

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Seorang mahasiswa dapat menyelesaikan jenjang pendidikan Sarjana Strata 1 (S1) minimal ditempuh dalam waktu 8 (delapan) semester dan maksimal 14 (empat belas) semester. Mahasiswa dapat dinyatakan lulus dan mendapat ijazah apabila telah memenuhi syarat yang salah satunya adalah menyusun dan lulus ujian skripsi (Tim Penyusun Panduan dan Informasi Akademik UIN SUSKA Riau, 2012).

Skripsi adalah kegiatan karya ilmiah yang ditulis melalui perencanaan, pelaksanaan dan hasil penelitian oleh mahasiswa jenjang program sarjana muda atau sarjana (Soemanto, 2005). Menurut Setiadi (1998), skripsi adalah persyaratan yang harus dapat dipertanggungjawabkan berdasarkan kaidah keilmuannya. Pernyataan yang diajukan dalam skripsi berupa kesimpulan-kesimpulan yang dihasilkan dari proses penalaran dengan memanfaatkan teori-teori sebagai dasar penelitian, dasar lapangan, dan kaitan teori dengan hasil penelitian.

Proses penyusunan skripsi yang dilakukan mahasiswa seringkali disertai masalah-masalah baik ringan atau berat sehingga dapat dianggap sebagai hambatan oleh mahasiswa tersebut. Masalah-masalah umum yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah tidak mempunyai kemampuan dalam menulis karya ilmiah yang baik, kemampuan akademis yang kurang memadai, dan kurang adanya ketertarikan mahasiswa pada penelitian (Slamet, 2003). Kegagalan dalam penyusunan skripsi oleh mahasiswa juga disebabkan adanya

kesulitan pencarian judul skripsi, pencarian literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, serta adanya kecemasan dalam berinteraksi dengan dosen pembimbing (Riewanto, 2003).

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi juga mengalami hambatan yang bersifat non akademik, seperti kurangnya sarana dan prasarana yang meliputi dana yang terbatas, tidak memiliki printer atau keterbatasan jaringan internet untuk mengakses sumber-sumber referensi yang bersifat *online*. Selain itu permasalahan pribadi dan masalah keluarga yang dialami dapat juga menghambat proses pengerjaan skripsi. Hambatan-hambatan yang dialami mahasiswa tersebut jika tidak dapat diselesaikan dengan segera maka proses penyusunan akan terganggu sehingga skripsi tidak dapat selesai tepat waktu dan berdampak negatif pada diri mahasiswa tersebut.

Dari hasil wawancara informal yang dilakukan pada tanggal 10 sampai 18 September 2012 yang melibatkan sembilan orang mahasiswa Psikologi UIN Suska Riau yang sedang menyusun skripsi, ada beberapa hambatan proses penyusunan skripsi. Hambatan itu berupa kesulitan mendapatkan referensi (DI, GA, IR, MD, YP), kesulitan menemui dosen pembimbing (DI, GA, MD, MJ, YW), kurangnya komunikasi dengan dosen pembimbing, penundaan bimbingan bahkan penolakan waktu bimbingan dengan alasan kesibukan, kelelahan, dan penundaan waktu bimbingan padahal sudah membuat janji sebelumnya (JS), kurangnya perhatian dari dosen pembimbing (YP), ketidakmampuan atau kurangnya pengetahuan dalam penulisan karya ilmiah (DI, IS), revisi skripsi terlalu lama diperiksa oleh dosen pembimbing skripsi (GA, MJ), penundaan

penyusunan skripsi (DI, GA, IR, IS, MD, YP), kurangnya sarana dan prasarana seperti mahasiswa tidak memiliki printer, modem untuk mencari referensi di internet dan dana yang terbatas (IR), bermalasan (GA, IR, IS), motivasi yang tidak stabil (IR, IS, YP), dan kurangnya perhatian dari orang tua (IS).

Hambatan proses penyusunan skripsi pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi tersebut dapat dikelompokkan menjadi dua kategori, yaitu hambatan dari dalam dan luar diri individu. Hambatan dari dalam diri mahasiswa yaitu bermalasan dalam mengerjakan skripsi, melakukan penundaan penyusunan skripsi, motivasi yang tidak stabil, persepsi negatif terhadap dosen pembimbing skripsi, dan ketidakmampuan atau kurangnya pengetahuan dalam penulisan karya ilmiah.

