

# PENGEMBANGAN *SOCIAL PROBLEM SOLVING SKILL* UNTUK MENINGKATKAN KESIAPAN MAHASISWA DALAM MENGHADAPI PROGRAM MBKM

Diah Utaminingsih<sup>1\*</sup>, Yulianto<sup>2</sup>, Budi Kadaryanto<sup>3</sup>, Citra Abriani Maharani<sup>4</sup>

<sup>1,3,4</sup> *Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung*

<sup>2</sup> *Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Lampung*

*Jl. Prof. Sumantri Brojonegoro No.1 Bandar Lampung 35145*

Penulis Korespondensi : [diahutaminingsih@yahoo.com](mailto:diahutaminingsih@yahoo.com)

## Abstrak

*Pengabdian ini bertujuan untuk membantu mahasiswa mempersiapkan diri mengikuti program MBKM, sehingga mahasiswa mampu mengatasi berbagai kesulitan dan tantangan selama menjalankan program MBKM. Metode yang digunakan adalah melalui kegiatan pelatihan Social Problem Solving Skill,. Sasarannya adalah mahasiswa yang tersebar di berbagai fakultas yang ada di lingkungan Universitas Lampung, yang dipilih secara random yaitu sebanyak 30 mahasiswa. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian adalah perubahan secara signifikan dari pemahaman mahasiswa mengenai konsep program MBK yang semula rata-rata berada dalam kategori tidak memahami sebanyak 16,66%, setelah pelatihan mengalami peningkatan menjadi memahami sebanyak 63,33%. Begitupun dengan keterampilan sosial problem solving mahasiswa yang semula rendah (23,33%) menjadi meningkat (50%). Kesimpulan bahwa pelatihan Social Problem Solving Skill dapat dijadikan salah satu solusi untuk membantu kesuksesan mahasiswa mengikuti program MBKM, namun perlu didukung oleh Pihak Universitas untuk melakukan sosialisasi secara berkala kepada mahasiswa mengenai program MBKM ini,*

**Kata kunci:** *Social Problem Solving Skill, Program MBKM, Kesiapan Mahasiswa*

## 1. Pendahuluan

Sistem tatanan di masyarakat mengalami perubahan semenjak Pandemi Covid 19, dimulai dari menjaga jarak dan sangat terbatas melakukan interaksi sosial. Tidak hanya dalam sistem bermasyarakat, disamping itu, dunia pendidikan mengalami tuntutan untuk dapat beradaptasi dengan mengubah sistem pembelajaran, dimana cara daring atau online merupakan langkah yang diambil untuk tetap dapat melakukan proses pembelajaran. Perubahan dalam dunia pendidikan berpengaruh untuk semua jenjang pendidikan, tidak terkecuali dalam sistem pendidikan perguruan tinggi.

Pemerintah berupaya melakukan terobosan dengan menggulirkan program MBKM sebagai salah satu strategi untuk mempertahankan dan meningkatkan kompetensi lulusan perguruan tinggi. Program Merdeka Belajar Kampus Merdeka merupakan program Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan yang bertujuan untuk memperkuat kompetensi lulusan, mendorong mahasiswa agar dapat menguasai berbagai keilmuan untuk menghadapi global kerja dan menaruh kesempatan

bagi mahasiswa untuk menentukan matakuliah yang akan diambil (Muniarty, 2021).

Secara garis besar, kebijakan MBKM bertujuan untuk meningkatkan kompetensi lulusan (baik *soft skills* maupun *hard skills*) agar lebih siap dan relevan dengan kebutuhan zaman karena melalui berbagai program berbasis *experimental learning* ini mahasiswa difasilitasi untuk dapat mengembangkan potensinya sesuai dengan minat dan bakatnya masing-masing. Departemen Pendidikan Nasional (2008) menyatakan *hard skill*, yaitu penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi dan keterampilan teknis yang berhubungan dengan bidang ilmunya, sedangkan *soft skill* menurut Sharma (2009), menyebutkan bahwa *soft skills* adalah seluruh aspek dari *generic skills* yang juga termasuk elemen-elemen kognitif yang berhubungan dengan *non-academic skills*.

