

Analisis Dampak Kesalahan Pemilihan Jurusan terhadap Prestasi Akademik dan Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa

Femas Aji Saputra

Universitas Pendidikan Indonesia, Kota Bandung

Email: femasajisaputra69@gmail.com

Adityawarman Adityawarman

Universitas Pendidikan Indonesia, Kota Bandung

Email: yawarmanadit3@gmail.com

Salwa Rahman Nursyabani

Universitas Pendidikan Indonesia, Kota Bandung

Email: salwarahmannursyabanii@gmail.com

Korespondensi penulis: femasajisaputra69@gmail.com

Abstract: *In education, choosing the right college major is crucial for students to achieve their academic and career potential. However, many students in Indonesia still choose majors that do not suit their interests and talents, which hurts their academic achievement and psychological well-being. This research aims to identify the impact of errors in choosing a major on students' academic achievement and psychological well-being. This research used quantitative methods with a cross-sectional design to collect data from 90 students who experienced a mismatch with their major. The data were analyzed using descriptive and inferential statistical analysis. The research showed that most respondents were dissatisfied with their academic results and often had difficulty understanding lecture material. Most respondents agreed that a mismatch between majors interests and talents can affect academic results, and they frequently feel stressed or depressed because of studying. In conclusion, mistakes in choosing a major can hurt students' academic achievement and psychological well-being. The government and educational institutions must develop more effective and relevant educational programs and provide academic counseling and guidance to help students overcome difficulties and improve their academic performance.*

Keywords: *choice of major, academic achievement, psychological well-being*

Abstrak: Dalam dunia pendidikan, pemilihan jurusan kuliah yang tepat sangat penting bagi mahasiswa untuk mencapai potensi akademik dan karirnya di masa depan. Namun, masih banyak mahasiswa di Indonesia memilih jurusan yang tidak sesuai dengan minat dan bakat mereka yang menyebabkan dampak negatif terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi dampak kesalahan dalam pemilihan jurusan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain potong lintang untuk mengumpulkan data dari 90 mahasiswa yang mengalami ketidakcocokan dengan jurusan mereka. Data dianalisis menggunakan analisis statistik deskriptif dan inferensial. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden merasa kurang puas dengan hasil akademik mereka dan sering mengalami kesulitan dalam memahami materi kuliah. Mayoritas responden setuju bahwa ketidaksesuaian antara jurusan dengan minat dan bakat dapat mempengaruhi hasil akademik dan sering merasa stres atau tertekan karena perkuliahan. Kesimpulannya, kesalahan dalam pemilihan jurusan dapat berdampak negatif pada prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penting bagi pemerintah dan institusi pendidikan untuk mengembangkan program-program pendidikan yang lebih efektif dan relevan, serta menyediakan konseling dan bimbingan akademik untuk membantu mahasiswa mengatasi kesulitan dan meningkatkan prestasi akademik mereka.

Kata kunci: pemilihan jurusan, prestasi akademik, kesejahteraan psikologis

PENDAHULUAN

Dalam dunia pendidikan, pemilihan jurusan kuliah yang tepat merupakan langkah awal yang krusial bagi mahasiswa untuk mencapai potensi sepenuhnya dalam perjalanan akademik

ketika menempuh perkuliahan dan karirnya di masa depan. Namun, hingga saat ini di Indonesia, fenomena kesalahan dalam pemilihan jurusan masih menjadi tantangan serius yang dihadapi oleh banyak mahasiswa. Seiring dengan penelitian yang dilakukan oleh Irene Guntur, seorang ahli psikologi pendidikan dari Integrity Development Flexibility (IDF) menjelaskan bahwa sebanyak 87 persen mahasiswa di Indonesia dinyatakan memilih jurusan yang tidak tepat (Zulfikar, 2021). Fenomena dalam kesalahan pemilihan jurusan kuliah dapat memunculkan dampak negatif yang bisa menghambat prestasi akademik serta kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Kesalahan memilih jurusan kuliah tidak hanya mengakibatkan ketidakcocokan antara pemikiran mahasiswa dan mata kuliah yang dipelajari, namun juga berimplikasi pada motivasi belajar, kepuasan hidup, kemampuan untuk mengatasi stres, dan keseluruhan pengalaman dalam perkuliahan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh (Arifin et al., 2020) menunjukkan bahwa hampir 50% mahasiswa Teknik Informatika merasa tidak cocok dengan jurusan mereka yang menyebabkan sebanyak 62.5% mahasiswa merasa putus asa dengan proses belajar dalam perkuliahannya.