Hambatan yang berasal dari luar diri mahasiswa adalah kurangnya dukungan sosial baik dari keluarga maupun dosen pembimbing skripsi. Kesulitan untuk memperoleh referensi dan sarana-prasarana pembuatan skripsi seperti ketersediaan buku, jurnal penelitian, serta kelancaran koneksi internet yang memadai. Selain itu, adanya tuntutan pekerjaan dan kesulitan membagi waktu antara kuliah dan bekerja bagi yang sudah bekerja atau masalah-masalah yang muncul dari keluarga seperti hubungan yang kurang baik dengan orangtua dan saudara serta tidak harmonisnya hubungan dengan pacar, suami atau istri bagi yang sudah menikah. Di dalam penelitian Fibrianti (2009), menyebutkan bahwa hambatan-hambatan muncul dapat menimbulkan beban pada diri mahasiswa, sehingga apabila beban itu dirasakan terlalu berat maka dapat menimbulkan stres.

Hasil penelitian *preliminary* juga menunjukkan empat dari sembilan responden menyebutkan adanya gejala fisik yang memungkinkan munculnya stres seperti sakit kepala, pusing, kecemasan, marah, frustrasi, dan rasa kesal (IR, JS, YP, YW). Stres merupakan fenomena psikofisik yang bersifat manusiawi dan bersifat inheren atau melekat dalam diri setiap orang dalam menjalani kehidupannya sehari-hari. Stres dapat dialami oleh setiap orang dengan tidak mengenal jenis kelamin, usia, kedudukan, jabatan atau status sosial ekonomi. Stres dapat dialami oleh seorang bayi, anak-anak, remaja, dewasa, lansia, pejabat atau warga masyarakat biasa, pengusaha atau karyawan, orang tua atau anak, guru maupun siswa, pria atau wanita (Yusuf, 2004).

Stres adalah keadaan yang dihasilkan oleh perubahan lingkungan yang diterima sebagai suatu hal yang menantang, mengancam atau merusak keseimbangan kehidupan seseorang. Seringkali stres didefinisikan dengan hanya melihat dari stimulus atau respon yang dialami seseorang (Lazarus & Folkman, 1984). Stres dapat dibedakan menjadi dua yaitu *eustres* dan *distres*. *Eustres* adalah hasil dari respon terhadap stres yang bersifat sehat, positif dan konstruktif dimana jika seseorang mengalami stres ini ia tetap mampu beraktivitas dengan normal tanpa merasa ada permasalahan yang mengganggu. Disisi lain *distres* adalah hasil dari respon terhadap stres yang bersifat tidak sehat, negatif dan destruktif, dimana seseorang yang mengalami *distres* ia akan merasa terganggu dan tidak bisa beraktivitas dengan normal.

Cooper dan Davidson (dalam Umam, 2010) membagi penyebab stres menjadi dua kelompok, yaitu : *group stressor*, merupakan penyebab stres yang

berasal dari situasi maupun keadaan di dalam kelompok, kurangnya dukungan sosial dari sesama anggota kelompok, dan konflik antar individu dalam suatu kelompok. Penyebab kedua adalah *individual stressor*, yaitu penyebab stres yang berasal dari dalam individu, misalnya tipe kepribadian seseorang, kontrol personal, tingkat kepasrahan seseorang dan ketabahan menghadapi konflik, serta ketidakjelasan peran.

Perbedaan antara harapan dan tuntutan dengan realita juga salah satu pemicu terjadinya konflik yang jika tidak segera diselesaikan dapat mengakibatkan ketidakseimbangan kejiwaan (Lewin, dalam Sarwono, 2000). Begitu juga dengan mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir pada perkuliahannya, yaitu menyelesaikan skripsi. Adanya perbedaan harapan mahasiswa dengan realitas yang didapatkan di kampus dan dalam kehidupan sehari-hari menyebabkan timbulnya stres pada mahasiswa. Beberapa hambatan yang dihadapi membuat harapan dan target yang sudah ditetapkan tidak terpenuhi.

Hal tersebut di atas, dapat menimbulkan berbagai gejala stres seperti kecemasan yang berlebihan, pusing, ketakutan, dan rasa kesal sehingga berlanjut ke kehidupan yang dapat menjadikan seseorang sensitif, mudah marah, dan mudah tersinggung. Sehingga mahasiswa mengalami ketidakseimbangan aktivitas kehidupan dan membutuhkan dukungan sosial.