Apabila program Merdeka Belajar ini dirancang secara matang dan diimplementasikan dengan baik, *soft* dan *hard skills* akan terbentuk secara lebih kuat dan lebih siap dalam menghadapi kebutuhan zaman. Tantangan Merdeka Belajar–

Kampus Merdeka Terlepas dari berbagai peluang positif yang dijanjikan oleh kebijakan ini, Program Kampus Merdeka juga memiliki tantangan tersendiri karena untuk mencapai hasil maksimal, perguruan tinggi harus mempersiapkan diri baik secara sumber daya manusia maupun fasilitas, serta merancang kurikulum yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan zaman. Setidaknya tantangan yang akan dihadapi di antaranya akan adanya kemungkinan kesulitan dalam penanganan administrasi mahasiswa yang pindah dari satu prodi ke prodi lainnya, atau bahkan dari satu kampus ke kampus lainnya, terkait hal lainnya, akan ada pula perbedaan standar penilaian antara satu perguruan tinggi dengan perguruan tinggi lainnya.

Tantangan berikutnya, mahasiswa kemungkinan tidak bisa bebas memilih mata kuliah, karena harus ada pemahaman terhadap pengantar mata kuliah dalam suatu prodi tertentu. Tantangan lainnya, kompetensi lulusan menjadi lebih generalis dan kurang spesifik dalam keilmuannya. Konsep kampus merdeka juga menghadapi tantangan dan boleh jadi akan berjalan kurang maksimal mengingat ketimpangan kualitas perguruan tinggi di Indonesia masih sangat tinggi. Melalui Program MBKM, mahasiswa diharapkan dapat mengalami langsung ekosistem dunia kerja sehingga menjadi bekal kemampuan bagi mahasiswa dalam menjalani dunia kerja nyata di masa depan. Hal ini tentu menuntut mahasiswa dapat berperilaku mandiri dan juga memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah yang dihadapi secara nyata dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dalam tataran kognitif tetapi juga harus dapat menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan interpersonal, intrapersonal dan masalah lingkungan sosial yang dihadapi secara lebih luas. Dalam perspektif psikologis kemampuan ini dikenal dengan *social problem solving skill*.

Melalui Program MBKM, mahasiswa diharapkan dapat mengalami langsung ekosistem dunia kerja sehingga menjadi bekal kemampuan bagi mahasiswa dalam menjalani dunia kerja nyata di masa depan. Hal ini tentu menuntut mahasiswa dapat berperilaku mandiri dan juga memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah yang dihadapi secara nyata dalam kehidupan sehari-hari, tidak hanya dalam tataran kognitif tetapi juga harus dapat menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan interpersonal, intrapersonal dan masalah

lingkungan sosial yang dihadapi secara lebih luas. Dalam perspektif psikologis kemampuan ini dikenal dengan *social problem solving skill*.

Pean mahasiswa sebagai agen perubahan (agent of change). menuntut mahasiswa memiliki kemampuan intelektual yang tinggi, yang mana mahasiswa mampu memberikan pemecahan terhadap permasalahan yang sedang dihadapi oleh dirinya sendiri atau dihadapi oleh masyarakat. Salah satu indikator kemampuan intelektual yang tinggi dan harus dimiliki oleh mahasiswa adalah kemampuan dalam problem solving (Partani, 2013).

D'Zurilla dan Nezu (1999) mengungkapkan bahwa *social problem solving* merupakan proses *cognitive-affective-behavioral* dari seseorang yang berusaha untuk mengidentifikasi atau menemukan solusi terhadap pokok atau inti permasalahan yang ditemui dalam kehidupan sehari-hari. D'Zurilla, Nezu dan Maydeu-Olivares (2004) lebih lanjut menerangkan *problem solving* ke dalam sejumlah konsep penjelasan yang spesifik dan kuantitas kognitif yang sesuai dan kemampuan perilaku yang meliputi serangkaian proses motivasi dan serangkaian kemampuan untuk melaksanakan. Artinya disini ketika mahasiswa memiliki kesiapan yang baik dalam mengikuti program MBKM, maka mahasiswa mampu secara mandiri melakukan proses belajar secara cepat, mahasiswa akan mampu belajar melalui observasi, penguatan, dan pengalaman-pengalaman pribadi dalam berbagai situasi.

*Social problem-solving skills* yang diajukan oleh D'Zurilla dan Nezu (1990) mengkategorikan permasalahan ke dalam empat faktor yang mungkin mempengaruhi diri individu. 1) *impersonal problem*, misalnya keuangan yang tidak mencukupi, kepemilikan tanah dan pencurian. 2) *personal* atau *intrapersonal problem*, misalnya masalah kesehatan, emosional, perilaku dan masalah kognitif, 3) *interpersonal problem*, misalnya konflik perkawinan dan perdebatan keluarga, dan 4) *societal problem*, misalnya kejahatan dan diskriminasi ras.

