, 2023).

Kedua, penggunaan teknologi pendidikan. Memanfaatkan teknologi pendidikan yang interaktif, seperti platform daring dan alat pembelajaran digital, dapat menarik perhatian mahasiswa. Ini juga memudahkan akses ke materi pelajaran dan memungkinkan pengalaman belajar yang lebih dinamis. Ketiga, kurikulum yang relevan. Mengembangkan kurikulum yang relevan dengan dunia nyata dan kebutuhan industri akan membuat materi pelajaran lebih menarik bagi mahasiswa. Ketika mahasiswa melihat hubungan antara apa yang mereka pelajari dengan aplikasi di dunia nyata, mereka lebih cenderung terlibat (Mutiaru & Kusumawardhani, 2020).

Keempat, promosi interaksi sosial. Mendorong interaksi sosial melalui diskusi kelompok dan proyek kolaboratif membantu membangun komunitas belajar yang positif. Mahasiswa yang merasa terhubung dengan teman sekelas dan dosen cenderung lebih aktif dalam pembelajaran (Almaida, 2022). Kelima, umpan balik konstruktif. Memberikan umpan balik yang konstruktif dan positif kepada mahasiswa dapat meningkatkan motivasi mereka

untuk belajar. Umpan balik membantu mahasiswa memahami kemajuan mereka dan area yang perlu diperbaiki, sehingga mereka lebih terlibat dalam proses belajar.

Keenam, bimbingan akademik. Menyediakan bimbingan akademik yang baik dapat membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademis dan memberikan arahan yang jelas dalam mencapai tujuan belajar mereka. Hubungan yang baik antara dosen dan mahasiswa juga berkontribusi pada keterlibatan akademik. Ketujuh, pembentukan kelompok belajar. Mendorong pembentukan kelompok belajar di antara mahasiswa dapat meningkatkan diskusi dan kolaborasi, serta memperkuat pemahaman materi. Kelompok belajar memungkinkan pertukaran ide dan dukungan kolektif dalam proses pembelajaran.

Kedelapan, jadwal belajar teratur. Membantu mahasiswa untuk membuat jadwal belajar yang teratur dapat meningkatkan manajemen waktu mereka. Dengan alokasi waktu khusus untuk belajar, mahasiswa dapat menghindari kebiasaan belajar dadakan yang tidak efektif. (Pattynama et al., 2019). Kesembilan, penerapan metode pembelajaran beragam. Menggunakan berbagai metode pembelajaran untuk memenuhi gaya belajar yang berbeda di antara mahasiswa dapat meningkatkan keterlibatan mereka. Misalnya, kombinasi antara pembelajaran visual, auditori, dan kinestetik bisa lebih menarik bagi berbagai tipe mahasiswa.

Kesepuluh, evaluasi diri secara berkala. Mendorong mahasiswa untuk melakukan evaluasi diri secara berkala mengenai kemajuan belajar mereka dapat meningkatkan kesadaran akan proses pembelajaran dan membantu mereka menetapkan tujuan baru. Dengan menerapkan strategi-strategi ini, institusi pendidikan tinggi dapat menciptakan lingkungan belajar yang mendukung keterlibatan akademik mahasiswa secara lebih efektif.



Gambar 1. Suasana psikoedukasi mengenai keterlibatan akademik mahasiswa

Dalam sesi tanya jawab dan sharing pengalaman mengenai keterlibatan akademik, para mahasiswa mengungkapkan pengalaman mereka. Kadang kala mereka mengakui keterlibatan selama perkuliahan menjadi berkurang karena merasa lelah karena baru selesai bekerja dan langsung mengikuti perkuliahan. Memang kebanyakan para mahasiswa adalah orang yang sudah bekerja. Kesibukan pekerjaan di luar perkuliahan mempengaruhi keterlibatan mereka di dalam ruang kuliah. Keterlibatan para mahasiswa akan semakin meningkat bila dosen yang mengajar saat itu membawakan materi dengan menarik, sehingga para mahasiswa tertarik untuk melakukan diskusi dan tukar pikiran dengan sesama rekan mahasiswa dan dosen. Para mahasiswa mengakui juga bahwa tingkat keterlibatan akademik dipengaruhi oleh rasa puas baik terhadap fasilitas yang ada di tempat kuliah dan juga terhadap metode pengajaran para dosen. Pengakuan peserta ini sejalan dengan hasil penelitian Ramadhani (2019) pada para mahasiswa perantau. Yang jelas para mahasiswa mengaku tertolong mendapat pemahaman yang memadai mengenai keterlibatan akademik dan berharap hal itu dapat diterapkan dalam hidup sehari-hari.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Berhadapan dengan berbagai fenomena kebosanan, stres, ketidaknyamanan psikologis yang dihadapi mahasiswa dewasa ini diperlukan pendekatan holistik untuk mengatasinya. Salah satu cara menanggulangi semua persoalan itu adalah dengan meningkatkan keterlibatan akademik mahasiswa. Ada berbagai faktor yang mempengaruhi keterlibatan akademik ini seperti antara lain motivasi, emosi, keterlibatan sosial. Berbagai cara efektif dapat dilakukan untuk meningkatkan keterlibatan akademik misalnya partisipasi di kelas, penggunaan teknologi pendidikan, interaksi sosial, bimbingan akademik, jadwal belajar teratur, dan evaluasi diri, dll. Kegiatan psikoedukasi ini perlu dibarengi dengan pelatihan agar mahasiswa dapat mempraktekkan keterlibatan akademik secara konkrit di dalam kelas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih disampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Tarumanagara yang telah membantu sehingga kegiatan ini dapat berlangsung dengan baik pada Semester Gasal 2024-2025.

