BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sumber daya manusia yang berkualitas sangat diperlukan di era globalisasi seperti saat ini. Sumber daya manusia yang berkualitas adalah manusia yang mampu menguasai suatu bidang keahlian dalam ilmu pengetahuan dan teknologi, mampu melaksanakan pekerjaan secara profesional, serta mampu menghasilkan karya yang dapat bersaing di dunia. Salah satu cara yang dapat ditempuh untuk dapat menghasilkan sumber daya manusia yang berkualitas adalah dengan memberikan pendidikan. Pendidikan merupakan suatu proses yang dapat membantu manusia dalam mengembangkan pribadinya sehingga mampu menghadapi setiap perubahan yang terjadi.

Pendidikan merupakan modal dasar dalam pembangunan suatu negara. Dalam rangka membangun manusia Indonesia yang seutuhnya, pembangunan di bidang pendidikan merupakan sarana yang sangat baik untuk pembinaan sumber daya manusia. Oleh karena itu bidang pendidikan perlu mendapat perhatian dan penanganan secara intensif oleh pemerintah dan pengelola pendidikan pada khususnya agar menghasilkan sumber daya manusia yang kompeten di bidangnya. Dengan demikian, melalui kegiatan pendidikan

diharapkan tercipta manusia Indonesia yang cerdas, kreatif, terampil, berperilaku baik dan mampu melaksanakan pembangunan nasional.

Pada kenyataannya untuk lulus studi di perguruan tinggi bukanlah suatu hal yang mudah bagi seorang mahasiswa, karena sebelumnya mahasiswa harus memenuhi semua persyaratan akademik yang ditentukan oleh perguruan tinggi. Salah satu persyaratan kelulusan adalah membuat suatu karangan ilmiah/penelitian ilmiah yang biasa disebut skripsi.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia skripsi adalah karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Menurut Poerwadarminta, skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi.¹

Penulisan skripsi terkadang sering menjadi hal yang menakutkan bagi mahasiswa semester akhir. Mengerjakan sebuah skripsi telah menjadikan kebanyakan mahasiswa stres, takut, bahkan sampai frustrasi. Telah banyak contoh kasus mahasiswa yang menjadi lama dalam penyelesaian studinya karena terganjal dengan masalah tugas akhirnya. Banyak mahasiswa yang belum bisa bahkan tidak mampu untuk menyelesaikan skripsi dalam rentang waktu normal untuk lulus kuliah. Berdasarkan data awal terdapat 34% mahasiswa menunda pengerjaan skripsinya. Selain itu hasil penelitian Yosh menunjukkan bahwa sekitar 25% sampai dengan 75% pelajar atau mahasiswa melaporkan bahwa penundaan merupakan suatu masalah dalam lingkup

---

¹Poerwodarminto, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, (Jakarta: Balai Pustaka, 1986), p. 957

akademis mereka.² Penyelesaian skripsi yang tertunda, tentunya dikarenakan berbagai macam faktor yang ada di lingkungan sekitar. Penundaan penulisan skripsi pada mahasiswa tersebut dapat disebabkan oleh faktor-faktor internal seperti kemampuan inteligensi, kesehatan fisik dan psikis, motivasi, dan sebagainya.

Selain itu, faktor yang menyebabkan seorang mahasiswa lama dalam penyelesaian skripsinya adalah karena adanya pemikiran atau persepsi bahwa pembuatan tugas akhir itu susah dan berat maka akhirnya banyak mahasiswa menyerahkan pembuatan skripsi ini ke orang lain atau semacam biro jasa pembuatan skripsi, atau mencari skripsi orang lain untuk ditiru.³ Hal tersebut disebabkan tidak adanya kebiasaan menulis karya tulis ilmiah pada mahasiswa. Menyusun skripsi secara tidak langsung merupakan suatu bentuk penyesuaian diri dari keadaan yang terbiasa mendapatkan materi dari dosen (melalui perkuliahan) dan buku, menjadi suatu keadaan yang mengharuskan mahasiswa membuat atau menceritakan suatu peristiwa secara alamiah dan terstruktur. Ahmadi mengatakan bahwa dalam membuat skripsi, pertama yang perlu mendapat perhatian ialah rumusan topik skripsi, dan dari rumusan topik kita harus menentukan materi yang relevan dan kemudian mengumpulkan materi.⁴ Proses dalam penyusunan skripsi membutuhkan konsentrasi penuh agar skripsi terselesaikan dengan baik. Proses tersebut berpengaruh terhadap

