

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Tanggung jawab utama bagi mahasiswa sebagai syarat kelulusan mencapai gelar Sarjana (S1) adalah menyusun skripsi. Skripsi merupakan sebuah karya ilmiah dalam bentuk hasil penelitian yang dibuat berdasarkan ketentuan metode penelitian yang sistematis. Menyusun skripsi pada sebagian mahasiswa dianggap sebagai tugas akhir yang menakutkan dan sangat sulit untuk dikerjakan (Miraj, 2020). Proses dalam menyusun skripsi tidaklah mudah, mahasiswa sering kali dihadapi oleh berbagai kendala atau hambatan. Siang (sebagaimana dikutip dalam Julita, 2015) menuliskan mengenai adanya dua faktor penghambat mahasiswa dalam menyusun tugas akhir perkuliahan yaitu internal dan eksternal. Faktor dari dalam diri seperti kurangnya motivasi, minat atau kemampuan akademik yang rendah disebut sebagai faktor internal. Sedangkan faktor eksternal berasal dari luar seperti sulit menemukan ide, refensi, literatur, data penelitian serta sulit bertemu dengan dosen pembimbing untuk melakukan konsultasi skripsi.

Penelitian-penelitian tentang hambatan mahasiswa skripsi telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Menurut penelitian Darmono dan Hasan (sebagaimana dikutip dalam Rizkika, 2017) hambatan mahasiswa dalam proses menyusun skripsi yaitu kesulitan dalam menulis karya ilmiah, kesulitan mendapatkan buku yang dibutuhkan, tidak bisa memajemen waktu dengan baik, dan kesulitan bertemu dengan dosen pembimbing. Hasil wawancara yang dilakukan oleh Prodjo (2020) kepada empat mahasiswa menyatakan beberapa hambatan yang dihadapi mahasiswa saat sedang menyusun skripsi seperti masalah biaya, sulit mencari data penelitian, literatur, hingga sulit melakukan bimbingan dengan dosen. Penelitian Yabu et al., (2013) menemukan bahwa tingkat kesulitan mahasiswa skripsi relatif tinggi.

Peneliti mewawancarai tiga orang subjek mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk menggali lebih dalam fenomena yang dialami oleh subjek. Berdasarkan hasil wawancara, peneliti menemukan beberapa hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa dalam proses menyusun skripsi. Subjek 1 menyatakan bahwa hambatan utama dalam menyusun skripsi yaitu padatnya jadwal organisasi. Selain itu, kesulitan mencari referensi jurnal penelitian juga menjadi hambatan bagi dirinya. Situasi Pandemi Covid-19 yang membuat semua kegiatan akademik dilakukan secara *online* membuat subjek 1 sulit untuk bertemu langsung dengan dosen dan pembimbing seringkali memberi respon yang lambat. Lalu subjek 2 mengatakan bahwa hambatan utama yang dialaminya adalah ajakan teman untuk bermain. Selain itu, ada juga hambatan lainnya seperti masalah keluarga sehingga membuat subjek melakukan prokrastinasi. Kemudian subjek 3 mengatakan bahwa hambatan utama yang dialaminya adalah proses mencari dan mengumpulkan data skripsi. Selain itu, kesulitan mencari referensi, literatur, serta adanya *mood* buruk juga menjadi hambatan baginya karena membuat tidak semangat dan fokus dalam mengerjakan skripsi.

Hambatan-hambatan yang dirasakan mahasiswa dalam menyusun skripsi memberi banyak dampak. Peneliti menemukan dalam hasil wawancara terhadap tiga subjek adanya beberapa dampak dari hambatan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi. Dampak yang dirasakan oleh subjek 1 yaitu stres, ketakutan, panik, *overthinking*, dan kurang tidur. Sedangkan dampak yang dialami subjek 2 adalah malas dan melakukan prokrastinasi. Kemudian subjek 3 merasakan dampak menjadi tidak teraturnya pola hidup sehat seperti jadwal makan dan tidur yang tidak teratur. Selain itu, subjek 3 juga merasakan dampak seperti stres, mudah marah dan ingin menyendiri. Dapat disimpulkan dari hasil wawancara yang diperoleh bahwa hambatan menyusun skripsi dapat memberikan dampak psikologis, emosional, dan tingkah laku kepada 3 subjek diatas.