Kondisi ini tidak hanya dipicu oleh tekanan dari faktor-faktor eksternal, seperti dorongan dari orang tua atau harapan orang terdekat, tetapi juga karena kurangnya informasi dan kesalahan persepsi tentang ketentuan-ketentuan dalam suatu jurusan. Akibat dari kesalahan jurusan dapat berdampak pada proses belajar siswa yang tidak optimal, terjadinya keterlambatan dalam pemahaman materi, serta rendahnya motivasi belajar dan hasil akademis siswa (Perta, 2021). Oleh karena itu, pentingnya penelitian ini untuk mengetahui dampak kesalahan dalam pemilihan jurusan kuliah terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa sangatlah relevan dengan kondisi saat ini.

Penelitian ini akan berfokus pada dampak kesalahan dalam pemilihan jurusan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Pertanyaan pertama yang akan dijawab adalah bagaimana kesalahan dalam memilih jurusan memengaruhi pencapaian akademik mahasiswa. Sedangkan pertanyaan kedua akan menyoroti terkait dampak psikologis dari kesalahan tersebut, termasuk tingkat stres, kecemasan, dan ketidakpuasan terhadap pilihan jurusan yang tidak sesuai.

Objek penelitian ini adalah mahasiswa yang mengalami ketidakcocokan antara jurusan yang dipilih dengan minat, bakat, dan *passion* mereka. Dalam penelitian ini, akan dijelaskan detail masalah yang dihadapi oleh mahasiswa tersebut, serta mengapa penyelesaian masalah ini penting untuk meningkatkan kualitas pendidikan dan kesejahteraan mahasiswa di masa depan.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi keputusan pemilihan jurusan mahasiswa. Namun, solusi yang konkret untuk mengatasi kesalahan dalam pemilihan jurusan masih perlu dikembangkan. Menurut (Rachmawati, 2023) mengemukakan bahwa tekanan dari orang tua, teman sebaya, dan harapan sosial sering kali menjadi faktor utama yang memengaruhi keputusan mahasiswa. Selain itu, Faktor lainnya, seperti kekurangan informasi tentang pilihan jurusan, dapat menyebabkan siswa tidak membuat keputusan yang tepat. Siswa dapat merasa bingung atau ragu-ragu dalam memilih jurusan yang sesuai dengan minat dan bakat mereka karena ketidakpastian tentang minat karir mereka. Selain itu, pemahaman yang salah tentang persyaratan dan ketentuan jurusan juga dapat memengaruhi mereka dalam membuat keputusan yang tidak sesuai dengan kemampuan dan minat mereka.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif untuk mengumpulkan data dari mahasiswa yang mengalami ketidakcocokan dengan jurusan mereka. Metode kuesioner akan digunakan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang pengalaman dan persepsi mahasiswa terkait pemilihan jurusan yang mereka ambil. Selain itu, kami akan menganalisis data sekunder dari penelitian terdahulu untuk mendapatkan pemahaman yang lebih luas tentang masalah ini. Dengan memahami dampak kesalahan dalam pemilihan jurusan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa, diharapkan pemerintah dapat merancang program-program pendidikan yang lebih efektif dan relevan untuk mengatasi permasalahan ini.

Konseling dan bimbingan akademik disarankan untuk membantu siswa meningkatkan motivasi mereka untuk belajar, mengatasi stres, dan mencapai prestasi akademik yang lebih baik. Bimbingan akademik dapat mencakup pendekatan untuk merelaksasi, berolahraga, meditasi, dan mengendalikan stres. Selain itu, penyediaan informasi yang lebih baik tentang pilihan jurusan dan persyaratan karir juga dapat membantu calon mahasiswa membuat keputusan yang lebih cerdas dalam memilih jurusan yang sesuai dengan minat, bakat, dan tujuan karir mereka (Pratama et al., 2021).

Teori Penyesuaian Pekerjaan Holland

Dalam upaya untuk memahami dampak kesalahan dalam memilih jurusan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa, teori ini merupakan salah satu teori yang relevan. John Holland mengemukakan teori bahwa orang cenderung mencari lingkungan yang sesuai dengan minat, bakat, dan nilai mereka. Menurut Holland (RIASEC), ada enam jenis kepribadian yaitu Realistic, Investigative, Artistic, Social, Enterprising, dan

Conventional. Teori ini menyatakan bahwa kepuasan dan kinerja akan meningkat jika ada kesesuaian antara individu dan lingkungan mereka (Holland, 1997).

