

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Mahasiswa merupakan sebutan bagi seseorang yang sedang menempuh perguruan tinggi. Masa perguruan tinggi dengan masa SMA sangatlah berbeda, saat duduk dibangku perguruan tinggi mahasiswa akan mengalami banyak perubahan terutama dalam hal tanggung jawab, pengambilan keputusan, interaksi sosial antarteman dari berbagai daerah, perubahan proses belajar dan perubahan lingkungan dari sekolah ke lingkungan kampus. Hal inilah yang membuat mahasiswa lebih dituntut untuk bersikap mandiri dalam mencapai prestasi akademik dan mampu mengambil keputusan sendiri untuk menentukan masa depannya.

Mahasiswa dalam program pendidikan S1, pada umumnya dapat menempuh waktu selama 3,5 tahun sampai dengan 4 tahun. Salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi S1 yaitu dengan membuat karya ilmiah (skripsi). Skripsi merupakan suatu wujud dari kemampuan calon ilmuwan sebagai bentuk persyaratan untuk bisa memperoleh gelar Sarjana (S1) (Rohmah, 2006). Pengambilan skripsi biasanya mulai dilakukan pada akhir semester yaitu berkisaran semester 7 dan semester 8, sesuai dengan persyaratan dari masing-masing fakultas.

Mahasiswa bisa memperoleh gelar sarjana S1 ketika sudah menyelesaikan tugas akhir kuliah yaitu membuat karya ilmiah atau skripsi. Seperti halnya yang berlaku di Universitas Islam Sultan Agung Semarang, mahasiswa dituntut untuk membuat karya ilmiah sebagai syarat memperoleh gelar sarjana S1. Karya ilmiah atau skripsi ini tidak dikerjakan secara berkelompok melainkan dikerjakan secara individual, sehingga mahasiswa dituntut harus bersikap lebih mandiri, dengan mengandalkan segala potensi, kecerdasan dan kemampuannya. Selain itu sebagai calon ilmuwan yang sedang menyusun karya ilmiah, mahasiswa juga harus memiliki kemampuan dalam hal berfikir, menulis, menganalisis masalah,

menarik kesimpulan yang kemudian dapat dituangkan hasilnya dalam sebuah karya ilmiah.

Penyusunan skripsi sebagai tugas akhir kuliah memang membutuhkan suatu keterampilan dan kemampuan lebih, yang terkadang membuat mahasiswa merasa terbebani dengan tugas tersebut. Beban tugas yang dialami mahasiswa dikarenakan banyaknya kendala yang dialami mahasiswa saat menyusun skripsi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti, mahasiswa cenderung mengalami hambatan dalam mengerjakan skripsi seperti judul permasalahan yang masih bingung, kurangnya referensi jurnal yang dibaca, kesusahan dalam mencari bahan atau referensi untuk skripsi, kurangnya komunikasi dengan dosen pembimbing, kurangnya keyakinan terhadap kemampuan dalam menyusun skripsi, desakan atau harapan orang tua untuk segera wisuda dan lain sebagainya. Banyaknya hambatan yang sering dialami mahasiswa saat menyusun skripsi akan memunculkan suatu tekanan sehingga bisa menimbulkan rasa stres pada mahasiswa. Hal ini juga didukung dari penelitian Rohmah (2006) yang mengatakan bahwa salah satu hal yang membuat mahasiswa mengalami stres yaitu saat menyelesaikan tugas akhir kuliah.

Pentingnya membuat karya ilmiah sebagai kewajiban mahasiswa menyelesaikan tugas akhir untuk bisa memperoleh gelar sarjana S1, terkadang membuat mahasiswa merasakan tekanan secara psikologis (Aziz & Rahardjo, 2013). Ketika seseorang mengalami suatu tekanan maka secara spontan tubuh akan merespon hal tersebut. Semakin banyak tekanan yang dialami maka semakin tinggi juga tingkat stres yang dialami individu. Banyaknya tekanan dan tuntutan yang dialami mahasiswa saat mengerjakan skripsi menjadikan mahasiswa tersebut mudah mengalami stres.