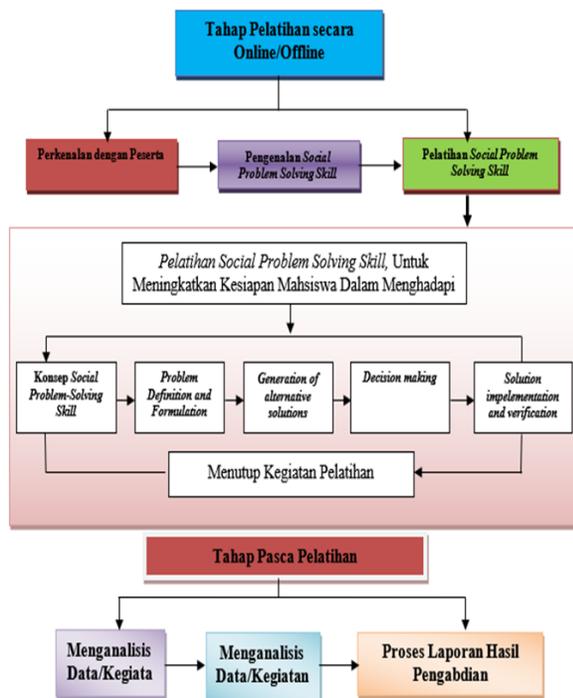
Berdasarkan urgennya keterampilan *social problem solving* dimiliki oleh mahasiswa dalam melaksanakan program MBKM, maka pengabdian masyarakat kali ini memfokuskan pada mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan program MKBM. Judul yang pengabdian ambil dalam kegiatan pengabdian ini adalah "Pengembangan Social Problem Solving

Skill untuk Meningkatkan Kesiapan Mahasiswa dalam Menghadapi Program MBKM.

## 2. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah dengan melaksanakan kegiatan pelatihan untuk meningkatkan *Social Problem Solving Skill*, sehingga mahasiswa memiliki kesiapan yang memadai dalam menghadapi Program MBKM yang saat ini sedang berjalan. Jumlah peserta pelatihan dalam kegiatan pengabdian ini sebanyak 30 mahasiswa yang terpilih secara random, dari berbagai Fakultas yang ada di Universitas Lampung.

Alur kegiatan pelatihan diawali Tahap Persiapan terlebih dahulu, yang merupakan Tahap Pra Pelatihan. Di dalam tahap ini, kegiatan yang dilakukan adalah melakukan penyebaran skala *social problem solving* terlebih dahulu (*pre-test*), kemudian setelah itu dilakukan pembagian tugas sebagai fasilitator dan sebagai observer. Tahap yang kedua adalah Tahap Pelatihan. Berikut menjelaskan alur prosedur kerja yang digunakan dalam kegiatan pelatihan



**Gambar 1.** Alur Kerja Kegiatan Pelatihan

Evaluasi yang digunakan dalam kegiatan pengabdian dilakukan melalui observasi partisipatif dan kuesioner *Social Problem Solving Skill*. Adapun

tolak ukur evaluasi ini adalah penguasaan dan pemahaman mahasiswa terhadap konsep *Social Problem Solving Skill*, serta upaya yang dapat dilakukan untuk memiliki *Social Problem Solving Skill*, yang dilakukan melalui *Training Social Problem Solving Skill*. Adapun tahap evaluasi ini meliputi :

- Evaluasi awal dengan *pre test* yang bertujuan untuk mengetahui kondisi mahasiswa terkait *Social Problem Solving Skill* di awal sebelum pelatihan
- Evaluasi dengan menggunakan lembar kuesioner bertujuan untuk mengetahui kesungguhan peserta dalam mengikuti kegiatan pelatihan, dan
- Evaluasi akhir dengan melakukan *post test* yang bertujuan untuk mengetahui hasil pelatihan yang bertujuan untuk mengetahui hasil pelatihan yang telah dilakukan

Hasil dari tiga tahap evaluasi tersebut di atas digunakan sebagai dasar tingkat pemahaman dan perubahan pada peserta pengabdian.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil Pengabdian

