

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa dalam menjalani kegiatan perkuliahannya sering menghadapi berbagai macam permasalahan (Agung & Budiani, 2013). Terkadang mahasiswa mengalami permasalahan dengan organisasi di jurusannya, tugas yang diberikan oleh dosen, permasalahan saat menghadapi ujian, dan lainnya. Permasalahan terbesar bagi seluruh mahasiswa muncul pada semester terakhir dimana mahasiswa dihadapkan dengan tugas akhir, yaitu skripsi. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2017) skripsi merupakan suatu karangan ilmiah yang wajib ditulis oleh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan akhir pendidikan akademisnya. Karangan ilmiah wajib dilakukan oleh seorang mahasiswa tingkat akhir guna memenuhi syarat agar memperoleh gelar sarjana (Iqbal dalam Agung & Budiani, 2013).

Proses penyusunan skripsi kadang-kadang dapat menjadi kendala bagi mahasiswa, karena merasa adanya beban besar yang harus diselesaikan demi kelulusannya (Rozaq, 2014). Selain itu proses pembuatan skripsi ini dilakukan secara individual, sehingga tuntutan kepada mahasiswa sangat besar dan seringkali menemui kesulitan dalam proses penyusunan skripsi (Redl & Watten dalam Gunawarti, Hartati, Listiara, 2006). Menurut Suryadi dalam (Cahyani & Akmal, 2017) kesulitan – kesulitan yang muncul berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Kesulitan yang berasal dari faktor internal dapat dikarenakan banyak mahasiswa yang kurang pandai dalam bidang tulis menulis, kurangnya

ketertarikan mahasiswa pada penelitian, dan adanya kemampuan akademis yang kurang memadai (Slamet dalam Gunawarti, Hartati, & Listiara, 2006). Untuk kesulitan yang berasal dari faktor eksternal yaitu adanya kendala dalam mengatur waktu dengan dosen pembimbing, kesulitan dalam mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mencari referensi, dan lainnya (Cahyani & Akmal, 2017).

Banyaknya hambatan dan kesulitan yang biasanya terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sering menjadi pemicu untuk mengalami stress (Agung & Budiani, 2013). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Rozaq (2014) menyatakan bahwa dari 190 sampel mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi pada semester 9 di Surabaya, terdapat 69,23% yang mengalami stres yang cukup tinggi. Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 344 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, terdapat 46,48% responden yang mengalami stress (Mayoral, 2006).

Dari beberapa fenomena di atas menunjukkan adanya presentase stres yang cukup tinggi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) stres merupakan respons secara fisik, mental, dan emosional terhadap suatu rangsangan tertentu atau sumber stres atau *stressor*. Stres menekankan hubungan antara individu dan lingkungannya, dimana terdapat tuntutan yang dianggap oleh individu melebihi kemampuan dalam dirinya. Dengan kata lain stres adalah ketidakcocokan antara hambatan yang dirasakan dan sumber daya (kemampuan individu) yang dirasakan untuk mengatasi hambatan tersebut. Menurut Marks, Murra, dan Evans (dalam Fadillah, 2013) stres dianggap sebagai suatu kondisi dimana individu merasa sudah tidak sanggup dalam

mengatasi tuntutan yang terjadi dalam hidupnya. Maka dapat disimpulkan bahwa stres dapat dianggap sebagai suatu kesenjangan antara apa yang menjadi harapan dan kenyataan, karena ketidakseimbangan kemampuan individu dalam mengatasi hambatan yang terjadi.

Adanya *stressor* atau tuntutan yang melebihi kemampuan individu membuat individu untuk bereaksi terhadap sumber stres tersebut. Dalam hal ini yang menjadi *stressor* adalah adanya tuntutan mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi. Menurut Agung dan Budiani (2013) mahasiswa dapat bereaksi menghadapi *stressor* secara positif maupun negatif. Untuk reaksi yang positif, mahasiswa menunjukkan bahwa dirinya menjadi lebih semangat dalam mencari literatur bacaan untuk menyelesaikan skripsinya. Adapun reaksi negatif ditunjukkan dengan menunda proses penyelesaian skripsi, individu menghindari atau melarikan diri dari permasalahan yang dihadapi (*denial*) atau individu menggunakan alkohol atau meminum obat-obatan terlarang atau dikenal dengan *substance use* (Carver, 1997).