Penelitian yang dilakukan oleh Juliyanti & Yulia (2015) pada Mahasiswa S1 Keperawatan Stikes Ranah Minang menunjukkan bahwa terdapat 52 orang (65 %) dari 80 mahasiswa yang mengalami stres saat menyusun skripsi. Sedangkan hasil penelitian lain yang dilakukan Fadillah (2013) pada mahasiswa psikologi Universitas Mulawarman juga menunjukkan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa saat menyelesaikan tugas akhir kuliah yaitu tingkat stres yang tinggi,

hal ini disebabkan karena susahnya mencari literatur bahan skripsi, dosen pembimbing yang sulit ditemui, lingkungan yang kurang memadai dan perasaan lelah saat menyusun skripsi. Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa gangguan stres sangat rentan terjadi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Stres adalah suatu respon yang dihasilkan oleh tubuh manusia sebagai reaksi terhadap suatu tekanan dari luar yang dianggap mengancam atau berbahaya bagi dirinya (Legiran, Azis, & Bellinawati, 2015). Menurut Sudarya, Bagia, & Suwendra (2014) reaksi stres terdiri dari 3 yaitu perubahan fisiologis (metabolisme tubuh), perubahan psikologis (sikap) dan perubahan keperlakuan. Seperti halnya stres yang dialami mahasiswa, gejala fisiologis yang terjadi yaitu sakit kepala, susah tidur, bermasalah pada lambung (sakit mag), mudah sakit dan mudah kelelahan secara fisik. Sedangkan gejala psikologisnya yaitu cemas, gelisah, takut, mudah marah (sensitive), kebingungan, kebosanan, mumet, penat, kehilangan konsentrasi, kehilangan semangat, mudah menyerah dan mudah malas. Gejala perilaku yaitu selalu menunda-nunda mengerjakan skripsi, menunda-nunda bertemu dosen pembimbing, menghindari mengerjakan skripsi, susah tidur dan mengalami kebiasaan makan yang berubah.

Stres sebenarnya bisa bermanfaat bagi seseorang sebagai motivasi, namun bisa juga menjadi masalah yang akan mengganggu kehidupan seseorang. Robins (Dewi, 2009) menjelaskan Stres terdiri dari 2 yaitu stres yang berdampak positif (*eustres*) akan menjadi pendorong seseorang untuk bisa kearah yang lebih baik dan stres yang berdampak negatif (*distres*) akan bersifat mengancam bagi kehidupan seseorang. Negatif atau positifnya stres tergantung dari masing-masing individu merespon stres tersebut. Devi & Mohan (2015) mengatakan bahwa negatif dan positifnya stres tergantung pada kekuatan, keteguhan, penilaian tentang stres, kepribadian individu dan dukungan dari lingkungan sosial.

Positif dan negatif suatu stres juga dapat dilihat dari lamanya proses stres yang dialami individu. Hawari (Julianti & Yulia, 2015) mengatakan Stres yang berlangsung dalam jangka waktu yang singkat akan berdampak positif, namun jika stres itu berlangsung dalam jangka waktu yang panjang maka akan

berdampak negatif. Stres yang di alami mahasiswa berlangsung dalam waktu yang lama yaitu selama proses penyusunan skripsi ini berlangsung, sehingga bisa berdampak negatif bagi mahasiswa. Stres yang berdampak negatif bagi mahasiswa akan menurunkan semangat untuk mengerjakan skripsi sehingga yang terjadi adalah sering malas, capek, mudah lelah, sering menunda-nunda waktu atau bahkan menghindari mengerjakan skripsi, hingga proses pengerjaannya menjadi terhambat dan bahkan tidak ada penyelesaian.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 28 Februari subjek 1 dengan inisial AM mengatakan bahwa :

*“Saat mengerjakan skripsi ini kadang saya merasa stres, saya selalu merasa gelisah, cemas, tidak bisa tidur, bahkan tidurku pun tidak nyenyak. Sampai-sampai ketika tidur, Saya selalu terbawa mimpi tentang skripsi. Terkadang saya benci terhadap diri saya sendiri karena merasa tidak mampu mengerjakan skripsi ini, padahal hanya selembaran kertas saja. Saya takut kalau nanti orang tua dan orang terdekat saya kecewa karena saya belum bisa memenuhi seperti apa yang mereka harapkan. Orang tua saya mengharapkan saya selesai dalam waktu 3,5 tahun, bahkan ibu saya sudah menyiapkan baju buat hadir di wisudaku nanti. Padahal kenyataannya saya sudah menyerah buat wisuda bulan 4”.*

Wawancara dilakukan terhadap subjek 2 dengan inisial AR yang mengatakan bahwa:

*“Ada banyak hambatan yang saya alami dalam mengerjakan skripsi ini sehingga saya merasa mumet dengan semua referensi jurnal yang ada. Apa lagi saat menentukan judul permasalahan dalam penelitian susah sekali rasanya. Terkadang saya sudah menemukan permasalahan tetapi menentukan variabel lagi yang susah. Mana lagi dosen bimbingan yang selalu sibuk sehingga jarang bisa ditemui. Ditambah lagi keluarga yang selalu menanyakan kabar skripsi dan berharap agar saya bisa menyelesaikan studi S1 ini dalam waktu maksimal 4 tahun. Seperti ada tekanan yang saya rasakan, sehingga terkadang membuat saya merasa stres, pusing, mumet, penat, cemas hingga gelisah. Setiap malam saya selalu tidak bisa tidur, pikirkan skripsi yang belum kunjung selesai. Saya cemas jika tidak menyelesaikan kuliah tepat waktu seperti yang diharapkan keluarga saya. Kadang perasaan ini buatku malas untuk mengerjakan skripsi dan sering menunda-nunda waktu bimbingan. Terkadang saya ingin menyerah dan pasrah saja dengan keadaan, merasa otakku sudah lelah untuk berfikir”.*

Wawancara dilakukan terhadap subjek 3 dengan inisial MS yang mengatakan bahwa :

*“Kendala aku saat ngerjain skripsi mungkin susah buat cari materi sama jurnal buat bahan skripsi. Terus kadang aku tuh mood-mood tan banget, kadang aku malas ngerjain. Banyak rintangannya kadang capek, malas, pas lagi niat buat bikin malah sinyal dirumah nggak ada buat nyari materi. Ada sih desakan dari orang tua buat cepat lulus, bilangannya harus cepat selesain skripsi biar cepat sidang, lulus, cari kerja dan tidak terlalu lama biayain uang kuliah. Tapi kadang juga aku punya keinginan buat nyenengin mamaku, dengan cara aku lulus S1 ini, tapi apa yang aku inginin buat jalaninnya kok sulit rasanya. Saat ngerjain skripsi ini, kadang aku merasa takut, bingung, bosan, dan semacamnya. Aku takut kalau ntar nggak selesai skripsinya, kan malu ketinggalan jauh sama teman-teman. Kadang juga kalau besok mau bimbingan, tapi belum ngerjain skripsi aku suka merasa gelisah, pusing dan susah tidur”.*

Khan, Gluzar & Yahya (2013) menjelaskan ada 4 faktor stres yaitu keluarga, emosional, keuangan dan stres sosial, dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa anak harus hidup sesuai dengan aturan dan peraturan dari orang tua, dimana orang tua selalu menetapkan prinsip dalam keluarga sehingga kadang membuat anak menjadi stres. Prinsip dan aturan itu bisa berupa tuntutan orang tua terhadap prestasi anak termasuk dalam hal penyelesaian studi pendidikan di perguruan tinggi S1. Sebuah penelitian menemukan bahwa salah satu masalah yang sering terjadi pada mahasiswa ketika mengerjakan skripsi adalah tuntutan dari orang tua agar cepat menyelesaikan skripsi (Etika & Hasibuan, 2016). Tuntutan atau harapan dari orang tua akan menimbulkan suatu persepsi bagi mahasiswa.

Persepsi adalah suatu proses dimana seseorang menginterpretasikan kesan yang di tanggapinya oleh alat inderanya untuk memberikan makna bagi lingkungannya (Anggraini R. R., 2013). Persepsi akan diterima oleh seseorang melalui 5 alat indera yaitu penglihatan, pendengaran, pengecap, pembauan dan perabaan. Stimulus atau objek yang ditangkap seseorang melalui alat indera disebut sebagai sensori, yang kemudian dari syaraf sensori diteruskan ke otak dan proses berikutnya disebut persepsi (Walgito B. , 2004). Persepsi sangat dibutuhkan untuk kehidupan seseorang, karena dengan persepsi seseorang akan mudah untuk memahami terhadap apa yang ditangkap oleh alat inderanya.

Walgito (2004) mengatakan bahwa persepsi dipengaruhi oleh 3 faktor yaitu (1) objek atau stimulus yang dipersepsikan, (2) alat indera, syaraf sensori, syaraf pusat (otak) dan (3) perhatian atau pemusatan konsentrasi terhadap suatu stimulus. Tanpa adanya salah satu dari ketiga faktor ini maka tidak akan terjadi proses persepsi. Adapun aspek persepsi terdiri dari 2 yaitu kognisi yang berkaitan dengan memori, ingatan dan proses berfikir, dan aspek afeksi yaitu berhubungan dengan perasaan maupun emosi baik senang, sedih, takut, marah dan lain sebagainya (Nurtjahjanti, 2012).

Setiap hal yang dipersepsikan memiliki berbagai macam bentuk, hal ini karena stimulus disekitar lingkungan juga sangat beragam. Jika berbicara tentang objek persepsi disekitar manusia sangat banyak, bahkan manusia bisa menjadi objek persepsi. Objek persepsi dapat dibagi menjadi dua yaitu objek nonmanusia (*nonsocial perception*) dan objek manusia (*social perception*), adapun hal-hal yang menyangkut tentang objek manusia yaitu kemampuan, perasaan, harapan, sifat dan lain sebagainya (Walgito B. , 2004). Harapan menjadi salah satu objek atau stimulus yang bisa dipersepsikan oleh seseorang, salah satu contohnya yaitu persepsi tentang harapan orang tua.

Stimulus yang diberikan orang tua berupa harapan atau tuntutan untuk segera wisuda akan dinilai anak sebagai sumber motivasi atau sebagai tekanan, jika sebagai tekanan maka hal tersebut akan membuat anak menjadi stres. Hariyanto, Dewi & Aini (2014) mengemukakan bahwa harapan orang tua dapat mempengaruhi persepsi anak, masing-masing anak akan mempersepsikan hal tersebut secara berbeda-beda, ada yang mempersepsikan sebagai motivasi dan ada juga yang menganggapnya sebagai suatu tekanan.

Harapan atau tuntutan dari orang tua bisa dinilai anak sebagai suatu tekanan, ketika harapan itu terus di ucapkan berulang-ulang kali. Hal ini di dukung dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gintulangi & Prihastuti (2014) mengatakan bahwa harapan orang tua bisa menjadi motivasi bagi anak, namun ketika harapan itu diucapkan secara berulang-ulang kali maka akan menjadi suatu tekanan untuk anak dan membuat anak menjadi stres. Seperti yang dialami mahasiswa, dari hasil wawancara beberapa subjek mengatakan Salah satu

faktor yang memicu adanya stres yaitu harapan atau tuntutan dari keluarga, dimana orang tua sering menanyakan tentang skripsi dan meminta untuk menyelesaikan program studi S1 tepat pada waktunya. Hal inilah yang menyebabkan mahasiswa mempersepsikan sebagai suatu tekanan dengan adanya harapan-harapan orang tua yang sering diucapkan dan terkadang tidak memahami kesulitan yang dialami anak.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka penelitian ini berfokus pada hubungan antara persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi?

## **C. Tujuan**

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi.

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah referensi ilmiah khususnya di bidang psikologi pendidikan dan psikologi klinis.

### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi mahasiswa diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan sehubungan dengan tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.
- b. Bagi orang tua diharapkan agar tidak hanya menuntut sebuah harapan yang besar kepada anak akan tetapi seharusnya juga bisa memberikan motivasi yaitu berupa dukungan dengan cara memberikan nasehat,

arahan, perhatian, kasih sayang dan bantuan kepada anak ketika mengalami kesulitan.

- c. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan bisa menjadi referensi untuk bisa melakukan penelitian selanjutnya dengan cara menambah atau mengubah variabel lain yang mempengaruhi tingkat stres mahasiswa dalam menyusun skripsi.

### **E. Originalitas Penelitian**

Penelitian sebelumnya tentang stres mahasiswa dalam menyusun skripsi dilakukan oleh Wahyuningsi (2016) dengan judul “Hubungan Komunikasi Interpersonal Dan Strategi Coping Dengan Stres Pada Mahasiswa Psikologi Yang Sedang Menyusun Skripsi” disimpulkan bahwa ada hubungan antara komunikasi interpersonal dan strategi coping dengan stres pada mahasiswa psikologi yang sedang menyusun skripsi. Penelitian yang sama juga dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi Di Fakultas Kedokteran Program Studi Ilmu Keperawatan Unsrat Manado”, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan keluarga dengan tingkat stres pada mahasiswa dalam penyusunan skripsi (Paususeke, Bidjuni, & Lolong, 2015).

Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dipaparkan diatas, perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada variabel bebas dimana peneliti menghubungkan antara persepsi mahasiswa terhadap harapan orang tua dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi. selain itu perbedaan penelitian juga terletak pada populasi penelitian yaitu mahasiswa UNISSULA dan juga pada metode penelitian serta teori yang dipakai peneliti. Hal ini menunjukkan bahwa penelitian ini termasuk penelitian yang orisinal.