- Pemahaman Mahasiswa mengenai Program MBKM

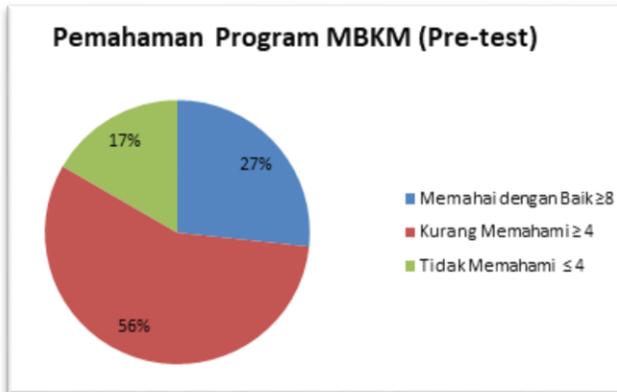
Pemahaman mahasiswa mengenai program MBKM yang pertama yaitu melalui pemberian informasi bahwa program hak belajar tiga semester bagi mahasiswa di luar program studi sehingga terwujudnya pola pembelajaran yang fleksibel dan otonom yang dapat diikuti mahasiswa. Kegiatan pembelajaran tiga semester yang dimaksud dalam pelaksanaannya dapat berbentuk kegiatan 1 semester mahasiswa berkesempatan untuk mengambil sejumlah SKS dengan beberapa mata kuliah di luar program studi yang berada di perguruan tinggi asal dan 2 semester melaksanakan aktivitas pembelajaran di luar program studi dan di luar perguruan tinggi asal.

Pemahaman kedua diarahkan pada bentuk-bentuk pembelajaran yang tersedia dalam program MBKM. Ada 8 bentuk pembelajaran yang dapat mahasiswa ikuti yaitu 1) pertukaran mahasiswa, 2) Magang Industri/Sosial, 3) asistensi mengajar, 4) program penelitian/ riset, 5) proyek kemanusiaan, 6)

program wirausaha mahasiswa, 7) studi proyek independen, dan 8) membangun desa/ KKN tematik.

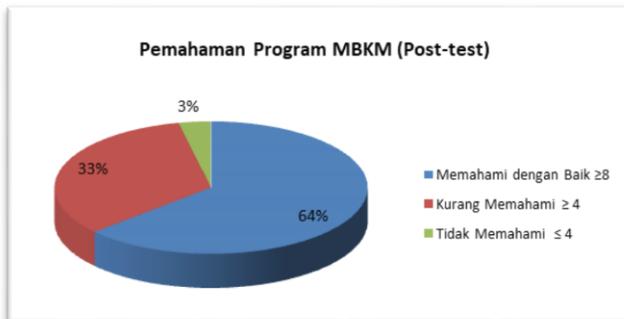
Pemahaman mahasiswa terkait program MBKM tersebut di atas dibagi menjadi tiga kondisi. Yaitu ; 1) memahami dengan baik 2) Kurang memahami, dan 3) tidak memahami

Dari 30 peserta sebagian besar peserta ada dalam kondisi kurang memahami mengenai program MBKM. Penjabaran secara jelas ada dalam gambar berikut :



**Gambar 2.** Pemahaman Program MBKM (*Pre-test*)

Setelah diberikan pelatihan pemahaman mahasiswa mengalami perubahan mengenai program MBKM. Hal tersebut dapat dilihat pada gambar 3 berikut ini



**Gambar 2.** Pemahaman Program MBKM (*Post-test*)

Berdasarkan pada hasil olah data tersebut di atas, dapat diketahui bahwa pemahaman mahasiswa mengenai program MBKM mengalami perubahan yang signifikan, dimana semula mahasiswa yang memahami mengenai

program MBKM sebanyak 26,67% (8 mahasiswa), setelah perlakuan menjadi 63,33% (19 mahasiswa). Mahasiswa yang sebelum perlakuan memiliki pemahaman yang kurang mengenai program MBKM, yakni sebanyak 56,67% (17 mahasiswa), setelah perlakuan menurun menjadi 33,33% (10 mahasiswa), dan mahasiswa yang semula memiliki pemahaman yang rendah mengenai program MBKM yakni sebanyak 16,66% (5 mahasiswa), setelah perlakuan menurun menjadi 3,34% (1 mahasiswa).