DAFTAR REFERENSI

- Almaida, R. (2022). *Peran interaksi personal guru-siswa yang otoritatif dan dukungan akademik teman sebaya terhadap keterlibatan siswa SMA di Kota Semarang* (Tesis Doktoral, Universitas Islam Sultan Agung).
- Fatimah, S., Nasution, M. R., & Dewi, F. I. (2021). *Flow sebagai prediktor keterlibatan akademik pada mahasiswa: Systematic review dan meta-analysis*. Seminar Nasional “Memperkuat Kontribusi Kesehatan Mental dalam Penyelesaian Pandemi Covid-19: Tinjauan Multidisipliner”, Universitas Negeri Malang.
- Fredricks, J. A., Blumenfeld, P. C., & Paris, A. H. (2004). School engagement: Potential of the concept, state of the evidence. *Review of Educational Research*, 74(1), 59–109. <https://doi.org/10.3102/00346543074001059>
- Konda, D. D., Nurul, M., & Alamsyah, R. (2024). Fear of failure dan student engagement: Studi korelasional pada mahasiswa di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 4(1), 155–162.
- Mutiara, T., & Kusumawardhani, D. (2020). Hubungan intensitas penggunaan teknologi informasi dan komunikasi dengan keterlibatan belajar mahasiswa generasi Z. *Edcomtech: Jurnal Kajian Teknologi Pendidikan*, 5(2), 192–201. <https://doi.org/10.17977/um039v5i22020p192>
- Pattynama, P. C., Sahrani, R., & Heng, P. H. (2019). Peran regulasi diri dalam belajar dan keterlibatan akademik terhadap intensi mengundurkan diri dengan resiliensi sebagai mediator. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 3(2), 307–317. <https://doi.org/10.24912/jmishumsen.v3i2.5052>
- Rahmadani, A., & Rahmawati, Y. M. (2020). Adaptasi akademik, sosial, personal, dan institusional: Studi college adjustment terhadap mahasiswa tingkat pertama. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 8(3), 158–166. <https://doi.org/10.29210/145700>
- Ramadhani, S. A. (2019). Hubungan keterlibatan akademik dan kepuasan hidup pada mahasiswa perantauan. *Jurnal Diversita*, 5(1), 67–75. <https://doi.org/10.31289/diversita.v5i1.3402>
- Santoso, J. (2023). Mengatasi tantangan keterlibatan mahasiswa: Strategi efektif untuk menciptakan lingkungan belajar yang menarik. *Jurnal Ilmiah Kanderang Tingang*, 14(2). <https://doi.org/10.37304/jikt.v14i2.267>
- Santrock, J. W. (2004). *Educational psychology* (2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Sartika, S. H., & Nirbita, B. N. (2022). Resiliensi akademik terhadap student engagement dalam menghadapi transisi pembelajaran daring–luring. Dalam *Webinar dan Call for Paper Fakultas Ekonomi Universitas Tidar: Pembangunan Ekonomi Berkelanjutan Pasca Pandemi Covid-19: Membaca Peluang dan Tantangan*.
- Sari, N. W., & Lestari, P. (2023). Strategi peningkatan keterlibatan akademik melalui pendekatan pembelajaran aktif. *Jurnal Psikologi Pendidikan Indonesia*, 7(1), 45–53. <https://doi.org/10.23887/jppi.v7i1.56789>
- Azizah, L., & Hidayat, R. (2020). Hubungan antara efikasi diri akademik dan keterlibatan belajar mahasiswa. *Jurnal Psikogenesis*, 8(2), 114–121. <https://doi.org/10.24854/jps.v8i2.1592>

- Yulianti, E., & Prasetyo, A. W. (2022). Peran motivasi intrinsik terhadap engagement akademik mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 10(3), 221–229. <https://doi.org/10.31227/jipt.v10i3.2265>
- Andriani, R., & Kurniawati, N. (2021). Efektivitas program psikoedukasi dalam meningkatkan keterlibatan akademik mahasiswa tahun pertama. *Jurnal Bimbingan dan Konseling Terapan*, 4(2), 78–85. <https://doi.org/10.26858/jbkt.v4i2.18314>