Implikasi teori Holland dalam konteks penelitian ini sangatlah signifikan. Ketika mahasiswa memilih jurusan yang sesuai dengan minat, bakat, dan nilai-nilai mereka, mereka cenderung merasa lebih puas dan termotivasi dalam belajar. Misalnya, seorang mahasiswa dengan kepribadian Realistic yang memilih jurusan Teknik Informatika yang menekankan pemecahan masalah teknis mungkin akan merasa lebih puas dan termotivasi karena lingkungannya sesuai dengan minat dan bakatnya. Sebaliknya, jika seorang mahasiswa dengan kepribadian Artistic memilih jurusan yang lebih bersifat konvensional dan kurang kreatif, mereka mungkin akan merasa tidak puas dan kurang termotivasi.

Teori Holland dapat digunakan dalam penelitian ini untuk memahami mengapa keputusan jurusan yang salah dapat berdampak negatif terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana ketidakcocokan antara jurusan dan minat, bakat, dan nilai-nilai individu dapat memengaruhi keinginan siswa untuk belajar, prestasi akademik, dan kesejahteraan psikologis.

Teori Self-Determination

Teori ini dikembangkan oleh Deci dan Ryan yang menyoroti pentingnya motivasi intrinsik dalam mempengaruhi perilaku dan kesejahteraan individu. Menurut teori ini, motivasi intrinsik, yaitu dorongan internal yang timbul dari keinginan dan minat individu untuk melakukan suatu tindakan, memiliki peran krusial dalam meningkatkan kinerja dan kepuasan. Ketika seseorang terlibat dalam aktivitas yang sesuai dengan minat, nilai, dan kebutuhan psikologis mereka, motivasi intrinsiknya cenderung tinggi, yang pada gilirannya meningkatkan kemungkinan pencapaian yang sukses serta kepuasan pribadi yang tinggi (Deci dan Ryan, 2013).

Implikasi dari Teori Self-Determination terhadap penelitian ini sangat signifikan. Ketidakcocokan antara jurusan yang dipilih oleh mahasiswa dengan minat dan bakat mereka dapat menghambat motivasi intrinsik mereka dalam mengejar prestasi akademik. Dalam konteks penelitian ini, ketika mahasiswa merasa bahwa jurusan yang mereka ambil tidak sesuai dengan minat dan nilai-nilai pribadi mereka, mereka cenderung mengalami penurunan motivasi intrinsik dalam belajar. Hal ini dapat mengarah pada penurunan kinerja akademik serta merasa kurang puas dengan pengalaman perkuliahan mereka.

Dengan mempertimbangkan Teori Self-Determination, penelitian ini dapat menjelaskan bagaimana ketidakcocokan antara jurusan dan minat individu memengaruhi

motivasi intrinsik mahasiswa dalam mengejar prestasi akademik. Analisis yang mendalam terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi intrinsik ini akan memberikan wawasan yang berharga bagi penyusunan strategi pendidikan dan konseling yang lebih efektif dalam membantu mahasiswa menemukan jurusan yang sesuai dengan minat dan bakat mereka, sehingga meningkatkan kinerja akademik dan kesejahteraan psikologis mereka.

Teori Stres Psikososial

Teori ini menekankan kepada ketidakcocokan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu untuk mengatasi tuntutan tersebut dapat menginduksi tingkat stres yang signifikan. Lingkungan akademik yang tidak sesuai dengan minat, bakat, dan passion mahasiswa dapat menimbulkan tekanan psikologis yang berpotensi mengganggu kesejahteraan mental dan performa akademik mereka (Kaplan, 2013).

Implikasi dari teori ini dalam konteks penelitian ini sangatlah signifikan. Dalam penelitian ini, teori stres psikososial menjadi landasan untuk memahami dampak ketidakcocokan antara jurusan yang dipilih oleh mahasiswa dan minat serta bakat mereka. Ketidakesesuaian ini dapat menciptakan konflik antara harapan lingkungan akademik dan kapasitas individu untuk memenuhi ekspektasi tersebut. Akibatnya, mahasiswa cenderung mengalami tingkat stres yang lebih tinggi, yang dapat menghambat kesejahteraan psikologis mereka dan mengganggu performa akademik.