- Minat Mahasiswa mengenai Program MBKM

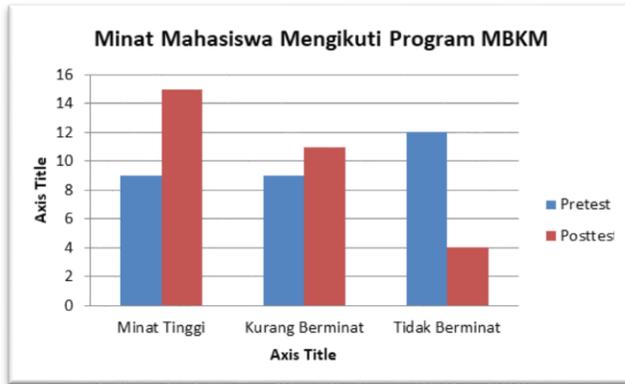
Setelah menyampaikan materi mengenai program MBKM, dan melakukan sesi diskusi terkait program MBKM, diketahui bahwa minat mahasiswa mengikuti program MBKM cukup tinggi. Berikut penjabarannya secara jelas pada tabel 1

**Tabel 1.** Minat Mahasiswa Mengikuti Program MBKM

Kategori	Pretest	Persen	Posttest	Persen
Minat Tinggi	9	30	15	50
Kurang Berminat	9	30	11	36,7
Tidak Berminat	12	40	4	13,3
Jumlah	30	100%	30	100%

Berdasarkan penjabaran dari tabel 2 di atas, diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan, rata-rata minat mahasiswa mengikuti program MBKM berada dalam kategori tidak berminat, yaitu sebanyak 12 mahasiswa (40%), namun setelah perlakuan mengalami perubahan, menurun menjadi 4 mahasiswa (13,33%). Kemudian sebelum perlakuan mahasiswa yang memiliki minat yang kurang dalam mengikuti program MBKM sebanyak 9 mahasiswa (30%), setelah perlakuan menjadi 11 mahasiswa (36,7%). Selanjutnya sebelum perlakuan, mahasiswa yang berminat mengikuti program MBKM ada sebanyak 9 mahasiswa (30%) setelah perlakuan menjadi meningkat sebanyak 15 mahasiswa (50%).

Perbedaan antara sebelum perlakuan dengan perlakuan dapat diperjelas dengan gambar 2 sebagai berikut .



**Gambar 3.** Minat Mahasiswa terhadap Program MBKM

- Identifikasi Masalah Mahasiswa  
Identifikasi masalah diperlukan untuk mengetahui permasalahan apa yang seringkali menyebabkan mahasiswa mengalami kesulitan dalam proses akademik selama perkuliahan. Hal ini bertujuan untuk mengetahui bidang permasalahan apa saja yang sesungguhnya seringkali dialami mahasiswa dalam proses perkuliahan, sehingga nantinya ketika proses pelatihan, ketercapaian perubahan mahasiswa bisa menjadi salah satu tolak ukur eektivitas pemberian pelatihan *problem solving*. Penjabaran mengenai permasalahan mahasiswa dapat dilihat pada tabel 2 berikut ini

**Tabel 2.** Identifikasi Masalah Mahasiswa

Kategori Permasalahan	Frekuensi	Persen
Bidang Pribadi	18	60
Bidang Sosial	15	50
Bidang Belajar	9	20
Bidang Karir	30	100

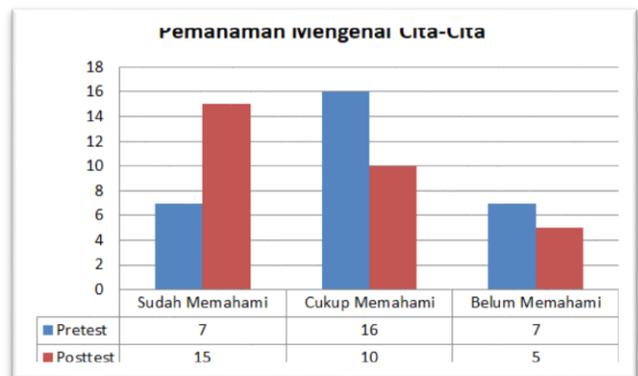
Berdasarkan gambar 2 diatas diketahui bahwa permasalahan mahasiswa lebih banyak pada bidang karir. Permasalahan ini ditandai dengan ada kekhawatiran mahasiswa menghadapi masa depan, masih ada yang bingung dengan program studi yang ditekuninya saat ini. Permasalahan tertinggi ke dua adalah bidang pribadi. Permasalahan yang

terungkap lebih kepada masalah ekonomi dan kekecewaan terhadap keluarga, dan juga teman.