---

²Priska Devy Anggraeni, "Prokrastinasi Pada Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi", *Jurnal Psikologi Universitas Gunadarma*, p. 3

³Agus Riewanto, *Skripsi Barometer Intelektualitas Mahasiswa*, (Jakarta: Suara Merdeka, 2003), (<http://www.suaramerdeka.com/harian/0302/05/kha3.html>) diakses tanggal 22 April 2012

⁴Ahmadi dkk., *Psikologi Belajar*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2004), p. 136

stres atau kelelahan pikiran dan kejiwaan selama melakukan proses penyusunan skripsi.

Dalam penulisan skripsi terdapat tahap-tahap yang harus dilalui, yang meliputi penemuan masalah, penelitian literatur, penelitian lapangan, pengolahan data, dan pembuatan kesimpulan atau jawaban atas masalah berdasarkan data yang diperoleh. Dalam kenyataannya tahap-tahap yang harus dilalui oleh mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi terkadang tidak selalu berjalan mulus dan menemui hambatan-hambatan pada tiap tahapan.

Slamet mengungkapkan bahwa masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah, banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurangnya ketertarikan mahasiswa pada penelitian.⁵

Dari hasil penelitian yang telah dilakukan kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Permasalahan yang sering dialami diantaranya, ketakutan bertemu dengan dosen pembimbing, karena secara internal mahasiswa takut akan lemahnya materi keilmuan yang dimilikinya. Mereka takut menghadapi kenyataan gagal.⁶ Banyaknya hambatan dan kesulitan yang ditemui mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi, hambatan tersebut sering dianggap sebagai pemicu munculnya stres atau *stressor*.

---

⁵Slamet, *Banyak yang Melakukan Plagiat*, (Jakarta: Suara Merdeka, 2003), (<http://www.suaramerdeka.com/harian/0301/15/kha2.html>) diakses tanggal 22 April 2012

⁶Ajeng Ryzkanevi Putri *et al.*, "Hubungan Antara Persepsi Terhadap Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Penyesuaian Diri Dalam Penyusunan Skripsi Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro", *Jurnal Psikologi*, p.4

Fenomena bahwa skripsi menyebabkan stres pada mahasiswa tingkat akhir hampir dialami di semua lingkungan perguruan tinggi. Pada tahun 2008 seorang mahasiswa di Surabaya mengonsumsi shabu-shabu karena stres skripsinya tidak kunjung selesai. Dan akhirnya mahasiswa tersebut terancam di Drop Out dari kampusnya.⁷

Selain kasus di atas terdapat juga kasus di Palembang, dua mahasiswa perguruan tinggi swasta di Palembang, nekat menggunakan sabu dan ganja karena pusing mengerjakan skripsi. Berdasarkan pengakuan kedua mahasiswa semester akhir ini, mereka menggunakan narkoba lantaran pusing mengerjakan skripsi yang tidak kunjung selesai.⁸

Dari hasil survey dan penelitian yang dilakukan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi terungkap bahwa kondisi utama yang menimbulkan stres berasal dari dalam diri mahasiswa itu sendiri, yaitu kurang adanya motivasi untuk segera menyelesaikan skripsi, ketidakmampuan mahasiswa untuk mengatur waktu, ketakutan akan ketidaktepatan waktu penyelesaian skripsi karena keterbatasan waktu yang diberikan dalam penyusunan skripsi, kesulitan untuk mendapatkan referensi yang dibutuhkan, kesulitan untuk menentukan judul skripsi, melakukan revisi (perbaikan) skripsi berkali-kali, kesulitan dalam memahami referensi berbahasa Inggris.