Penelitian ini akan mengeksplorasi secara lebih mendalam bagaimana ketidakcocokan jurusan dapat menyebabkan stres bagi mahasiswa dan bagaimana stres tersebut memengaruhi kinerja akademik dan kesejahteraan psikologis mereka. Dengan demikian, penelitian ini dapat memberikan wawasan yang bermanfaat bagi institusi pendidikan dan para pembuat kebijakan dalam mengembangkan intervensi yang efektif untuk membantu mahasiswa.

Penyebab Mahasiswa Salah Jurusan

Memilih jurusan kuliah bukanlah hal sembarangan karena memerlukan pertimbangan sesuai minat, bakat, dan pandangan di masa depan. Tak jarang jika asal-asalan memilih bisa berakibat salah jurusan atau kurang menikmati kuliah. Menurut Irene Guntur dalam (Zulfikar, 2021) menjelaskan sebab kesalahan mahasiswa dalam pemilihan jurusan kuliah, yaitu sebagai berikut:

Mengikuti Teman

Alasan pertama mahasiswa salah jurusan kuliah adalah saat mereka duduk di kelas 12 SMA, mereka hanya mengikuti teman-temannya. Alih-alih mempertimbangkan sesuai dengan minat, banyak pelajar yang akhirnya memilih jurusan agar bisa bersama teman-teman mereka. Padahal, belum tentu jurusan yang dipilih tersebut disukai.

Ketika memasuki kuliah dan mulai beradaptasi dengan pendidikan tinggi, mereka baru menyadari ada yang tidak disukai dari mata kuliah jurusan tersebut. Namun, mereka tidak mau pindah jurusan dengan alasan mereka merasa membuang-buang waktu jika memilih dan mempelajari jurusan baru.

Terlalu Banyak Menerima Saran

Memasuki tingkat akhir SMA, beberapa siswa menerima terlalu banyak saran atau nasihat. Mulai dari tawaran kuliah di luar negeri, tawaran pertemanan, ataupun jurusan kuliah yang menjanjikan. Ketika memiliki banyak pilihan, banyak siswa yang akhirnya memilih dengan terburu-buru tanpa rencana matang. Alhasil mereka baru menyadarinya saat sudah memasuki kuliah bahwa jurusan tersebut kurang disukai.

Adanya Penawaran Beasiswa

Meski kurang disukai tapi sebagian mahasiswa mengambil jurusan karena ditawarkan beasiswa. Karena beberapa siswa berpikir untuk tidak ingin menghabiskan uang atau percaya bahwa beasiswa akan menghemat uang. Namun, pada akhirnya ketika mereka terbebas dari biaya kuliah, banyak pelajar yang tidak terbebas dari salahnya jurusan yang diambil. Maka dari itu, penting untuk siswa memilih beasiswa dengan jurusan kuliah yang paling diminati dan sesuai dengan bakat yang dimiliki.

Alasan Orang Tua

Alasan yang terakhir mungkin menjadi alasan yang paling banyak dirasakan oleh banyak mahasiswa. Beberapa siswa mempelajari jurusan yang tidak mereka sukai karena itu adalah cita-cita atau impian orang tua mereka. Pertimbangan orang tua sangat penting karena mereka memiliki pengalaman yang belum dimiliki siswa. Namun, hal terpenting siswa bisa memilih jurusannya sendiri berdasarkan minat dan tekadnya untuk mempelajari suatu hal.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian potong lintang (*cross-sectional*). Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan untuk mengumpulkan data secara sistematis dan mengukur dampak kesalahan dalam pemilihan jurusan terhadap prestasi akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa. Dengan kuisioner sebagai instrumen utama pengumpulan data dari partisipan dalam penelitian ini.

Populasi penelitian ini terdiri dari mahasiswa aktif yang berasal dari berbagai program studi di perguruan tinggi yang berbeda di Provinsi Jawa Barat. Sampel penelitian akan dipilih secara acak untuk memastikan representasi yang seimbang dari populasi yang lebih luas.

Partisipan akan diminta untuk mengisi survei secara mandiri melalui platform survei online serta diberikan waktu yang cukup untuk mengisi kuisioner dengan cermat dan jujur sesuai dengan petunjuk. Data yang terkumpul dianalisis dengan teknik analisis statistik deskriptif dan inferensial yaitu analisis regresi yang akan menguji bagaimana variabel-variabel yang diamati berhubungan satu sama lain. Penelitian ini tidak lupa selalu memperhatikan prinsip etika penelitian seperti keabsahan data, kerahasiaan informasi, dan persetujuan partisipan.