- Pemahaman Diri Mahasiswa akan Cita-cita dan Masa Depan

Ada beberapa hal yang dilatihkan kepada mahasiswa untuk mengenal lebih dekat dengan diri sendiri, dan memahami potensi yang dimiliki. Mahasiswa dilatih untuk menetapkan *Goal Setting* atau cita-cita, antara lan peserta dikenalkan kembali dengan kekurangan dan kelemahan diri terkait dengan penggapaian cita-cita, selain itu juga peserta dikenalkan dengan cara membuat rencana dalam menggapai cita-cita. Peserta juga dilatih untuk mengelola emosi negative dan keterampilan untuk mengubah emosi negative menjadi positif, yakni melalui teknik afirmasi dan *self suggestion*. Pelatihan mengenai meregulasi emosi ini digunakan agar peserta dapat menolong dirinyaa ketika motivasi menurun saat mengikuti program MBKM, dan ketika merasa tidak yakin akan mencapai cita-cita di masa depan karena berhubungan dengan masalah pribadi

Berikut ini akan dipaparkan mengenai pemahaman mahasiswa terhadap pemahaman potensi diri dan strategi untuk mencapai cita-cita.



**Gambar 4.** Pemahaman Mahasiswa Terhadap Cita-Cita

- Keterampilan *Social Problem Solving*

Keterampilan mahasiswa dalam melakukan *problem solving* akan membantu mahasiswa menjadi lebih siap dalam menghadapi tantangan baik itu yang berhubungan dengan permasalahan pribadi, ataupun terhadap kemungkinan masalah yang akan dialami oleh mahasiswa, ketika mengikuti program MBKM.

Berdasarkan hasil pelatihan diperoleh hasil sebagai berikut :

**Tabel. 3** Skor dan rata-rata aspek keterampilan pemecahan masalah *pretest* dan *posttest*

Tahap	Jumlah Skor	Rata-rata Skor
Pre-test	70,8	2,21
Post-test	90,8	2,84

Berdasarkan data pada Tabel 3 di atas terdapat selisih rata-rata skor keterampilan pemecahan masalah yaitu sebesar 0.63. Keterampilan pemecahan masalah pada *post-test* lebih tinggi dikarenakan mahasiswa sudah diberikan pelatihan. Pelatihan *social problem solving skill* merupakan hal yang baru bagi mahasiswa sehingga pada *pre-test* masih ditemukan beberapa mahasiswa yang terlibat kebingungan dan belum memiliki *social problem solving skill*. Pelatihan yang diberikan memiliki makna dan relevansi tinggi terhadap pemberdayaan hidup mahasiswa secara nyata, berdasarkan realitas yang dihadapi

*Social problem solving skill* terdiri dari 5 aspek, yaitu aspek mengevaluasi masalah, mengelola masalah, pengamnila keputusan, penyelesaian masalah dan mengevaluasi kesimpulan.

Berdasarkan hasil analisis data yang dapat dilihat pada tabel 4 berikut ini :

**Tabel 4.** Skor Rata-Rata Per-Aspek *Social Problem Solving Skill* Pada *Pretest* dan *Posttest*

No	Aspek	Pretest	Posttest
1.	Mengevaluasi masalah	2,4	2,84
2.	Mengelola masalah	2,56	2,97
3.	Pengamnila keputusan	2,22	2,78
4.	Penyelesaian masalah	2,31	2,78
5.	Mengevaluasi kesimpulan	1,53	2,79

Berdasarkan Tabel 3. diperoleh bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor keterampilan pemecahan masalah sebesar 0,63. Adanya peningkatan pada masing-masing aspek keterampilan yaitu sebesar 0,41, 0,41, 0,56, 0,46 dan 1,25.

B. *Pembahasan*

Program MBKM sesungguhnya memiliki peluang besar bagi mahasiswa untuk mengembangkan potensi. Karena telah diketahui bahwa proses perkuliahan hanya menyumbang lebih banyak *hard skill* dibandingkan dengan *soft skill*. Berdasarkan hasil analisis data diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa belum memahami mengenai program MBKM secara keseluruhan, dan fakta yang cukup mengejutkan adalah mayoritas dari mahasiswa khususnya untuk mahasiswa yang memiliki kategori kurang memahami dan tidak memahami adalah belum pernah mendengar atau pun mengetahui terkait program pertukaran pelajar dalam satu perguruan tinggi yang sama dengan prodi yang berbeda.