Selain faktor dari dalam diri, terdapat faktor dari lingkungan yang menyebabkan mahasiswa stres dalam menyusun skripsi. Diantaranya adalah

---

⁷Imam Wahyudiyanta, *Stres Skripsi Tak Kunjung Usai*, Asyahrul Nekat Nyabu, 2008, (<http://www.surabaya.detik.com/read/2008/01/02/180712/873856/466/stres-skripsi-tak-kunjung-usai-asyahrul-nekat-nyabu.html>) diakses tanggal 11 April 2012

⁸Deddy Pranata, *Stres Skripsi, Mahasiswa Gelar Pesta Sabu*, 2012, (<http://www.news.okezone.com/read/2012/02/22/340/580082/stres-skripsi-mahasiswa-gelar-pesta-sabu.html>) diakses tanggal 11 April 2012

kurangnya dukungan sosial dari orang sekitar mahasiswa, pembimbing skripsi sulit diajak komunikasi, pembimbing skripsi sibuk sehingga sulit ditemui, kurang konsultasi dengan pembimbing skripsi. Peranan dosen dalam pembimbingan skripsi hanya bersifat membantu dan membimbing mahasiswa dalam mengatasi kesulitan yang ditemui mahasiswa dalam menyusun skripsi. Adanya ketergantungan yang besar pada dosen pembimbing dapat menyebabkan masalah dan menimbulkan stres bagi mahasiswa yang sedang dalam proses penyusunan skripsi dan dapat menyebabkan kegagalan penyusunan skripsi. Seperti kasus yang terjadi di Bantul, Yogyakarta. Sulitnya mencari dosen untuk keperluan penyusunan tugas akhir atau skripsi membuat seorang mahasiswa PTS di Yogyakarta memutuskan untuk bunuh diri. Menurut keterangan yang berhasil dikumpulkan, korban yang tercatat sebagai mahasiswa fakultas teknik elektro di sebuah PTS Yogyakarta ini sebelumnya mengaku beberapa pekan sebelumnya menyatakan putus asa setelah berulang kali gagal menemui salah satu dosen pembimbingnya.⁹ Hal tersebut dapat dikatakan bahwa mahasiswa tersebut kurang mendapatkan dukungan sosial dari dosennya. Dukungan sosial dari dosen berupa pemberian kesempatan untuk belajar, perhatian dari dosen, pemberian suasana yang kondusif untuk belajar, perilaku adil antara mahasiswa satu dengan mahasiswa yang lain.¹⁰

Selain masalah yang telah disebutkan di atas, berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data bahwa ada sebagian orangtua yang tidak

---

⁹Daru Waskita, *Stres Urus Skripsi, Mahasiswa Bunuh Diri*, 2008, (<http://news.okezone.com/read/2008/01/16/1/75585/stres-urus-skripsi-mahasiswa-bunuh-diri>) diakses tanggal 11 April 2012

¹⁰Harsono, *Dukungan Sosial, Motif Berprestasi, Manajemen Penyelenggaraan Program dan Prestasi Mahasiswa, Majalah Ilmiah Pawiyatan*, Vol: XVII No. 3, September 2008, p. 120

pernah menanyakan apa yang dirasakan mahasiswa saat bimbingan skripsi, tetapi selalu menuntut untuk segera menyelesaikannya, tentunya hal tersebut merupakan beban yang dirasakan oleh mahasiswa yang bersangkutan. Disini terlihat bahwa kurangnya dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua juga mengakibatkan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial adalah sebuah cara untuk menunjukkan kasih sayang, kepedulian, dan penghargaan untuk orang lain. Dukungan sosial didefinisikan sebagai suatu jaringan keluarga, teman, tetangga, dan anggota masyarakat yang bersedia memberikan bantuan secara psikologis, fisik dan finansial saat diperlukan.¹¹