Data menunjukkan dari sembilan mahasiswa yang telah diwawancarai pada penelitian *preliminary* tersebut hanya terdapat satu mahasiswa yang mendapat dukungan sosial yang baik yaitu IR yang berupa perhatian, komunikasi yang baik dari orangtua, teman dan dosen pembimbing, selebihnya terdapat

delapan mahasiswa yang mendapat masalah atau kurang mendapat dukungan sosial. Terdapat satu orang mahasiswa yang kurang mendapatkan perhatian mengenai skripsi dari orangtua namun mendapat dukungan sosial dari teman dan dosen pembimbing berupa perhatian dan lancarnya komunikasi. Sementara itu tujuh responden lainnya mendapat dukungan sosial dari teman dan orang tuanya seperti perhatian, sebagai sarana tempat untuk diskusi dan sebagai orang yang memberikan motivasi namun kurang mendapat dukungan dari dosen pembimbing.

Peranan dosen pembimbing skripsi secara garis besarnya adalah sebagai organisator, fasilitator, innovator, teladan, evaluator, pemandu, konselor dan sebagai motivator pemberi semangat (Zulkifli, 2012). Sebagai bagian dari proses penulisan skripsi, peran dosen pembimbing skripsi menjadi sangat penting karena merupakan tanggung jawab dosen pembimbing skripsi untuk memastikan bahwa mahasiswa mampu menyusun skripsi dengan baik hingga skripsi siap diujikan dan berkualitas (Maryuni, 2012). Oleh karena itu jika melihat peranan dosen pembimbing skripsi yang sangat penting maka dukungan sosial dosen pembimbing skripsi sangat diperlukan bagi mahasiswa meskipun juga membutuhkan dukungan sosial dari teman maupun keluarga.

Masalah kurangnya dukungan sosial dari dosen pembimbing yang dialami oleh tujuh responden mahasiswa berupa kesulitan menjumpai dosen pembimbing skripsinya, padatnya kesibukan dosen pembimbing sehingga sulit untuk ditemui dan lamanya waktu memeriksa hasil tulisan revisi skripsinya, kurangnya komunikasi dengan dosen pembimbing, penundaan bimbingan bahkan penolakan bimbingan dengan alasan kesibukan, kelelahan, dan penundaan waktu bimbingan

meski sudah sesuai waktu bimbingan yang sebenarnya, serta kurangnya perhatian dari dosen pembimbing skripsi. Masalah-masalah tersebut dapat menyebabkan stres pada mahasiswa.

Berdasarkan penyebab stres yang dialami responden dan ditinjau dari stres yang diungkapkan oleh beberapa tokoh di atas dapat disimpulkan bahwa kurangnya dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dengan demikian dukungan sosial dari dosen pembimbing skripsi adalah suatu hal penting bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan apabila dukungan sosial kurang didapatkan maka dapat mempengaruhi stres pada diri mahasiswa tersebut.

Dukungan sosial didefinisikan oleh Gottlieb (dalam Kuntjoro, 2002) sebagai informasi verbal atau non-verbal, saran, bantuan nyata atau tingkahlaku yang diberikan oleh orang-orang yang akrab dengan subjek di dalam lingkungan sosialnya atau berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkahlaku penerimanya. Dalam hal ini orang yang merasa memperoleh dukungan sosial yang baik, maka secara emosional merasa lega karena diperhatikan, mendapat saran atau kesan yang menyenangkan pada dirinya.

Pendapat senada dikemukakan juga oleh Sarason (dalam Kuntjoro, 2002) yang mengatakan bahwa dukungan sosial adalah keberadaan, kesediaan, kepedulian dari orang-orang yang dapat diandalkan, menghargai dan menyayangi kita. Pandangan yang sama juga dikemukakan oleh Cobb (dalam Kuntjoro, 2002) yang mendefinisikan dukungan sosial sebagai kenyamanan, perhatian,

penghargaan atau menolong orang dengan sikap menerima kondisinya, dan dapat diperoleh dari individu maupun kelompok. Dari beberapa pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial merupakan bantuan atau dukungan yang diterima mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dari orang-orang tertentu dalam kehidupannya dan berada dalam lingkungan sosial tertentu yang membuat mahasiswa tersebut merasa diperhatikan, dihargai dan dicintai.