HASIL

Total partisipan yang didapat melalui sebaran kuisioner yaitu sebanyak 90 mahasiswa yang merasa salah jurusan dari berbagai program studi, fakultas dan bahkan universitas yang berbeda di Jawa Barat).

Tabel 1. Data Demografi Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	21	23,3%
Perempuan	69	76,7%
Total	90	100%
Asal Universitas		
Universitas Pendidikan Indonesia	48	53,3%
Universitas Padjadjaran	15	16,7%
Universitas Jendral Ahmad Yani	4	4,4%
UIN Sunan Gunung Jati Bandung	3	3,3%
Institut Teknologi Bandung	3	3,3%
Lainnya	17	18,9%
Total	90	100%
Usia		
17 tahun	1	1,1%
18 tahun	22	24,4%
19 tahun	34	37,8%
20 tahun	14	15,6%
21 tahun	5	5,6%
22 tahun	6	6,7%
23 tahun	7	7,8%
24 tahun	1	1,1%
Total	90	100%
Asal Angkatan		
2019	7	7,8%
2020	4	4,4%
2021	9	10%
2022	10	11,1%
2023	60	66,7%
Total	90	100%

Mayoritas usia responden (37,8%) berusia 19 tahun, diikuti oleh 22 responden (24,4%) berusia 18 tahun, dan 14 responden (15,6%) berusia 20 tahun. Dan jumlah responden dengan usia di atas 20 tahun lebih sedikit, hal ini menunjukkan bahwa penelitian ini mengarah pada fase remaja akhir. Mayoritas jenis kelamin pada penelitian ini yaitu perempuan (76,7%), sedangkan laki-laki hanya sebesar 23,3%. Asal universitas sebagian besar (53,3%) berasal dari Universitas Pendidikan Indonesia, diikuti oleh Universitas Padjadjaran (16,7%) dan Universitas Jendral Ahmad Yani (4,4%). Dan responden dari universitas lainnya di Provinsi

Jawa Barat. Mayoritas angkatan dari responden sendiri berasal dari angkatan 2023 (66,7%), diikuti oleh angkatan 2022 (11,1%), dan angkatan 2021 (10%). Sedangkan responden dari angkatan 2019 dan 2020 memiliki jumlah yang lebih sedikit

Tabel 2. Kuisioner Kesalahan Jurusan

Keterangan	Frekuensi	Persentase
Kesadaran dalam salah jurusan		
Sebelum kuliah	13	14,4%
Setelah 3 bulan kuliah	38	42,2%
Setelah 1 semester kuliah	27	30%
Lebih dari 1 semester	12	13,3%
Total	90	100%
Tingkat kebingungan karir ke depan		
Setiap hari	18	20%
Sering	61	67,8%
Kadang-kadang	7	7,8%
Tidak pernah	4	4,4%
Total	90	100%
Tingkat keinginan pindah jurusan		
Sangat ingin	24	26,7%
Ingin	56	62,2%
Kurang ingin	7	7,8%
Tidak ingin	3	3,3%
Total	90	100%

Sebanyak 42,2% menyadari salah jurusan setelah 3 bulan kuliah. Selain itu, sebanyak 30% responden menyadari salah jurusan setelah 1 semester kuliah. Sebanyak 14,4% menyadari salah jurusan jauh sebelum masuk perkuliahan. Dan sebanyak 13,3% menyadari salah jurusan setelah lebih dari 1 semester berkuliah.

Sebanyak 67,8% responden sering kebingungan dalam menentukan profesi atau pekerjaan setelah lulus kuliah. Selain itu, sebanyak 18 atau 20% responden hampir setiap harinya kebingungan dengan menentukan profesi dan pekerjaan kedepannya. Sebanyak 7 atau 7,8% responden jarang kebingungan dalam menentukan pekerjaan kedepannya. Dan sebanyak 4 atau 4,4% menyatakan mereka tidak pernah merasa kebingungan dalam menentukan pekerjaan kedepannya. Pentingnya pemilihan jurusan yang tepat dan pembuatan rencana karier yang baik bagi para mahasiswa agar dapat menghindari kebingungan dalam menentukan profesi atau pekerjaan setelah lulus kuliah.

Sebanyak 48,9% responden menginginkan pindah jurusan. Selain itu, sebanyak 28,9% responden mempunyai keinginan untuk pindah jurusan akan tetapi masih ragu. Sebanyak 18,9% memiliki keinginan yang kuat untuk pindah jurusan. Dan sebanyak 3 atau 3,3% responden tidak memiliki keinginan untuk pindah jurusan.