Lazarus mengatakan bahwa tuntutan-tuntutan yang membebani atau melebihi sumber daya penyesuaian yang dimiliki seseorang akan menimbulkan stres.¹² Ketika seseorang menilai tuntutan dapat diatasi dengan sumber daya yang dimiliki maka tidak akan menjadi stres atau hanya akan mengalami stres ringan. Namun ketika penilaian tersebut menunjukkan ketidaksesuaian, maka seseorang merasa berhadapan dengan stres besar.¹³ Ketika seseorang mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan, maka seorang tersebut akan mengalami stres.

Stres dapat membawa dampak negatif bagi kesehatan, karena stres dapat menurunkan kekebalan tubuh individu. Individu yang mengalami stres

---

¹¹Ldya Rahardjo, Setiasih dan Idfi Setianingrum, *Jenis dan Sumber Dukungan Sosial pada Mahasiswa, Anima, Indonesian Psychological Journal*, Vol. 23 No. 3, 2008, p. 278

¹²R. S. Lazarus, S. Folkman, *Stress Appraisal and Coping*, (New York: Springer Publishing Company, 1984)

¹³Edward P. Sarafino, *Health Psychology*, (Danver:: John Willey & Sons, Inc., 2006), p. 65

umumnya akan mengalami penurunan kekebalan tubuh yang akan menyebabkan mudah terserang penyakit.¹⁴ Pada saat stres ada perubahan sistem fisik dalam tubuh individu yang mengakibatkan timbulnya suatu penyakit. Penyakit yang disebabkan oleh stres meliputi tekanan darah tinggi, penyakit jantung, kepala pusing, gatal-gatal, radang perut, bisul, asma dan kanker.

Selain dapat mengganggu kesehatan stres juga berdampak negatif pada pikiran seseorang. Hardjana menyatakan bahwa stres dapat menyebabkan gangguan pikiran, emosi, perilaku. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan fungsi pikiran, seperti kekacauan pikiran yang menyebabkan adanya kesulitan dalam konsentrasi dan kesulitan dalam mengingat. Gangguan emosi yang sering dialami oleh individu yang stres adalah ketidakstabilan emosi yang menyebabkan mudah marah. Adapun salah satu bentuk gangguan perilaku yang dialami oleh individu yang stres adalah adanya peningkatan perilaku agresif pada diri individu.¹⁵

Smet menyebutkan sejumlah variabel yang diidentifikasi berpengaruh pada stres, yaitu variabel dalam kondisi individu (umur, jenis kelamin, faktor-faktor genetik, pendidikan, status ekonomi, kondisi fisik), karakteristik kepribadian (*introvert-ekstrovert*, stabilitas emosi secara umum, *hardiness*, LOC), variabel sosial-kognitif (dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, kontrol pribadi yang dirasakan), hubungan dengan lingkungan sosial (dukungan sosial yang diterima, integrasi dalam jaringan sosial), dan strategi

---

¹⁴Agus M. Hardjana, *Stres Tanpa Distres*, (Jakarta: Salemba Medika, 1994), p. 43

¹⁵*Ibid.*, p. 39-42

penanggulangan (*coping*).¹⁶ Menurut Kring dkk, dari banyak faktor tersebut salah satu faktor yang secara signifikan dapat mengurangi efek negatif dari stres adalah dukungan sosial.¹⁷ Sebagaimana dikemukakan oleh Smet bahwa salah satu faktor yang dapat mengubah pengalaman stres adalah dengan mencari dukungan sosial.¹⁸

Dukungan sosial mempengaruhi kesehatan individu dengan memberi perlindungan dalam melawan efek negatif dari stres tingkat tinggi.¹⁹ Ketika mahasiswa mengalami stres, dukungan sosial yang diterima akan mengembangkan perlawanan yang berguna untuk menghadapi stres.

Sebuah hasil penelitian yang dilakukan oleh Eggens dkk. Menemukan bahwa ada hubungan antara jaringan personal dan dukungan sosial terhadap perilaku belajar dan harga diri pada anak. Jaringan personal dan dukungan sosial dapat berfungsi sebagai "jaring penyelamat" yang membantu pelajar dalam penanggulangan stres dan kesulitan-kesulitan selama masa belajar.²⁰

Hasil pengamatan awal pada mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta yang sedang menyusun skripsi menyatakan bahwa sebagian besar dari mereka mengalami stres pada saat proses penyusunan skripsi. Berdasarkan data awal sebanyak 34% mahasiswa melakukan penundaan dalam penyusunan skripsi.

---

¹⁶B. Smet, *Psikologi Kesehatan*, (Jakarta: PT. Grasindo, 1994), p. 130

¹⁷Gerald C. Davison, John M. Neale, Ann M. Kring, *Psikologi Abnormal*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2007), p. 281

¹⁸B. Smet, *loc. cit.*

¹⁹Edward P. Sarafino, *op. cit.*, p. 91

²⁰Lilian Eggens *et al.*, *The Influence of Personal Networks and Social Support on Study Attainment of Students in University*, *High Educ* 55:553–573, July 2007, p.563-564

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui seberapa erat hubungan dukungan sosial dengan stres dalam penyusunan skripsi pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta. Mahasiswa Fakultas Ekonomi Universitas Negeri Jakarta dipilih karena menurut pengamatan awal, mahasiswa tersebut memiliki tingkat stres yang cukup tinggi saat menyusun skripsi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan diatas, ditemukan bahwa penyebab terjadinya stres dalam penyusunan skripsi diantaranya:

1. Mengalami kesulitan dalam penyesuaian diri dari mahasiswa
2. Adanya hambatan yang ditemui dalam proses penyusunan skripsi
3. Kurangnya motivasi dari dalam diri mahasiswa
4. Kurangnya dukungan sosial yang diterima

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan berbagai permasalahan yang telah diuraikan di atas dapat dikemukakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan stres dalam penyusunan skripsi sangat beragam . Maka penelitian ini hanya dibatasi pada: "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta".

Stres diukur dengan menggunakan instrumen dalam bentuk kuisioner yang mencerminkan indikator dari stres yaitu gejala fisik dengan sub indikator jantung berdebar-debar, gemetar, sakit kepala, gangguan tidur dan gejala psikologis dengan sub indikator penurunan konsentrasi, mudah marah, cemas, gelisah, menunda pekerjaan, mudah menyalahkan orang lain.

Dukungan sosial diukur dengan menggunakan instrumen dalam bentuk kuisioner yang mencerminkan indikator, dukungan emosional dengan sub indikator empati dan perhatian dari orang lain; dukungan instrumental dengan sub indikator materi/uang dan peralatan; dukungan informasi dengan sub indikator pemberian nasehat, pengarahannya sugesti dan pemberian saran atau umpan balik; dukungan jaringan dengan sub indikator dukungan dari kelompok yang sama/teman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dipaparkan, permasalahan dalam penelitian dirumuskan sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan stress dalam menyusun skripsi pada mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta.

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan dari penelitian “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta adalah:

1) Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan diadakannya penelitian lanjutan guna memperkaya penelitian dalam bidang pendidikan khususnya mengenai hubungan antara dukungan sosial dengan stres dalam menyusun skripsi. Sehingga didapatkan cara yang tepat untuk mengurangi stress pada saat proses penyusunan skripsi.

2) Kegunaan Praktis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi praktis bagi pihak otoritas dan pelaku kebijakan institusional dalam mengatasi stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi khususnya di Universitas Negeri Jakarta
- b. Bagi mahasiswa diharapkan dapat mengurangi stres yang dialaminya dalam proses penyusunan skripsi sehingga efek negatif dari stres dapat dikurangi.