Penelitian-penelitian tentang hambatan dan dampak penyusunan skripsi terhadap mahasiswa telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Dampak adanya hambatan skripsi menyebabkan mahasiswa mengalami stres, rendah diri, frustrasi bahkan ada mahasiswa yang memutuskan tidak melanjutkan skripsinya (Mutadin sebagaimana dikutip dalam Rizkika, 2017). Penelitian lain menemukan bahwa

dampak psikologis yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun skripsi yaitu cemas untuk berkomunikasi, ketakutan, jenuh, gelisah, sulit dan kurang tidur serta stres (Permatasari et al., 2020). Stres yang dialami oleh mahasiswa menyusun skripsi pada penelitian ini termasuk pada kategori stres tingkat tinggi. Stres yang dirasakan oleh mahasiswa skripsi ini juga sejalan dengan penelitian Fadillah (2013) yang menjelaskan bahwa hambatan seperti sulit mencari literatur, sulit bertemu dosen pembimbing, lingkungan sekitar tidak mendukung serta kelelahan saat menyusun skripsi menyebabkan mahasiswa skripsi berada pada kategori stres tingkat tinggi. Selain itu, Bramastia (2020) menemukan bahwa skripsi dapat mengakibatkan stres berat, depresi, dan perfeksionisme. Maka dari itu, dikatakan bahwa proses menyusun skripsi sangat memberi dampak yang serius kepada mahasiswa tingkat akhir.

Hambatan menyusun skripsi telah memberikan banyak dampak negatif kepada mahasiswa. Meskipun begitu, apabila mahasiswa memiliki strategi tertentu untuk mengatasi hal tersebut maka permasalahan yang dihadapi dapat terselesaikan dengan baik. Ada banyak faktor yang dapat membantu mahasiswa mengatasi permasalahan tersebut yaitu motivasi, kemampuan mahasiswa dalam menulis karya ilmiah, kualitas bimbingan skripsi, jumlah ketersediaan sumber belajar, serta lingkungan sekitar seperti teman dan dosen pembimbing (Hartato, 2016). Selain itu, Umboh et al., (2020) menyatakan bahwa faktor optimisme mahasiswa juga merupakan hal yang penting dalam kesuksesan belajar terutama saat sedang menyusun skripsi.

Peneliti mewawancarai tiga orang subjek mahasiswa yang sedang menyusun skripsi untuk menggali lebih dalam fenomena yang dialami oleh subjek.. Hasil wawancara peneliti yang telah dilakukan kepada tiga mahasiswa menemukan bahwa optimisme mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sebagai berikut. Subjek 1 mengatakan bahwa dirinya masih kurang optimis dalam mengerjakan skripsi. Subjek 1 mengatakan bahwa harapannya seringkali tidak sesuai dengan keyakinan dan perilakunya dalam mengerjakan skripsi. Banyaknya kekurangan pada hasil tulisan membuat dirinya kurang yakin. Kemudian subjek 2 mengatakan bahwa sering kali tidak yakin dengan dirinya sendiri dalam mengerjakan skripsi terutama dalam mengumpulkan *deadline* skripsi tepat waktu. Lalu subjek 3

mengatakan bahwa memiliki harapan yang baik dalam menyelesaikan skripsi. Akan tetapi, tindakan dan perilakunya yang malas dalam mengerjakan skripsi bellawanan dengan tujuan. Hal itu yang membuat dirinya tidak yakin apakah skripsi dapat selesai sesuai yang telah diharapkan. Dari hasil wawancara menunjukkan bahwa ketiga subjek tidak memiliki keyakinan yang baik terhadap dirinya sehingga kurang memiliki optimisme. Selain itu, ketiga subjek juga berlawanan dengan konsep optimisme yang menyatakan bahwa individu yang optimis akan cenderung bertindak sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai dan menghindari tindakan yang dapat menghambat untuk mencapai tujuan tersebut (Carver et al., 2010).

Penelitian tentang optimisme dan mahasiswa skripsi telah dilakukan oleh beberapa peneliti. Hasil penelitian Ningrum (2011) pada mahasiswa yang menyusun skripsi menemukan bahwa jumlah mahasiswa yang tingkat optimismenya rendah lebih banyak dibandingkan mahasiswa yang memiliki tingkat optimisme tinggi saat skripsi. Selain itu, penelitian Hartato (2016) menyatakan mahasiswa tingkat akhir memiliki optimisme yang lebih rendah daripada mahasiswa di semester awal.

