

BAB V PENUTUP

5.1. Kesimpulan

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan *perceived social support* dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Indonesia. Analisis utama menunjukkan hasil *perceived social support* memiliki hubungan positif yang signifikan dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Indonesia.

5.2. Diskusi

Ditemukan dalam penelitian yang dijalani bahwa *perceived social support* memiliki hubungan yang signifikan positif dengan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di Indonesia. Didukung dengan penemuan dalam studi Erdiaputri (2015), *perceived social support* memiliki hubungan yang signifikan positif dengan optimisme mahasiswa penerima Bidikmisi di Universitas Indonesia. Selain itu, juga sejalan dengan penelitian Miraj (2020) yang menghasilkan adanya hubungan yang signifikan positif antara dukungan sosial keluarga dengan optimisme pada mahasiswa yang menyusun tugas akhir perkuliahan di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry.

Mahasiswa skripsi yakin bahwa tujuan akan mudah dicapai ketika mendapatkan dukungan. Mahasiswa yang memiliki dukungan cenderung merasa bahwa ada harapan masa depan yang baik. Mahasiswa tersebut yakin bahwa tujuan akan lebih mudah dicapai ketika mendapatkan dukungan. Mahasiswa skripsi yang

memiliki dukungan akan berespon secara baik ketika menghadapi hambatan dalam menyusun skripsi. Respon yang positif terhadap hambatan-hambatan merupakan salah satu karakteristik dari individu yang memiliki optimisme. Hal itu selaras dengan konsep Carver et al., (2010) yang menyatakan bahwa individu yang optimis akan berusaha, yakin dan mampu mencapai tujuannya meskipun dihadapi oleh berbagai hambatan. (Carver et al., 2010). Sejalan dengan hasil yang diperoleh dalam penelitian Kurniawan et al., (2015), rintangan dan kesulitan yang dialami individu akan lebih mudah diatasi oleh individu yang optimis.

Optimisme yang tinggi diperoleh responden karena memiliki lebih dari 1 sumber dukungan yang terima mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Semakin meningkat sumber dukungan yang diterima oleh mahasiswa tersebut, maka akan optimisme yang dimilikinya juga akan semakin tinggi. Hasil yang peroleh ini didukung oleh penelitian Kurniawan, Priyatama dan Karyanta (2015), di mana ditemukan bahwa optimisme dapat ditingkatkan dengan mendapatkan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Pada penelitian ini dapat dilihat dari gambaran responden berdasarkan dukungan yang diterima. Pada tabel tersebut keluarga, teman, dan *significant other* memiliki jumlah paling banyak dipilih oleh responden. Sumber *significant other* yang paling banyak dimiliki adalah dosen. Dosen memang memiliki peran yang cukup penting pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi. Dukungan dosen untuk mahasiswa skripsi bermacam-macam seperti memberi saran dan motivasi untuk mahasiswa agar mahasiswa dapat lebih terarah. Hal itu selaras dengan penelitian Julita (2015) yang menyatakan bahwa dosen dapat memberi dukungan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi seperti melakukan proses bimbingan.

Karakteristik sebagian besar responden merupakan mahasiswa yang berada di perkuliahan semester 8, di mana pada umumnya mahasiswa mengambil mata kuliah skripsi baru pada saat semester 7 sampai 8, dan hal ini dapat menjelaskan hasil optimisme dan *perceived social support* yang tinggi dalam penelitian ini. Penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar responden yang sedang mengambil skripsi selama 4 sampai 6 bulan cenderung memiliki *perceived social support* dan optimisme yang tinggi dibandingkan responden yang masih awal 1 sampai 3 bulan atau 10 bulan ke atas. Hal itu dikarenakan mahasiswa yang awal

menyusun yaitu 1 sampai 3 bulan masih melakukan penyesuaian diri. Sedangkan yang 4 sampai 6 bulan mahasiswa cenderung sudah bisa beradaptasi atau menyesuaikan diri, sehingga lebih bersemangat dan mampu mengeluarkan upaya untuk mengatasi hambatan-hambatan yang ada. Hal itu selaras dengan penelitian Nalle et al., (2021) menyatakan bahwa mahasiswa dengan penyesuaian diri yang baik dapat mengatasi berbagai hambatan yang dihadapi selama menyusun skripsi. Penelitian lain dari Ningrum (2011) juga menyatakan bahwa mahasiswa yang mengambil skripsi lebih dari satu semester atau lebih dari 6 bulan cenderung memiliki cara pandang yang negatif dan menjadi enggan untuk mengambil tindakan agar hambatan skripsi dapat teratasi.

Ditemukan juga bahwa sebagian besar mahasiswa yang sudah menyusun skripsi lebih dari 6 bulan atau lebih dari satu semester memiliki tingkat optimisme yang rendah, di mana mereka merasa bahwa tidak ada banyak orang yang memberikannya dukungan selama menghadapi hambatan-hambatan skripsi (Ningrum, 2011). Ketersediaan merupakan salah satu faktor *perceived social support*, di mana semakin banyak ketersediaan dukungan dari individu lain, maka semakin banyak juga dukungan sosial yang diberikan kepada individunya (Zimet et al., 1988). Hal ini berarti mahasiswa yang mengambil skripsi lebih dari satu semester merasa bahwa mereka kurang mendapatkan dukungan dari individu-individu di lingkungan sekitarnya karena ketersediaan dukungan mereka juga semakin berkurang saat waktu untuk penyusunan skripsi semakin lama.