Mahasiswa yang sedang mengalami masalah dalam mengerjakan skripsi membutuhkan seseorang yang dapat diandalkan untuk mengatasi masalahnya. Dukungan sosial dapat diperoleh dari dosen pembimbing sebagai orang yang dapat diandalkan untuk membantu dan membimbing mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya. Dukungan tersebut berupa hubungan kerja atau interpersonal yang memungkinkan mahasiswa mendapatkan informasi, saran, nasehat, sehingga memperlancar penyelesaian skripsi baik secara teknis penulisan ilmiah maupun motivasi penyelesaian skripsi. Meskipun demikian hasil *preliminary* pada sembilan responden menunjukkan beberapa mahasiswa merasa adanya hambatan yang dapat menimbulkan stres karena kurang mendapat dukungan dari dosen pembimbing, padahal mahasiswa tersebut membutuhkan bimbingan, nasehat dan informasi untuk menyelesaikan skripsinya.

Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dukungan sosial dapat mengurangi tekanan akibat aktivitas yang menimbulkan stres pada mahasiswa (Kors & Linden dalam Sarafino, 1998). Dukungan sosial berhubungan dengan perilaku belajar dan harga diri pelajar karena membantu pelajar dalam mengatasi stres dan kesulitan-kesulitan selama masa belajar (Eggens dkk, 2007). Selain itu

hasil penelitian lain menyatakan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu variabel penting yang mempengaruhi stres seseorang (Sinha, Willson dan Watson, 2000). Dukungan sosial merupakan faktor sosial yang berasal dari luar individu dan dapat meningkatkan kemampuan individu untuk menghadapi *stressor* (Cohen dan Wills dalam Lazarus dan Folkman, 1984).

Selain dukungan sosial, stres juga dipengaruhi oleh kepribadian individu. Kepribadian adalah suatu pola watak yang relatif permanen dan sebuah karakter unik yang memberikan konsistensi sekaligus individualitas bagi perilaku seseorang. Masing-masing pribadi meskipun mirip dengan yang lain dalam satu-dua hal tetap memiliki sebuah kepribadian yang unik (Feist & Feist, 2008).

Kepribadian yang mudah terkena stres adalah kepribadian tipe A. Hasil penelitian Wijono (2006) menunjukkan bahwa kepribadian tipe A berpengaruh terhadap stres. Ini sejalan dengan penggolongan kepribadian tipe A dan tipe B oleh Friedman & Rosenman (dalam Wijono, 2006) yang menyebutkan salah satu ciri kepribadian tipe A adalah mudah stres. Ciri-ciri kepribadian tipe A menurut Carver, Diamond & Humphries, Glass, (dalam Sarafino, 1994) bahwa individu yang berkepribadian tipe A mempunyai ciri-ciri: terus-menerus berusaha untuk menyesuaikan diri dengan pekerjaan, membenci kegiatan terencana dan selalu berorientasi pada pekerjaan, melakukan pekerjaan sebanyak mungkin dalam jangka waktu yang singkat, bersaing, penuh kekuatan, berbicara eksploratif, ambisius, tidak sabar, emosional dan merasa terancam karena dirinya adalah sumber stres.

Menurut pengertiannya, kepribadian manusia tidak akan ada yang sama antara satu dengan lainnya meskipun pada orang yang kembar identik sekalipun. Kepribadian pada setiap individu berpengaruh pada perilaku, respon dan dampak yang berbeda-beda dengan masalah yang dialaminya. Kepribadian yang unik akan membuat mahasiswa menunjukkan perilaku yang berbeda ketika menghadapi masalah dalam proses penyusunan skripsi sehingga menimbulkan dampak yang berbeda pula pada masing-masing individu. Individu dengan kepribadian tipe A akan lebih rentan mengalami stres dibandingkan dengan individu dengan kepribadian tipe B, hal ini disebabkan karena karakter kepribadian A cenderung membenci kegiatan yang terencana, berorientasi pada hasil, terburu-buru dan tidak sabar sehingga jika mendapat masalah dan tidak bisa menyelesaikannya maka akan lebih rentan mengalami stres.

Pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi yang mengalami stres, selain dapat berwujud dalam berbagai gejala fisik dapat pula terungkap melalui ketidak mampuannya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya, sehingga menderita gangguan kecemasan, depresi dan gangguan psikosomatik. Penderitaan fisik atau psikis menyebabkan mahasiswa tidak dapat berfungsi secara wajar, tidak mampu berprestasi tinggi dan sering menjadi masalah bagi lingkungannya baik di rumah, kampus atau lingkungan sosial lainnya.

Dalam kehidupannya mahasiswa tidak hanya berhubungan dengan lingkungan akademis di universitas tetapi juga lingkungan masyarakat lainnya diluar universitas seperti lingkungan keluarga, masyarakat dan lingkungan kerja bagi yang sudah bekerja. Di lingkungan akademis universitas mahasiswa akan

berinteraksi dengan teman, dosen, dan karyawan yang berada di akademik. Di lingkungan keluarga mahasiswa berinteraksi dengan orang tua, dan saudara-saudaranya dan di lingkungan kerja mahasiswa akan berinteraksi dengan sesama karyawan, atasan dan bawahan. Sehingga jika mahasiswa mendapatkan masalah dari lingkungan akademis di universitas seperti kurangnya dukungan sosial dosen pembimbing skripsi maka bukan hal yang tidak mungkin mahasiswa tersebut akan mengalami stres. Stres yang dialami mahasiswa tersebut akan tercermin dalam perilaku kehidupan sehari-hari baik di lingkungan akademis universitas maupun di luar lingkungan universitas.

Berdasarkan uraian di atas, stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merupakan masalah yang kompleks dan menarik terutama jika dianalisa dukungan sosial dari dosen pembimbing sebagai faktor eksternal dan tipe kepribadian mahasiswa itu sendiri sebagai faktor internal. Oleh karena itu dari serangkaian fenomena yang muncul maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Kepribadian, Dukungan Sosial Dosen Pembimbing Skripsi Dengan Stres Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah ada hubungan antara kepribadian dan dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
2. Apakah ada hubungan antara kepribadian dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
 - a. Apakah ada hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
 - b. Apakah ada hubungan antara kepribadian tipe B dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
3. Apakah ada hubungan antara dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjawab masalah yang telah diuraikan di atas yaitu :

1. Apakah ada hubungan antara kepribadian dan dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
2. Apakah ada hubungan antara kepribadian dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
 - a. Apakah ada hubungan antara kepribadian tipe A dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?
 - b. Apakah ada hubungan antara kepribadian tipe B dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

3. Aakah ada hubungan antara dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi?

D. Keaslian Penelitian

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fibrianti (2009) dengan judul hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan prokrastinasi akademik dalam menyelesaikan skripsi pada mahasiswa psikologi Universitas Diponegoro. Penelitian lain yang dilakukan oleh Adinda (2011) dengan judul hubungan antara dukungan sosial terhadap stres kerja pada pegawai balai besar wilayah Sungai Pemali Semarang. Wijono (2006) meneliti tentang pengaruh kepribadian tipe A dan peran terhadap stres kerja manager madya.

Persamaan penelitian yang sekarang sedang dilakukan dengan penelitian diatas adalah sama-sama meneliti tentang dukungan sosial dan kepribadian tipe A dan stres. Perbedaan penelitian yang sedang dilakukan saat ini dengan peneliti sebelumnya adalah meneliti tentang kepribadian, dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres yang akan diteliti secara bersama-sama sedangkan pada penelitian sebelumnya hanya meneliti dua variabel saja yaitu hubungan dukungan sosial dengan stres dan kepribadian tipe A dengan stres.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran, memperluas wawasan dan perspektif pengembangan ilmu pengetahuan dalam penelitian bidang Psikologi Sosial, Psikologi Kesehatan, dan Psikologi Pendidikan khususnya mengenai hubungan antara

kepribadian dan dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

- b. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara kepribadian dan dukungan sosial dosen pembimbing skripsi dengan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sehingga dapat menjadi informasi dalam bidang pendidikan di Perguruan Tinggi.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai informasi kepribadian dan dukungan sosial dosen pembimbing skripsi yang dapat dilakukan oleh mahasiswa yang mengalami stres sehingga mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dapat menyelesaikan skripsinya dengan kualitas baik dan tepat waktu.