Berdasarkan jawaban responden, dapat disimpulkan bahwa pemahaman mahasiswa berhubungan dengan kurangnya mengadakan program sosialisasi mengenai pilihan jurusan yang memiliki hubungan dengan keilmuan masing-masing Prodi di Universitas Lampung. Sehingga hal tersebut dapat menjadi masukan bagi Universitas Lampung, untuk melakukan sosialisasi program MBKM kepada mahasiswa. Hal ini sesuai dengan apa yang disampaikan oleh Kemendikbud Ristek (2021) bahwa pihak kampus diharapkan juga memberikan kesempatan dan sosialisasi untuk mahasiswa agar program ini bisa menyerap mahasiswa sebanyak-banyaknya, sehingga para mahasiswa dapat mengumpulkan sebanyak-banyaknya pengalaman dari perusahaan-perusahaan atau instansi-instansi yang akan dituju.

Dari hasil analisis data diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki kemampuan *problem solving* yang kurang memadai. Setelah dilakukan proses diskusi diketahui bahwasanya yang menyebabkan mahasiswa memiliki kemampuan *problem solving* yang kurang memadai adalah karena minimnya wawasan dan pengalaman mahasiswa dalam menghadapi masalah secara mandiri, yang tentu saja hal ini

mempengaruhi kognitif mahasiswa, yang menyebabkan mahasiswa kurang mampu berpikir kritis.

Hal ini sepadan dengan apa yang disampaikan oleh D'Zurilla, Nezu dan Maydeu-Olivares (2004) yang menerangkan bahwa Proses dorongan motivasi (*motivational*) sebagai proses meta-kognitif yang disebut *problem orientation*. Mereka mendefinisikan sebagai respon-respon kognitif-emosional yang muncul dengan segera (*immediate cognitive-emotional*) saat seseorang pertama kali berkonfrontasi dengan situasi yang bermasalah. Sesuai dengan hal ini, serangkaian respon didasarkan pada inti keyakinan yang dimiliki seseorang tentang permasalahan-permasalahan kehidupan dan kemampuan mereka sendiri untuk memecahkan masalah, dimana kesemuanya dibentuk berdasarkan pengalaman dalam memecahkan masalah.

Terkait dengan permasalahan yang dialami oleh mahasiswa, teridentifikasi bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami masalah dalam bidang karir dan pribadi. Dari hasil diskusi diketahui bahwa permasalahan mahasiswa sesungguhnya lebih kepada masalah interpersonal dan intrapersonal. Hal ini dipertegas dengan pendapat D'Zurilla dan Nezu (1982) yang mengategorikan permasalahan ke dalam empat faktor yang mungkin mempengaruhi diri individu, yang dinamakan (1) *impersonal problem*, misalnya keuangan yang tidak mencukupi, kepemilikan tanah dan pencurian (2) *personal* atau *intrapersonal problem*, misalnya masalah kesehatan, emosional, perilaku dan masalah kognitif, (3) *interpersonal problem*, misalnya konflik perkawinan dan perdebatan keluarga, (4) *societal problem*, misalnya kejahatan dan diskriminasi ras. D'Zurilla dan Nezu (1990) menegaskan bahwa model ini berbeda dari definisi yang dikemukakan oleh Lazarus mengenai pemecahan masalah (*problem solving*), yang melihat *problem solving* secara tegas sebagai sebuah bentuk dari *problem focused coping*.

Pelatihan yang diberikan kepada mahasiswa dalam rangka kesiapan mahasiswa melaksanakan program MBKM, ternyata memiliki makna dan relevansi tinggi terhadap pemberdayaan hidup

mahasiswa secara nyata, berdasarkan realitas yang dihadapi.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Ismail dan Atan (2011) menyatakan bahwa pelajar harus mampu merancang dan melaksanakan strategi serta memiliki pengetahuan tentang prosedur penyelesaiannya. Hal ini berarti mahasiswa harus menentukan strategi yang dapat digunakan dalam penyelesaian masalah ketika melaksanakan program MBKM.