Tabel 3. Kuisioner Prestasi Akademik

Keterangan	Frekuensi	Persentase
Tingkat kepuasan Indeks Prestasi (IP)		
Sangat Puas	7	7,8%
Puas	29	32,2%
Kurang Puas	44	48,9%
Tidak Puas	10	11,1%
Total	90	100%
Tingkat kesulitan memahami materi kuliah		

Selalu	11	12,2%
Sering	60	66,7%
Kadang-kadang	19	21,1%
Tidak pernah	-	-
Total	90	100%
Pengaruh salah jurusan terhadap hasil akademik		
Sangat berpengaruh	24	26,7%
Berpengaruh	56	62,2%
Kurang berpengaruh	7	7,8%
Tidak berpengaruh	3	3,3%
Total	90	100%

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden (48,9%) merasa kurang puas dengan hasil indeks prestasi akademis yang diperolehnya. Di sisi lain, sebanyak 32,2% responden menyatakan puas dengan hasil indeks prestasi mereka, sementara 11,1% merasa tidak puas. Hal ini menunjukkan adanya ketidakpuasan yang signifikan terhadap prestasi akademik di antara mahasiswa.

Selanjutnya, mayoritas responden (66,7%) sering mengalami kesulitan dalam memahami materi pembelajaran. Meskipun demikian, ada juga sebagian responden yang jarang (21,1%) atau bahkan selalu (12,2%) mengalami kesulitan. Fakta ini menegaskan perlunya pendekatan pembelajaran yang lebih sesuai dengan kebutuhan individu untuk membantu mereka mengatasi kesulitan dalam memahami materi.

Dan sebagian besar responden (62,2%) menyatakan bahwa jurusan yang tidak sesuai dengan minat dan bakat akan berdampak pada hasil nilai akademiknya. Bahkan, sebanyak 26,7% responden menyatakan bahwa salah jurusan akan sangat berdampak pada hasil akademiknya. Meskipun demikian, ada juga sebagian kecil responden yang menyatakan kurang berdampak (7,8%) atau bahkan menyatakan tidak berdampak sama sekali (3,3%).

Tabel 4. Kuisisioner Kesejahteraan Psikologis

Keterangan	Frekuensi	Persentase
Tingkat stress atau tekanan perkuliahan		
Setiap hari	26	28,9%
Sering	43	47,8%
Kadang-kadang	17	18,9%
Tidak pernah	4	4,4%
Total	90	100%
Pengaruh salah jurusan terhadap kesehatan mental		
Sangat berpengaruh	39	43,3%
Berpengaruh	39	43,3%
Kurang berpengaruh	10	11,1%
Tidak berpengaruh	2	2,2%
Total	90	100%
Pengaruh salah jurusan terhadap motivasi belajar		
Sangat berpengaruh	52	57,8%
Berpengaruh	30	33,3%
Kurang berpengaruh	6	6,7%
Tidak berpengaruh	2	2,2%
Total	90	100%

Dari data yang disajikan, terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami tingkat stres yang signifikan dalam konteks perkuliahan. Sebanyak 43 (47,8%) responden menyatakan sering mengalami stres dan kebingungan dalam perkuliahan, sementara 26 (28,9%) responden

mengalami stres setiap harinya. Tingkat stres yang tinggi ini dapat menjadi indikasi bahwa kesalahan dalam pemilihan jurusan memiliki dampak yang cukup besar terhadap kesejahteraan mental mahasiswa.

Selain itu, mayoritas responden, yaitu 39 (43,3%) menyatakan bahwa salah jurusan akan sangat berdampak dan 39 (43,3%) menyatakan akan berdampak negatif terhadap kesehatan mental. Hal ini menegaskan bahwa ketidakcocokan antara jurusan yang dipilih dengan minat dan bakat individu dapat menjadi faktor penting yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Selanjutnya, sebanyak 52 (57,8%) responden menyatakan bahwa salah dalam memilih jurusan akan sangat berdampak terhadap motivasi belajar. Dan 30 (33,3%) menyatakan akan berdampak terhadap motivasi belajar mahasiswa. Hal ini menunjukkan bahwa kesalahan dalam memilih jurusan dapat mengurangi motivasi belajar mahasiswa, yang pada gilirannya dapat berdampak pada pencapaian akademik mereka.

