

Pentingnya Kemampuan *Problem Solving* dalam Menghadapi Kehidupan
Ditulis oleh : Dra. Dewi Mustami'ah.M.Si., Psikolog

Menyandang status sebagai mahasiswa merupakan dambaan lulusan Sekolah Menengah Atas. Pada saat awal jadi mahasiswa, bayangan yang enak-enak melintas dalam pikirannya, yaitu mahasiswa bebas tidak harus berseragam, tidak harus mengerjakan Pekerjaan Rumah (PR), bebas bergaul, jam belajar tidak panjang seperti ketika SMA dan banyak hal yang enak-enak,.

Namun kenyataan tidak seindah harapan. Mahasiswa yang nampak bebas pakaiannya, nyatanya tetap ada aturan dalam berpakaian ketika masuk kampus. Dan yang tidak kalah serunya adalah tugas-tugas kuliah lebih banyak dan perlu memeras otak untuk menyelesaikannya. Belum lagi mahasiswa harus membuat makalah, presentasi dan mengerjakan tugas kelompok. Kondisi tersebut sering menjadi masalah bagi mahasiswa, mulai tidak bisa menyelesaikan tugas tepat waktu, berbeda pendapat dengan teman kelompok dan ada juga yang kurang nyaman jika harus presentasi di depan kelas.

Menjadi mahasiswa tidak hanya cukup pintar dalam menyelesaikan tugas dan meraih indeks prestasi tinggi. Keterampilan dalam menyesuaikan diri, kemampuan berkomunikasi, tanggung jawab, jujur dan kemampuan *problem solving* penting dimilikinya.

Mengapa kemampuan *problem solving* penting?

Manusia sepanjang hidup akan selalu dihadapkan dengan masalah, entah ringan, sedang atau berat. Apalagi sebagai mahasiswa yang konon katanya sebagai generasi penerus bangsa, calon pemimpin di masa akan datang. Kemampuan *problem solving* penting dimiliki agar dapat membantu menentukan sumber masalah dan menemukan solusi yang efektif.

Apa sebenarnya *problem solving* itu ?

Problem solving berasal dari dua kata yaitu *problem* dan *solves*. *Problem* yaitu suatu hal yang sulit untuk dipahami atau dilakukan. Atau dapat juga diartikan suatu pertanyaan yang butuh jawaban atau jalan keluar. Sedangkan *solves* artinya mencari jawaban untuk suatu masalah. Menurut Santrock (2018) *problem solving* adalah menemukan cara yang tepat untuk mencapai tujuan.. Sedangkan menurut Solso (2007) *problem solving* atau pemecahan masalah adalah suatu pemikiran terarah secara langsung untuk menemukan suatu solusi atau jalan keluar untuk masalah yang spesifik. Menurut Anderson (2008) *problem solving* merupakan perilaku dengan tujuan terarah yang seringkali melibatkan keadaan dari suatu tujuan untuk memungkinkan orang yang menggunakannya.

Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat disimpulkan *problem solving* merupakan suatu perilaku kognitif individu dengan tujuan terarah untuk menemukan suatu cara yang efektif agar dapat menyelesaikan berbagai permasalahan dalam hidupnya.

Apakah dalam *problem solving* langsung menemukan solusi atau bagaimana?

Problem solving merupakan suatu proses, transformasi dari satu situasi ke situasi lain untuk mencapai tujuan. Berkaitan dengan hal tersebut, menurut Bransford dan Stein (Schunk, 2012; Saygilli, 2017) dalam *problem solving*, individu melalui tahapan-tahapan:

1. **Identifikasi masalah.** Tahap ini seseorang harus memahami masalah dan mengenali gambaran pokok persoalan secara jelas.

Dalam tahap ini, individu bisa mengalami masalah berkaitan dengan : a) tidak aktif berusaha mencari masalah yang dialami; b) kurangnya pengetahuan yang relevan terkait dengan masalah yang dihadapi; c) kurangnya waktu yang tersedia untuk memahami suatu masalah; d) tidak menggunakan berpikir *divergen* (mencari berbagai alternatif).

2. **Representasi masalah.** Yaitu tahap mempersepsi dan menginterpretasi pokok persoalan yang meliputi : apa yang menjadi permasalahan, apa yang menjadi kriteria pemecahan, keterbatasan dalam memecahkan masalah, berbagai alternatif dalam memecahkan masalah.
3. **Merencanakan solusi.** Tahap dimana individu perlu mengidentifikasi operasi yang terlibat serta strategi yang diperlukan untuk menyelesaikan masalah. Dalam tahap ini bisa menggunakan *trial & error* dan bisa juga menggunakan pendekatan *means-ends analysis* yaitu pendekatan yang mengharuskan: a) mengkategorikan masalah berdasarkan jenis solusi; b) membagi masalah menjadi bagian-bagian kecil; c) menyelesaikan setiap bagian secara berurutan.
4. **Merealisasikan rencana.** Tahap melaksanakan rencana atau strategi yang telah dibuat untuk menyelesaikan masalah.
5. **Mengevaluasi rencana.** Tahap melihat dan mempertimbangkan kembali semua strategi yang telah dibuat dan dilaksanakan untuk menyelesaikan pokok permasalahan.
6. **Mengevaluasi solusi.** Merefleksikan proses pemecahan masalah yang lain dan menyimpannya sebagai strategi dalam menyelesaikan masalah yang sama dikemudian hari serta memperbaiki apa yang masih kurang dalam strategi yang telah direalisasikan.

Menurut Eskin (2013) aspek-aspek *problem solving* ada tiga yaitu

1. Aspek kognitif.

Aspek ini terkait dengan apakah individu memahami masalah dengan benar atau tidak. Untuk dapat memecahkan masalah, individu perlu melihatnya dengan benar sejak awal. Persepsi ini terkait dengan cara individu memproses informasi. Aspek ini meliputi :

- a. **Kemampuan untuk berpikir tentang solusi alternatif.** Individu saat menghadapi masalah harus dapat memikirkan solusi alternatif agar dapat memecahkan masalah dengan cara yang diinginkan. Individu yang memiliki kekakuan kognitif melihat masalah yang ada secara terbatas dan tidak dapat melihat aspek lain dari situasi, akibatnya tidak dapat menghasilkan solusi alternatif.
- b. **Kemampuan mengkonseptualisasikan untuk mencapai tujuan.** Kemampuan ini berkaitan dengan analisis dan sintesis terhadap masalah yang dihadapi.
- c. **Kemampuan untuk berpikir konsekuensi.** Aspek ini individu memikirkan keuntungan dan kerugian dari tindakan yang akan diambilnya.
- d. **Kemampuan menganalisa sebab akibat dalam situasi sosial.** Orang yang berhasil dalam memecahkan masalah dapat mempertimbangkan hubungan sebab akibat dalam peristiwa sosial meskipun sifatnya kompleks.
- e. **Kemampuan mengambil perspektif.** Ini sebagai kemampuan untuk melihat peristiwa dan masalah dari perspektif pihak lain. Kemampuan ini memainkan peran penting dalam pencegahan masalah dalam hubungan interpersonal.

2. Aspek metakognitif

Menurut Maye (dalam Eskin, 2013) pengetahuan metakognitif berkaitan dengan kemampuan individu dalam menyimpan keterampilan dan strategi yang digunakan selama proses pemecahan masalah dalam ingatannya yang kemudian dapat mengambil informasi ini dan menerapkannya pada pemecahan masalah baru.

3. **Aspek motivasi.** Hal ini berkaitan dengan individu berusaha atau tidak berusaha memecahkan masalah. Hal ini dibagi menjadi beberapa bagian, yaitu :

- a. **Minat pada masalah.** Ketertarikan atau tidak ketertarikan seseorang terhadap masalah. Hal ini biasanya berkaitan dengan kebutuhan pribadi, kemauan dan karakteristik individu
- b. **Self efficacy.** Hal ini berkaitan dengan tingkat perasaan seseorang tentang kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan. Apabila individu memiliki *self efficacy* yang tinggi maka akan segera menyelesaikan masalah
- c. **Atribusi.** Dalam *problem solving* atribut mengandung penilaian dan kesimpulan yang dibuat orang sehubungan dengan apakah akan berhasil atau tidak dalam memecahkan masalah.

Faktor-faktor apa yang mempengaruhi *problem solving*?

Menurut Ormrod (2003) kemampuan seseorang dalam *problem solving* atau menyelesaikan masalah dipengaruhi oleh 5 faktor:

1. Kemampuan mengingat masalah.
2. Kemampuan memaknai masalah.
3. Kemampuan individu memahami informasi yang relevan.
4. Kemampuan me *recall* memori jangka Panjang.
5. Kemampuan metakognisi

Faktor apa yang menghambat seseorang dalam *problem solving*?

Menurut Eskin (2013) seseorang tidak bisa menyelesaikan masalah secara efektif. dapat disebabkan adanya:

1. **Functional fixedness.** Seseorang hanya memandang suatu obyek berfungsi sebagaimana dirancang atau diinginkan oleh pembuatnya.
2. **Mental set.** Orang cenderung mempertahankan aktivitas mental yang telah dilakukan secara berulang-ulang dan berhasil ketika ia menghadapi masalah serupa namun di dalam situasi yang baru.
3. **Perceptual added frame.** Bingkai tersamar membatasi gerak langkah dalam mencari jalan keluar atas persoalan yang dihadapi
4. **Informasi yang tidak relevan.** Penemuan fakta-fakta yang tidak penting membuat fakta yang relevan menjadi tercampur aduk dengan fakta yang tidak relevan sehingga membuat masalah menjadi tidak jelas.
5. **Masalah yang tidak jelas.** Beberapa masalah yang tidak jelas dapat menghalangi proses pemecahan masalah.

Apakah kemampuan *problem solving* dapat diajarkan pada mahasiswa?

Beberapa strategi yang terbukti efektif meningkatkan kemampuan *problem solving* pada mahasiswa adalah metode pembelajaran berbasis problem atau *problem based learning* (Schunk, 2012; Bruning, 2014).

Dutch (2001) *problem based learning* adalah model belajar yang menantang peserta didik dalam belajar mengenai cara belajar. Bekerja sama secara berkelompok, tujuan dilakukan proses untuk mencari solusi darimana permasalahan di dunia secara nyata dan terjadi adanya. Sedangkan menurut Arends (2012) *problem solving* merupakan pendekatan dalam pembelajaran yang memaksa peserta didik menghadapi masalah secara nyata. Dengan demikian peserta didik bisa menyusun pemahaman dan pengetahuan sendiri, menumbuhkan karakteristik dan ketrampilan guna meningkatkan kepercayaan diri.

Mahasiswa apabila dalam perkuliahan modelnya *problem based learning* maka akan dapat:

1. Meningkatkan ketrampilan berpikir kritis dalam memilih dan memutuskan sesuatu

2. Memberi pelatihan dalam menyelesaikan permasalahan secara sistematis, matang dan terencana sehingga hasilnya positif
3. Membantu mahasiswa memahami dengan benar peran orang dewasa di kehidupan.
4. Agar mahasiswa mampu menjadi individu yang mandiri serta bertanggung jawab.

Referensi :

Arends, Richard. 2012. Learning to Teach. New York: McGraw Hills Companies

Bruning, R. H., Schraw, G. J., Norby, M. N., & Ronning, R. R. (2004). Cognitive psychology and instruction (4th ed.). Columbus, OH: Pearson

Duch, B.J S.E., and Allen, D.E. 2001. The Power of Problem-Based Learning. VA: Syllus

Eskin, M (2013). Problem Solving Therapy in the Clinical Practice . In Problem Solving Therapy in the Clinical Practice (1st Edition). Elsevier.

Ormrod, J. (2003). Educational Psychology Developing Learners 4ed Edition. Pearson Education, Inc.

Santrock, J.W., Woloshyn, V. E., Gallagher, T. L., Di Petta, T., & Marini, Z. A. (2007). Educational

Saygılı, S. (2017). Examining the problem solving skills and the strategies used by High School Students in solving non-routine problems. E-International Journal of Educational Research, 8(2Psychology (2nd Canadian Ed.). Toronto: McGraw-Hill

Solso (2007) Psikologi Kognitif Edisi ke Delapan. Jakarta : Erlangga.

Schunk, D.H. 2012. Learning theories: An educational perspective (6th ed.). Boston, MA: Pearson