Semakin banyak semester yang diambil oleh seorang mahasiswa untuk mengerjakan skripsi, maka semakin banyak teman dan *peers* yang lulus dari perguruan tinggi terlebih dahulu, sehingga semakin berkurang ketersediaan dukungannya. Selain teman dan *peers*, *perceived social support* individu cenderung akan semakin berkurang saat waktu yang dibutuhkan untuk mengerjakan skripsi semakin lama. Salah satu mahasiswa yang sedang mengambil skripsi dalam penelitian Wicaksono (2019) menyatakan bahwa orang tua memberi peringatan bahwa kuliah mereka tidak akan dibiayai lagi apabila pada semester tersebut skripsinya belum terselesaikan. Hal ini sejalan dengan yang ditemukan dalam penelitian ini, di mana sebagian besar responden menyatakan bahwa dukungan dari individu lain membantu mereka menghadapi hambatan-hambatan skripsi.

Penelitian ini menunjukkan bahwa motivasi, *time management*, regulasi diri dan cara *coping* mahasiswa cukup berkaitan dengan variabel *perceived social support* dan optimisme. Berdasarkan hasil wawancara dan pengambilan data kuesioner menunjukkan bahwa motivasi dapat menjadi hambatan ketika mahasiswa tersebut tidak memiliki dorongan untuk menyelesaikan skripsi. Disisi lain, motivasi dapat menjadi dukungan ketika mahasiswa memiliki dorongan untuk menyelesaikan skripsi. Melalui jawaban yang diperoleh dari para responden, beberapa hal yang menjadi motivasi untuk menyelesaikan skripsi antara lain adalah keinginan untuk segera lulus dari perguruan tinggi, ingin membanggakan orang tua, dan ingin cepat bekerja agar memperoleh penghasilan di dalam penelitian ini.

Kemampuan untuk mengatur waktu merupakan hal yang cukup penting bagi mahasiswa skripsi. Waktu menjadi salah satu hambatan bagi mahasiswa dalam menyusun skripsi. Berdasarkan jawaban responden, mahasiswa merasakan hambatan waktu seperti sulit mengatur waktu antara menyusun skripsi dengan kerja, dan waktu antara menyusun skripsi dengan mata kuliah yang masih ada. Adanya hambatan waktu yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir diperlukan *time management* yang baik. Studi Mulyani (2013) juga membahas mengenai keberhasilan dan kegagalan mahasiswa saat menyusun skripsi, serta bagaimana manajemen waktu menjadi salah satu pengaruhnya.

Penelitian ini menemukan bahwa regulasi diri dalam belajar atau *self-regulation learning* cukup berkaitan dengan mahasiswa skripsi. Mahasiswa dengan regulasi diri yang baik cenderung dapat mengatasi hambatan yang dialaminya. Hal itu selaras dengan penelitian Woolfolk (dalam Kusaeri & Mulhamah, 2016) mahasiswa yang memiliki *self-regulation learning* baik akan mengetahui dan memahami gaya belajar yang cocok untuknya, mengetahui bagian mana yang mudah dan sulit, mengetahui cara mengatasi kesulitan belajar yang dihadapinya, apa kelemahan dan kelebihan yang dimilikinya, serta mengetahui minat dan bakatnya.

Coping merupakan salah satu upaya individu untuk mengurangi atau mengatasi permasalahan. Mahasiswa dengan strategi *coping* yang baik cenderung dapat mengatasi hambatan yang dihadapi saat skripsi. Berdasarkan jawaban dari

responden terdapat beberapa cara *coping* yang biasa dilakukan oleh mahasiswa skripsi seperti *refreshing*, mendengarkan lagu, *me time*, dan menonton film.

5.3. Saran

5.3.1. Saran Metodologis

Penelitian ini memiliki beberapa saran metodologis yaitu:

- a. Penelitian ini menemukan responden memiliki optimisme yang tinggi, namun dalam penelitian ini belum dilihat apakah faktor *coping*, kesehatan fisik, status sosial-ekonomi, dan budaya dari mahasiswa skripsi memiliki pengaruh yang signifikan atau tidak. Maka dari itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk menambahkan data kontrol dengan melihat apakah responden memiliki cara *coping* tertentu atau tidak, sehat secara fisik atau tidak, serta memiliki ekonomi yang tercukupi atau tidak.
- b. Peneliti menemukan bahwa dukungan sosial dan motivasi menjadi faktor yang cukup berkontribusi membuat tinggi atau rendahnya optimisme. Maka dari itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk variabel *perceived social support* dan optimisme dilihat pengaruhnya terhadap optimisme.
- c. Penelitian ini menemukan bahwa *time management*, regulasi diri dan *coping* merupakan faktor-faktor yang mempengaruhi optimisme. Akan tetapi, pada penelitian ini baru dapat dilihat secara deskriptif. Belum dapat terlihat jelas seberapa besar faktor *time management*, regulasi diri, dan *coping* mempengaruhi optimisme. Maka dari itu, akan lebih baik bagi penelitian selanjutnya untuk melihat seberapa besar pengaruh *time management*, regulasi diri dan *coping* terhadap optimisme.

5.3.2. Saran Praktis

Penelitian ini memiliki beberapa saran praktis yaitu:

- a. Saran yang dapat diberikan kepada mahasiswa skripsi berdasarkan hasil yang diperoleh adalah untuk mencari dukungan dari orang-orang yang dianggap dekat untuk meningkatkan optimisme.
- b. Keluarga juga disarankan untuk dapat memberi dukungan pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi berupa motivasi.
- c. Saran praktis untuk teman yaitu dapat memberi dukungan kepada mahasiswa skripsi seperti memberi masukan, mengerjakan skripsi bersama, berdiskusi untuk meningkatkan rasa optimisme
- d. Saran untuk *significant other* seperti dosen, pacar dan senior dapat memberi dukungan kepada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi seperti berdiskusi, memberi arahan, motivasi untuk meningkatkan rasa optimisme