Tabel 5. Alasan dalam Memilih Jurusan

Alasan dalam Memilih Jurusan	Frekuensi	Persentase
Prospek kerja	24	26,67%
Saran orang terdekat	14	15,56%
Peluang diterima yang tinggi	10	11,11%
Sejalan dengan jurusan di SMA	10	11,11%
Sesuai minat bakat dan cita-cita	8	8,89%
Mendapat beasiswa	7	7,78%
Tidak tahu	7	7,78%
Biaya Kuliah	5	5,56%
Harus kuliah (tidak gapyear) apapun jurusannya	5	5,56%
Total	90	100%

Faktor-faktor yang memengaruhi mahasiswa dalam memilih jurusan kuliah sangatlah bervariasi. Sebanyak 26,67% beralasan karena melihat prospek kerja yang luas dan banyak dibutuhkan di masa depan. Peluang karir yang cerah menjadi faktor utama dalam pengambilan keputusan jurusan. Sebanyak 15,56% beralasan karena adanya saran dari orang terdekat seperti orang tua, saudara, guru, dan temannya.

Selain itu, sebanyak 5,56% beralasan karena biaya kuliah yang terjangkau, hal ini menunjukkan bahwa faktor finansial juga berperan penting dalam proses pengambilan keputusan. Sebanyak 11,11% responden memilih jurusan yang sejalan dengan pendidikan sebelumnya yang menandakan adanya kontinuitas atau konsistensi dalam jalur pendidikan yang diambil. Selanjutnya, 8,89% responden memilih jurusan karena sesuai dengan minat dan bakat yang mereka miliki.

Di sisi lain, 7,78% responden tidak mengetahui alasan dibalik pemilihan jurusan tersebut. Sebanyak 7,78% responden memilih jurusan karena mendapatkan beasiswa, karena faktor finansial dan ketersediaan dukungan keuangan dapat memengaruhi keputusan tersebut.

Dan 5,56% responden beralasan karena adanya keinginan yang kuat untuk kuliah tahun ini (tidak gapyear) tanpa memperhatikan spesifik jurusan, yang penting bisa kuliah.

DISKUSI

Dalam penelitian ini, mayoritas responden merasa kurang puas dengan hasil akademik yang mereka peroleh, dengan sebagian besar dari mereka mengalami kesulitan dalam memahami materi kuliah. Hal ini terjadi karena adanya keterkaitan dengan kesesuaian antara jurusan yang dipilih dan minat, bakat, kebiasaan, cita-cita atau keinginan setiap individu.

Seperti yang kita ketahui pada data di atas bahwa mahasiswa berada pada fase usia remaja akhir, yang mana dalam fase ini terjadinya pertukaran fungsi tubuh dari yang awalnya remaja ke fase dewasa. Fase remaja akhir ini biasanya ditandai dengan perasaan emosional yang tinggi dan luapan amarah yang tidak bisa dikontrol. Dan biasanya akan memiliki perasaan yang pesimis, memiliki banyak sekali pertimbangan dalam menentukan sesuatu serta memiliki perasaan membanding-bandingkan dengan orang lain (Ramadhani, et al, 2014).

Teori Holland memandang bahwa kesesuaian antara individu dan lingkungan mereka, termasuk lingkungan akademik, dapat meningkatkan kepuasan dan kinerja (Holland, 1997). Namun, ketidaksesuaian antara jurusan dan minat, bakat, serta keinginan setiap individu dapat menyebabkan kurangnya motivasi intrinsik dalam belajar, seperti yang dijelaskan dalam Teori Self-Determination (Deci dan Ryan, 2013).

Data di atas menunjukkan bahwa banyak mahasiswa menyadari kesalahan dalam memilih jurusan setelah beberapa bulan berkuliah, yang mungkin berkaitan dengan tingkat stres psikososial yang tinggi. Teori stres psikososial menekankan bahwa ketidakcocokan antara tuntutan lingkungan dan kemampuan individu dapat menyebabkan tingkat stres yang tinggi, yang pada gilirannya dapat mengganggu kesejahteraan psikologis dan kualitas akademik seseorang (Kaplan, 2013). Oleh karena itu, penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana ketidakcocokan antara jurusan, minat, bakat, serta potensi individu dapat memengaruhi keinginan untuk belajar, prestasi akademik, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

Faktor-faktor pertimbangan dalam memilih jurusan juga memberikan wawasan yang penting. Mayoritas responden memilih jurusan berdasarkan prospek kerja yang luas, saran orang terdekat, serta pertimbangan biaya dan peluang diterima yang tinggi. Namun, kurangnya kesesuaian dengan minat dan bakat serta kurangnya pengetahuan tentang jurusan yang dipilih juga menjadi faktor yang signifikan.