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pembahasan dan temuan pada saat pelaksanaan pendampingan, maka dapat diambil simpulan sebagai berikut:

- a. Peningkatan terjadi pada pemahaman mahasiswa mengenai program MBKM
- b. Peningkatan terjadi pada minat mahasiswa mengikuti program MBKM
- c. Terjaringnya permasalahan mahasiswa yaitu lebih kepada masalah di bidang karir, yaitu masalah masa depan/pekerjaan setelah lulus kuliah
- d. Peningkatan pemahaman diri mahasiswa akan cita-cita dan masa depan
- e. Adanya peningkatan pada masing-masing aspek *social problem solving skill*, yaitu sebesar 0,41, 0,41, 0,56, 0,46, dan 1,25. Dengan demikian secara keseluruhan dapat terlihat bahwa peningkatan yang tertinggi ada pada aspek mengevaluasi kesimpulan.
- f. Pelatihan *social problem solving skill* terbukti dapat meningkatkan kesiapan mahasiswa dalam menjalani program MBKM

#### Daftar Pustaka

- Afiatin, T. (2008). Pencegahan penyalahgunaan narkoba dengan program AJI. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Aldwin, C. M.(1994). Stress, coping and development. Guildford Press: New York.
- Aspinwall, L. G., Richter, L., & Hoffman, R. R. (2001). In E. C. Chang (Ed.), *Optimism and pessimism: Implications for theory, research and practice* (pp. 217-239). Washington, DC: American Psychological Association.
- Azwar, S. (2006). Validitas dan reliabilitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2007). Metodologi penelitian. Yogyakarta: Pustaka Pelajar

- Chang, E. C. (1998). Cultural differences, perfectionism and suicidal risk: Does social problem solving still matter? *Cognitive Therapy and Research*, 22, 237-254.
- Chang, E. C., D'Zurilla, T. J., & Sanna, J. L. (2004). *Social Problem Solving. Theory, Research and Training*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Conger, J. J. (1977). *Adolescence and youth: Psychological development in changing world*. New York: Harper and Row Publisher.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. *Buku Panduan Merdeka Belajar-Kampus Merdeka*. Jakarta: Kemendikbud.
- Dubow, E. F., & Ullman, D. G. (1989). Assessing social support in elementary school children: the survey of children's social support. *Journal of Clinical Child Psychology*, 18, 52-64.
- Dunn, S. E., Putalla, Z. M., Sheppard, B. H., & Lindstrom. (1987). Social support and adjustment in gifted adolescent. *Journal of Educational Psychology*, 4, 467-473.
- D'Zurilla, T. J., & Goldfried, M. R. (1971). Problem solving and behavior modification. *Journal of Abnormal Psychology*, 78, 107-126.
- D'Zurilla, T. J., & Nezu, A. (1982). Social problem solving in adults. In P. C. Kendall (ed.), *Advances in cognitive-behavioral research and therapy*, 1, 201-274. New York: Academic Press.
- D'Zurilla, T.J., & Nezu, A.M. (1990). Development and preliminary evaluation of the social problem solving inventory . *Psychological Assessment: A Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 2, 156-163.
- D'Zurilla, T.J., & Nezu, A.M. (1999). *Problem-solving therapy: A social competence approach to clinical intervention*. New York: Springer.
- D'Zurilla, T.J., Maydeu-Olivares, A., & Kant, G. L. (1998). Age and gender differences in social problem solving ability. *Personality and Individual Differences*, 25, 241-252.
- D'Zurilla, T. J., & Sheedy, C. F. (1991). The relation between social problem-solving ability and subsequent level of psychological stress in college students. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 841-846.
- D'Zurilla, T. J., Nezu, A., & Maydeu-Olivares, A. (1996). *Manual for the Social Problem Solving Inventory-Revised (SPSI-R)*. North Tonawanda, NY: Multi Health System
- Elliot, T., Herrick, S., Witty, S. (1992). Problem-solving appraisal and the effects of social support among college students and persons with physical disabilities. *Journal of Counseling Psychology*, 39, 219-226.
- Goleman, D. (1996). *Kecerdasan emosional*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Goleman, D. (1999). *Kecerdasan emosional(Terjemahan)*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama
- Gottlieb, B. H. (1983). *Social support strategies: Guidelines for mental health practice*. Beverly Hills, CA: Sage.
- Hadi, S. (1995). *Metodologi research II*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Hadi, S. (2002). *Metodologi research (Jilid I)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Haugh, A. J. (2006). *Specificity And Social Problem Solving: Relation to Depressive And*
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Jaffee, W. B., D'Zurilla, T. J. (2003). Adolescent problem solving, parent problem solving and externalizing behavior in adolescent. *Behavior Therapy*, 34, 295-311.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (1991). *Joining together: Group theory and group skills*. New Jersey: Prentice Hall International.
- Kail, R. V., & Nelson, R. W. (1991). *Developmental Psychology (5th edition)*. New Jersey: Prentice Hall Inc. McCabe, E. R., Blankstein, R. K.
- Permendikbud No. 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi.