

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa pada umumnya adalah kaum akademis yang berintelektual terdidik dengan segala potensi, memiliki kesempatan dan ruang untuk berada dalam lingkungan. Mahasiswa memiliki peran dan tanggung jawab yang besar dalam pembangunan bangsa, menjadi tunas-tunas baru yang akan menggantikan peran para pemimpin di masa yang akan datang dan di tangan para mahasiswa, masa depan bangsa akan terbentuk. Mahasiswa dipandang sebagai *agent of change, agent of modernization*, sehingga memberikan konsekuensi kepada mahasiswa untuk bertindak dan berbuat sesuai dengan aturan-aturan tertentu. Mahasiswa harus tetap memiliki sikap kritis, yang diharapkan akan timbul sifat korektif terhadap kondisi yang sedang berjalan ke arah masa depan. Peran dari mahasiswa yang sedemikian besar itu, terkadang mahasiswa merasakan suatu beban, artinya mahasiswa mempunyai tanggung jawab yang tinggi terkait dengan statusnya, dan harus berkontribusi dalam masyarakat serta harus mampu bersikap tegas dan strategis dalam setiap langkahnya.

Kenyataannya, pada perkembangan dunia pendidikan sekarang ini banyak mahasiswa yang tidak lagi dapat bersikap seperti apa yang menjadi harapan masyarakat selama ini. Sebagian besar mahasiswa tidak dapat menjalankan

fungsinya. Fungsi pembelajaran yang harusnya dapat ditransformasikan kepada masyarakat terkadang belum dapat dilaksanakan. Hal ini disebabkan kualitas dari mahasiswa sendiri yang sekarang mulai menurun. Berbagai permasalahan dan tuntutan tersebut seringkali membuat mahasiswa menjadi cemas jika tidak mempunyai cara dalam menyelesaikan masalah. Kecemasan merupakan sesuatu yang wajar karena setiap orang menginginkan segala sesuatunya dapat berjalan dengan lancar dan terhindar dari segala marabahaya atau kegagalan. Kecemasan ringan dapat mendorong meningkatnya performa dan tingkat kecemasan ini masih tergolong normal. Namun apabila tingkat kecemasan sangat tinggi, justru akan sangat mengganggu. Pengambilan solusi yang tidak tepat terhadap kecemasan yang melanda mahasiswa dapat memberikan dampak buruk bagi dirinya seperti isolasi diri, dampak pada kesehatan fisik, dan bahkan resiko bunuh diri jika tidak dapat mengatasi masalahnya dengan akal sehat. Berbagai macam masalah yang timbul contohnya seperti mengkonsumsi alkohol, seks bebas sehingga mahasiswa dapat meninggalkan bangku perkuliahan.

Banyak mahasiswa tingkat akhir mengalami kecemasan berlebihan ketika menghadapi tugas akhir yang bernama skripsi. Skripsi adalah tugas akhir yang harus dilaksanakan oleh mahasiswa untuk memperoleh gelar kesarjanaannya. Kebanyakan dari mereka mengalami kesulitan bagaimana harus menulis tulisan ilmiahnya dalam bentuk skripsi. Kesulitan yang seringkali dihadapi diantaranya: menemukan dan merumuskan masalah, mencari judul yang efektif, sistematika proposal, sistematika skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah serta dana dan waktu yang terbatas.

Kesulitan-kesulitan tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan cemas sehingga dapat menyebabkan mahasiswa kehilangan motivasi, menunda penyusunan skripsi, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi. Hal ini tentu sangat merugikan mahasiswa yang bersangkutan, mengingat bahwa skripsi merupakan tahap yang paling menentukan dalam mencapai gelar akademik. Selain itu, usaha dan kerja keras yang telah dilakukan bertahun-tahun sebelumnya akan menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal menyelesaikan skripsi.

Mahasiswa yang memiliki kemampuan baik dalam mengelola rasa cemasnya akan berusaha untuk mencari tahu penyebab-penyebab kecemasan yang melandanya selama menempuh pendidikan di bangku perkuliahan. Kesulitan dalam menentukan dan mengajukan judul skripsi yang tepat termasuk salah satunya. Mencari judul skripsi memang bukanlah hal mudah, ada juga diantara mereka yang memang tidak mengalami kesulitan dalam menentukan judul skripsi atau topik agar bisa diterima dan disetujui oleh akademik tapi tidak semuanya dari mereka bisa, bahkan ada yang berulang-ulang menggonta-ganti judul agar bisa diterima. Terkadang mahasiswa kesulitan untuk menentukan judul yang tepat, saat diajukan tidak bisa langsung disetujui oleh akademik atau dosen pembimbing yg ditunjuk, dikarenakan bisa saja judul tersebut dianggap terlalu gampang, atau sudah pernah ada sebelumnya, bisa juga saat mahasiswa bersangkutan ditanyakan secara lisan tidak dapat menjelaskan dengan baik apa yang jadi topik penelitian tersebut.¹

¹ Jefri, Cari Judul Skripsi, 2012, (<http://www.bang-jefri.com/2012/07/cari-judul-skripsi.html>), Diakses pada 8 April 2013.

Tidak terbiasanya menulis karya ilmiah adalah salah satu hal-hal yang menyebabkan mahasiswa rentan mengalami gangguan kecemasan dalam penyusunan skripsi. Mahasiswa yang terbiasa menulis karya ilmiah, akan jarang menemui kesulitan dalam penyusunan skripsi. Karena mereka telah menguasai sistematika dan metodologi penulisan karya ilmiah yang tidak berbeda dari sistematika penulisan skripsi. Menulis karya ilmiah tidak hanya dengan mengikuti kompetisi karya ilmiah, tapi menuangkan ide melalui berbagai media seperti blog dan jurnal juga merupakan bentuk lain dari menulis karya ilmiah.²

Mahalnya biaya untuk penelitian skripsi di beberapa universitas di Indonesia yang tergolong mahal juga menjadi penyebab mengapa mahasiswa selalu diliputi perasaan cemas saat mulai menyusun skripsi. Mulai dari biaya ongkos ke tempat penelitian, biaya *printing* beberapa draft skripsi dari Bab 1 hingga Bab 5 dan tentunya biaya *printing* serta *fotocopy* revisi yang harus kita laporkan kembali kepada dosen, biaya untuk menunjang penelitian skripsi itu sendiri seperti memberi sesuatu kepada kuesioner penelitian, biaya pemberkasan akhir, hingga biaya pendaftaran untuk mendapatkan ijazah kelulusan. Biaya sekitar 1 juta rupiah untuk kebutuhan penelitian skripsi bukanlah nominal yang sedikit bagi beberapa orang. Sehingga wajarlah apabila banyak mahasiswa yang mengeluhkan “Skripsi itu mahal” karena keterbatasan dana serta waktu yang ada.³

Kurangnya hubungan interpersonal antara mahasiswa dengan dosen pembimbing skripsi juga menjadi pemicu kecemasan mahasiswa ketika menyusun

² Prasetya, Kenapa Harus Menulis, 2012, (<http://prasetya.ub.ac.id/berita/Kenapa-Harus-Menulis-8340-id.html>), Diakses pada 12 April 2013.

³ Erickazof, Ilmu itu “Mahal”, 2010, (<http://filsafat.kompasiana.com/2010/07/10/ilmu-itu-mahal-189940.html>), Diakses pada 14 April 2013.

skripsi. Terutama dosen dengan tipe perfeksionis dan dosen yang susah untuk ditemui ketika mahasiswa butuh bimbingan dan konsultasi mengenai penelitian skripsinya. Dosen yang perfeksionis sisi negatifnya adalah menjadikan pengerjaan skripsi menjadi lama, yang mana akan menimbulkan kecemasan pada mahasiswa. Tetapi sisi positifnya, hasil yang dicapai mahasiswa menjadi lebih baik dan tidak terlalu 'dibantai' ketika sidang akhir. Mengenai dosen yang susah ditemui, apabila hanya bisa bertemu dosen tersebut seminggu sekali masih termasuk wajar. Akan menjadi tidak wajar apabila dosen pembimbing tersebut melakukan studi di tengah-tengah masa mahasiswanya sedang melakukan penelitian skripsi dan tidak bisa melakukan bimbingan yang mengarahkan skripsi mahasiswa ke arah yang lebih baik.⁴

Tidak berjalannya strategi coping dengan baik juga berdampak pada gangguan kecemasan seseorang yang menjadi-jadi. Strategi coping adalah suatu tindakan mengubah kognitif secara konstan dan merupakan suatu usaha tingkah laku untuk mengatasi tuntutan internal atau eksternal yang dinilai membebani atau melebihi sumber daya yang dimiliki individu. Seseorang yang mengalami kecemasan cenderung memperlihatkan kekurangan dalam menyesuaikan strategi-strategi coping terhadap kecemasan yang timbul atau sesuatu yang dirasakan mengancam. Mereka seringkali menganggap bahwa situasi yang ada merupakan hasil dari persepsi terhadap adanya ancaman, walaupun sebenarnya tidak ada suatu ancaman yang nyata. Namun, seseorang tersebut juga menilai bahwa

⁴ Melia Fras, Bagaimana Menghadapi Dosen Pembimbing, 2013, (gmelia-fras.blogspot.com/2013/01/bagaimana-menghadapi-dosen-pembimbing_6749.html), Diakses pada 20 Juni 2013.

mereka memiliki kekurangan dalam upaya untuk mengatasi ancaman yang dirasakan. Dan pada akhirnya, individu membiarkan diri mereka mudah untuk mengalami kecemasan dalam kehidupan sehari-hari.

Salah satu contoh dari tidak berjalannya strategi coping dengan baik ketika menghadapi suatu permasalahan adalah ketika seorang mahasiswa tingkat akhir tidak mampu menerapkan cara maupun metode yang membuat dia mampu melawan rasa cemas pada saat menyusun skripsi. Pusing mengerjakan skripsi, dua mahasiswa perguruan tinggi swasta di Palembang, KLM alias Anton (22) dan AGG alias Agung (23), nekat menggunakan sabu dan ganja. Namun saat lagi asyik pesta sabu, keduanya digerebek petugas dari Polda Sumatera Selatan di salah satu rumah di kawasan jalan Tanjung Barangan Kelurahan Demang Lebar Daun IB I Palembang. Petugas mengamankan barang bukti berupa satu paket sabu, satu paket ganja, sembilan linting ganja siap hisap, satu kertas paper untuk melinting ganja, satu alat hisap dan tiga korek api gas. Berdasarkan pengakuan kedua mahasiswa semester akhir ini, mereka menggunakan narkoba lantaran pusing mengerjakan skripsi yang tidak kunjung selesai. Sebelum mengerjakan skripsi, keduanya terlebih dahulu mengadakan pesta sabu di dalam rumah.⁵ Apabila seorang mahasiswa memiliki strategi coping yang baik maka dia tentu tidak seharusnya melakukan aksi bunuh diri atau menggunakan narkoba yang terlarang untuk lari dari kenyataan ketika menghadapi sulitnya menyusun skripsi. Dengan strategi coping yang baik, mahasiswa dapat menguasai, mentoleransi,

⁵ Deddy Pranata, Stres Skripsi Mahasiswa Gelar Pesta Sabu, 2012, (okezone.com/read/2012/02/22/340/580082), Diakses pada 23 Juni 2013

mengurangi, atau meminimalis pengaruh dari stressor atau sumber-sumber stres yang dialaminya.

Dilihat dari permasalahan diatas ternyata munculnya kecemasan pada mahasiswa bersumber dari beberapa hal seperti kesulitan dalam menemukan dan merumuskan masalah, mencari judul skripsi yang efektif, sistematika proposal, sistematika skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, kesulitan dengan standar tata tulis ilmiah dan dana dan waktu yang terbatas, kurangnya hubungan interpersonal dengan dosen pembimbing, keharusan untuk menerbitkan jurnal ilmiah nasional untuk menunjukkan kredibilitasnya saja hingga kurang berjalannya strategi coping yang harusnya menjadi cara untuk mengatasi berbagai permasalahan dan situasi tertekan yang melingkupi kehidupannya.

Dalam penelitian ini, peneliti menetapkan subjek yang akan diteliti yaitu mahasiswa di Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta, khususnya Program Studi Pendidikan Ekonomi. Berkaitan dengan kecemasan, dari hasil wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 11 Maret 2013 di UPT Perpustakaan UNJ pada empat mahasiswa dan empat mahasiswi tingkat akhir yang kuliah di Program Studi Pendidikan Ekonomi FE UNJ ditemukan bahwa lima subjek memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi pada saat penyusunan awal skripsi. Mereka cenderung panik karena belum menemukan judul skripsi yang tepat dan teori penghubung antar variabel yang menjadi landasan ilmiah dalam penyusunan skripsi. Waktu pengumpulan proposal skripsi yang makin mepet menambah rasa cemas mereka, bahkan ada yang sempat *down* dan nyaris tidak memiliki jalan keluar untuk menyelesaikan permasalahan ini. Hal ini menyebabkan mereka

mudah merasa khawatir, sulit berkonsentrasi, mudah marah, mudah tersinggung, kehilangan rasa percaya diri, tidak dapat tidur dengan nyenyak, jantung berdebar dan pusing. Sedangkan tiga subjek lainnya memiliki tingkat kecemasan yang tidak berlebihan. Mereka lebih termotivasi untuk segera menyusun skripsi dengan meminimalisasi tekanan-tekanan yang ada pada diri mereka dan mengelola penjadwalan yang ketat dan efektif. Hasil wawancara tersebut menjelaskan bahwa mayoritas subjek memiliki kecemasan yang tinggi pada saat menyusun tugas akhir skripsi. Mereka cenderung kurang memiliki cara yang efektif untuk meminimalisasi rasa cemas tersebut. Padahal makin tinggi kecemasan yang melanda dirinya justru akan menghambat berbagai hal penting lainnya, khususnya dalam penyelesaian tugas akhir skripsi.

Dari observasi awal yang telah dilakukan oleh peneliti, diketahui bahwa di FE UNJ selama ini jarang ada penelitian mengenai aspek psikologis yang berkaitan dengan strategi coping dan tingkat kecemasan yang dialami mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tidak memperoleh data mengenai tingkat kecemasan pada mahasiswa di FE UNJ, khususnya mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi. Dengan demikian, pelaksanaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran seberapa besar tingkat kecemasan pada mahasiswa, serta bagaimana hasil analisis lebih lanjut terhadap hubungan strategi coping dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa pada saat menyusun skripsi

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas terkait dengan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan pada mahasiswa, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai strategi coping yang dihubungkan

dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa di Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang ada, maka dapat dikemukakan kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi dipengaruhi oleh hal-hal sebagai berikut:

1. Kesulitan dalam menentukan judul skripsi yang tepat
2. Tidak terbiasa menulis karya ilmiah
3. Keterbatasan dana dan waktu yang dimiliki mahasiswa
4. Kurangnya hubungan interpersonal dengan dosen pembimbing
5. Tidak berjalannya strategi coping yang baik.

C. Pembatasan Masalah

Dari berbagai permasalahan yang telah diidentifikasi diatas, ternyata banyak faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Namun mengingat keterbatasan waktu, dan cakupan yang sangat luas, maka peneliti membatasi masalah hanya pada masalah hubungan antara strategi coping yang terdiri dari dua jenis yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping* dengan kecemasan dalam menyusun skripsi yang dilihat dari aspek psikologis dan fisiologis.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan pembatasan masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

“Apakah terdapat hubungan antara strategi coping dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa?”

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini meliputi kegunaan teoritis dan praktis, dengan penjelasan sebagai berikut:

1. Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dan sumber informasi yang akan memberikan pemahaman tentang hubungan strategi coping dengan kecemasan pada mahasiswa, khususnya kecemasan pada saat menyusun skripsi dan dapat dijadikan referensi guna menindaklanjuti penelitian terkait dengan strategi coping dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa

2. Praktis

- a. Bagi Peneliti, menambah wawasan peneliti terutama tentang penerapan strategi coping diri dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Pendidikan Ekonomi Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta.
- b. Bagi Mahasiswa Pendidikan Akuntansi pada khususnya dan seluruh civitas akademika Universitas Negeri Jakarta pada umumnya, sebagai

bahan masukan, tambahan wawasan, serta bahan kajian tentang strategi coping dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

- c. Bagi Pelaku atau praktisi pendidikan, sebagai bahan masukan dan memberikan sumbangan pemikiran dalam pengembangan ilmu kependidikan dan berguna sebagai acuan bagi peneliti yang akan melakukan penelitian lebih lanjut.
- d. Bagi Pembaca, sebagai sumber untuk menambah wawasan mengenai strategi coping dengan kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.