Dari data tersebut, dapat disimpulkan bahwa penting bagi mahasiswa untuk memilih jurusan berdasarkan pertimbangan yang matang, termasuk evaluasi diri terhadap minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi mereka. Institusi pendidikan juga perlu memberikan dukungan dan bimbingan yang memadai untuk membantu mahasiswa menemukan jurusan yang sesuai dengan minat dan bakat mereka. Ini akan membantu meningkatkan motivasi intrinsik dalam belajar, kinerja akademik, dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.

KESIMPULAN

Penelitian ini menggambarkan pentingnya kesesuaian antara jurusan dengan minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi mahasiswa dalam meningkatkan kepuasan belajar, motivasi intrinsik, dan prestasi akademik. Data menunjukkan bahwa kurangnya kesesuaian antara jurusan dan karakteristik individu dapat mengakibatkan penurunan kepuasan belajar, peningkatan tingkat stres psikososial, dan kurangnya motivasi intrinsik dalam mengejar prestasi akademik. Teori Holland dan Teori Self-Determination menjadi dasar untuk memahami dampak ketidaksesuaian ini terhadap kesejahteraan psikologis dan kualitas akademik mahasiswa.

Berdasarkan hasil penelitian, beberapa saran praktis dan teoritis dapat diajukan:

1. Peningkatan Bimbingan Karier: Institusi pendidikan perlu meningkatkan layanan bimbingan karier yang menyeluruh, termasuk evaluasi minat, bakat, dan nilai-nilai pribadi mahasiswa sebelum mereka memilih jurusan.
2. Pengembangan Program Evaluasi Diri: Program evaluasi diri yang menyeluruh harus dikembangkan untuk membantu mahasiswa memahami minat dan bakat mereka secara lebih mendalam sebelum memilih jurusan.
3. Peningkatan Pengetahuan tentang Jurusan: Mahasiswa perlu diberikan informasi yang lebih komprehensif tentang jurusan yang mereka pilih, termasuk prospek karier, kurikulum, dan tantangan akademik yang akan mereka hadapi.
4. Dukungan Psikologis: Layanan dukungan psikologis harus tersedia untuk membantu mahasiswa mengelola stres psikososial yang mungkin timbul akibat ketidaksesuaian antara jurusan dan minat mereka.

Dengan menerapkan saran-saran tersebut, diharapkan dapat meningkatkan kesesuaian antara minat mahasiswa dengan jurusan mereka, sehingga dapat meningkatkan kepuasan belajar, motivasi intrinsik, dan prestasi akademik, serta mengurangi tingkat stres psikososial yang mungkin mereka alami.

DAFTAR REFERENSI

- Arifin, I., Primayasa, W., & Baharsyah, M. Y. (2020). Pengaruh salah pilih jurusan terhadap rasa putus asa mahasiswa teknik informatika. *Nathiqiyyah - Jurnal Psikologi Islam*, 3(1), 1–5.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.
- Holland, J. L. (1997). *Making vocational choices: A theory of vocational personalities and work environments* (edisi ke-3). Psychological Assessment Resources.
- Kaplan, H. B. (2013). *Psychosocial stress: Trends in theory and research*. Academic Press.
- Perta, W. P. (2021). Dampak pemilihan jurusan terhadap belajar siswa di SMA Negeri 1 Batusangkar. Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Batusangkar.
- Pratama, H. Y., Zahrani, M. A., Alfina, H. Q., Pertiwi, N., Fristynanda, Nirwasita, Pramesti, S. C., & Janah, L. U. (2021). Hubungan prestasi akademik dan social support terhadap adaptabilitas karier mahasiswa baru Universitas Negeri Semarang. *Journal of Education and Technology*, 1(1), 30–36.
- Rachmawati, E. D. (2023). Layanan bimbingan konseling untuk pengambilan keputusan dan meminimalisir kesalahan siswa dalam pemilihan jurusan di MAN 3 Banyumas. Universitas Islam Negeri Profesor Kiai Haji Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- Ramadhani, T. N., & Putrianti, F. G. (2014). Hubungan antar kepercayaan diri dengan citra diri pada remaja akhir. *Jurnal SPIRITS*, 4(2), 22–32.
- Zulfikar, F. (2021, November 26). 87 persen mahasiswa RI merasa salah jurusan, apa sebabnya? Detikedu.