Mahasiswa yang memiliki optimisme dalam menyusun skripsi akan berusaha untuk menghadapi hambatan atau kesulitan yang ada. Hal itu didukung oleh penelitian dari Anhar (2017) yang mengatakan bahwa optimisme sangat penting dimiliki pada mahasiswa saat menyusun skripsi untuk menghadapi berbagai kesulitan yang dirasakan. Optimisme merupakan konsep psikologi positif yang berlawanan dengan ketidakberdayaan atau pesimis (Seligman, 2006). Optimisme yang dimiliki oleh individu cenderung mempunyai harapan positif pada masa depan. Sebaliknya, individu yang pesimis akan memandang negatif masa depannya dengan membebani diri dan menyalahkan diri ketika mengalami kegagalan. Individu yang optimis dapat berespon secara baik ketika menghadapi hambatan-hambatan yang ada dalam hidupnya. Hal itu diperkuat dengan penelitian Kurniawan et al., (2015) yang menyatakan jika individu optimis, maka mengatasi hambatan yang muncul dalam hidupnya akan lebih mudah.

Penelitian Kurniawan et al., (2015) menyatakan faktor yang mempengaruhi optimisme salah satunya adalah lingkungan di mana adanya hubungan interaksi manusia yang membuat individu saling membutuhkan antara satu sama lain.

Beberapa mahasiswa menyatakan bahwa *networking* membantu proses pengumpulan data penelitian. Selain itu, semangat dan *feedback* yang diberikan dosen kepada mahasiswa juga membantu dalam memecahkan masalah (Prodjo, 2020). Hal tersebut membuktikan bahwa dukungan dari teman dan dosen pembimbing membantu mahasiswa dalam menyusun skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Ushfuriyah (2015) menemukan bahwa mahasiswa skripsi cenderung kurang mendapatkan perhatian, motivasi dan dukungan dari lingkungan sekitar. Hal tersebut memberi dampak kepada mahasiswa seperti tidak ingin melanjutkan atau menyelesaikan skripsinya. Dari hasil wawancara peneliti dan riset Ushfuriyah (2015) dapat dikatakan bahwa dukungan sosial cukup berperan untuk para mahasiswa tingkat akhir yang sedang melakukan proses penyusunan skripsi. Dukungan sosial menjadi salah satu hal penting bagi individu terlebih lagi ketika sedang mengalami suatu tekanan atau masalah.

Hasil wawancara peneliti yang telah dilakukan kepada tiga mahasiswa skripsi menyatakan bahwa dukungan sosial dapat menambah optimisme. Subjek 1 menyatakan bahwa teman, sahabat dan keluarga memberi dukungan berupa motivasi dan nasihat. Keluarga yang selalu melihat subjek setiap malam mengerjakan skripsi di depan laptop seringkali mendukungnya seperti memberi makan dan membeli sesuatu untuk subjek. Setelah mendapat dukungan, subjek 1 merasa dapat melawan rasa malas dan lelah setelah berorganisasi, merasa senang, dipedulikan, dan lebih bersemangat dalam mengerjakan skripsi. Selain itu, adanya dukungan membuat subjek merasa bahwa seluruh masalah dan hambatan yang dialaminya dapat teratasi dengan baik. Hal itu menyebabkan tingkat optimismenya dalam mengerjakan skripsi meningkat. Kemudian subjek 2 mengatakan bahwa mendapat dukungan dari keluarga, teman dan pacar. Pacar merupakan peran utama yang memberinya dukungan dalam menyusun skripsi. Dampak dari adanya dukungan tersebut, subjek 2 menjadi lebih bersemangat dalam menyusun skripsi. Subjek 2 menyatakan bahwa optimisme dalam mengerjakan skripsi meningkat setelah mendapat dukungan dari lingkungan sekitar terutama pasangan yang selalu bersedia membantunya dalam mengerjakan skripsi. Lalu, subjek 3 menyatakan bahwa dukungan utama yang paling berpengaruh baginya adalah keluarga. Keluarga selalu mendukungnya dengan memberi hal-hal yang dibutuhkan seperti

makanan dan kenyamanan. Selain itu, teman dan pasangan juga mendukung dengan memberi semangat dan menghibur subjek ketika *mood* sedang buruk. Dampak dari adanya dukungan yang diterima membuat subjek 3 menjadi lebih termotivasi, bersemangat, dan fokus dalam menyusun skripsi. Subjek 3 menyatakan bahwa optimisme dalam menyusun skripsi meningkat karena adanya dukungan dari keluarga, pasangan, dan teman. Subjek 3 menjadi lebih bersemangat dan memiliki target penyelesaian skripsi.

Hasil wawancara di atas juga diperkuat oleh penelitian dari Kurniawan et al., (2015) menyatakan bahwa optimisme dapat ditingkatkan dengan kehadiran dukungan sosial yang diberikan individu lain di lingkungannya seperti meminta pertolongan atau nasehat. Dukungan sosial dapat berupa nasihat, memberi arahan, penerimaan, serta motivasi dari orang sekitar yang dapat membantu individu menjadi lebih optimis dalam menjalani kehidupannya (Milala, 2017). Pada penelitian ini lebih berfokus pada dukungan sosial bentuk *perceived social support* dikarenakan lebih cenderung membantu individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Taylor et al dalam Anindita (2015) yang menyatakan bahwa *perceived social support* lebih bermanfaat untuk individu dibandingkan dengan *received social support*. Selain itu, *perceived social support* cenderung membantu individu dalam menghadapi suatu tekanan seperti tekanan untuk menyelesaikan skripsi. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Srivastava dan Angelo sebagaimana dikutip dalam Erdiaputri (2015) yang menemukan bahwa *perceived social support* dapat mengurangi suatu tekanan bagi individu.

Terdapat sejumlah penelitian terkait dukungan sosial dan optimisme yang saat ini sudah beberapa kali dilakukan. Salah satunya penelitian Simanjuntak (2011) yang dilakukan pada subjek HIV/AIDS menyatakan adanya hubungan positif terkait dukungan sosial dengan optimisme. Lalu, penelitian sebelumnya juga menemukan bahwa dukungan sosial dan optimisme mempunyai hubungan yang positif signifikan pada masa depan remaja di panti asuhan (Khasanah et al, 2020). Penelitian lain dengan subjek dari Universitas Indonesia yang merupakan mahasiswa bidikmisi menyatakan terdapat hubungan positif antara optimisme dan *perceived social support* yang signifikan (Erdiaputri, 2015). Selain itu, studi Milala

(2017) terhadap warga binaan perempuan di Lembaga Perasyarakatan Tanjung Gusta Medan menemukan tidak terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dengan optimisme. Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan, peneliti belum menemukan adanya penelitian terkait hubungan antara optimisme dengan *perceived social support* pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi.

Peneliti menemukan adanya penelitian yang mencakup dukungan sosial dan optimisme pada mahasiswa menyusun skripsi seperti penelitian yang dilakukan oleh Miraj (2020) berjudul “Hubungan antara dukungan sosial keluarga terhadap optimisme pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry” dan penelitian Rizkika (2017) berjudul “Pengaruh dukungan sosial sahabat terhadap optimisme pada mahasiswa tingkat akhir”. Dari penelitian yang sudah dilakukan, diketahui bahwa penelitian tersebut hanya menggunakan satu dimensi saja. Penelitian Miraj (2020) menggunakan dimensi keluarga sedangkan penelitian Rizkika (2017) menggunakan dimensi sahabat. Hal itu menunjukkan bahwa belum ada penelitian yang menggunakan tiga dimensi *perceived social support* sekaligus, yaitu dukungan yang diberikan kepada individu dari keluarga, teman atau kerabat dekat, beserta dengan *significant others*. Peneliti ingin melakukan penelitian mengenai hubungan dukungan sosial bentuk *perceived social support* dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam melakukan penyusunan skripsi.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat hubungan antara *perceived social support* dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi?”

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *perceived social support* dan optimisme pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi beberapa manfaat teoritis yaitu

1. Memperkaya riset terkait dukungan sosial dan optimisme.
2. Dapat memberikan pengetahuan dan pengembangan ilmu dalam ranah Psikologi Positif, Psikologi Pendidikan dan Psikologi Sosial
3. Memberi referensi dalam penelitian selanjutnya mengenai dukungan sosial dan optimisme.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi beberapa manfaat praktis yaitu

1. Mahasiswa
Diharapkan meningkatkan kesadaran mahasiswa akan pentingnya memiliki dukungan sosial dan menumbuhkan rasa optimisme saat sedang menyusun skripsi.

2. Dosen Pembimbing Akademik

Dapat memberi masukan kepada dosen pembimbing akademik dalam memberi dukungan, motivasi, serta arahan kepada mahasiswa yang sedang skripsi untuk meningkatkan rasa optimisme.

3. Keluarga, Teman, dan Pacar

Dapat memberi dukungan atau *support* kepada mahasiswa skripsi untuk meningkatkan rasa optimisme.