Apabila reaksi terhadap *stressor* bersifat negatif dibiarkan berlarut-larut, maka akan terhambat proses pembuatan skripsi dan membuat mahasiswa tidak dapat lulus dengan tepat waktu, apabila melebihi batas maksimal waktu belajar maka mahasiswa akan di *drop out*. Stres yang tidak dapat diatasi oleh mahasiswa tidak hanya membuat mahasiswa melakukan reaksi negatif, tetapi mahasiswa dapat melakukan sesuatu yang sangat fatal. Hal ini ditunjukkan dengan adanya kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Kapuas (Unka) di Kabupaten Sintang, Pontianak (Musliadi, 2017). Terdapat juga kasus bunuh diri yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Veteran Bangun Nusantara (Univet

Bantara) di Sukoharjo karena skripsinya yang tidak kunjung selesai (Sofarudin, 2015). Fenomena bunuh diri atau dikenal dengan *suicide* yang terjadi menggambarkan betapa rapuhnya daya resiliensi yang dimiliki mahasiswa. Pernyataan tersebut sejalan dengan penelitian *Mental Health Commission of Canada* pada tahun 2015 yang menyatakan bahwa seseorang memiliki resiko yang lebih tinggi untuk melakukan bunuh diri apabila memiliki kesehatan mental yang buruk dan daya resiliensi yang rendah (Drawson et al., 2016).

Menurut Fraser, Richman dan Galinsky (dalam Terzi, 2013) resiliensi merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi dengan baik dan mencapai hasil positif atau terbaik dalam menghadapi kesulitan. Kemampuan individu untuk beradaptasi atau bangkit dari keadaan tertekan sangat diperlukan oleh mahasiswa untuk tetap dapat menyesuaikan diri dengan kondisi dan situasi yang penuh dengan kesulitan selama proses mengerjakan skripsi dan tetap dapat mengembangkan dirinya dengan baik sesuai kompetensi diri (Widuri, 2012). Hal ini sejalan dengan Roellyana dan Listiyandini (2016) yang menyatakan bahwa dalam menghadapi berbagai macam tantangan atau kesulitan selama mengerjakan skripsi, mahasiswa tentunya membutuhkan resiliensi. Namun kemampuan resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu akan berbeda – beda.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan Nisa dan Muis (2016) individu yang memiliki tingkat resiliensi yang rendah cenderung mudah menyerah atau dapat dikatakan sering menghindari dari masalah yang dihadapi, serta tidak memiliki semangat untuk bangkit dan berusaha untuk menjadi lebih baik. Berbanding terbalik dengan individu yang memiliki tingkat resiliensi yang tinggi, individu memiliki sikap pantang menyerah dan berusaha menghadapi masalah

yang ada, serta memiliki sifat yang terbuka dan percaya diri (Nisa & Muis, 2016). Mahasiswa yang memiliki resiliensi yang tinggi adalah mereka yang mampu keluar dari masalah – masalah yang dihadapi, karena menganggap masalah yang terjadi merupakan suatu tantangan dalam studinya sehingga dapat berhasil dalam menjalani masa studinya dan tidak melihat masalah yang terjadi sebagai alasan untuk menjadi terpuruk (Triyana, Hardjajani & Karyanta, 2014).

Kemampuan tingkat resiliensi dipengaruhi oleh berbagai hal, salah satunya adalah *coping*. Hal ini diperkuat dengan temuan Campbell-Sills, Cohan, dan Stein (2006) yang menyatakan bahwa strategi *coping* yang dilakukan menjadi faktor yang signifikan dalam memprediksi tingkat resiliensi. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) strategi *coping* merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk mengatasi tuntutan eksternal dan/atau internal yang dinilai membebani atau melebihi kemampuan yang dimiliki oleh individu. Terdapat dua strategi *coping* yang dapat dilakukan dalam menyelesaikan masalah, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *problem focused coping* mengacu pada suatu usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress dengan cara menghadapi masalah yang menyebabkan stress, sedangkan *emotion focused coping* mengacu pada suatu usaha yang dilakukan individu untuk mengurangi atau menghilangkan stres dengan tidak menghadapi masalah yang terjadi secara langsung, namun lebih menghadapi tekanan emosi atau perilaku yang bertujuan untuk menangani stres emosional yang berhubungan dengan situasi yang menekan.

Dengan adanya kemampuan *coping* yang berbeda pada setiap individu, maka tingkat resiliensi setiap individu juga akan berbeda. Hal ini sesuai dengan

penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Fuente et al. (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara resiliensi dan *problem-focused coping strategies*. Artinya semakin tinggi tingkat resiliensi individu maka semakin tinggi total skor dimensi *problem focused coping*. Selain itu juga terdapat penelitian yang dilakukan oleh Terzi (2013) menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara resiliensi dengan *emotion-focused coping*. Artinya adalah semakin tinggi tingkat resiliensi individu maka semakin tinggi total skor dimensi *emotion focused coping*. Adanya kedua hasil penelitian yang berbeda dengan sampel yang sama dikarenakan bahwa salah satu faktor utama dikarenakan latar belakang negara yang berbeda, dimana penelitian Fuente et al (2017) dilakukan di negara Spanyol yang merupakan negara maju dan penelitian Terzi (2013) dilakukan di negara Turki yang dihadapi dengan *risk factor*, seperti kemiskinan, bencana alam, dan lainnya sehingga terdapat konteks budaya yang mempengaruhinya (Keogh dan Weisner dalam Terzi, 2013). Dengan adanya *risk factor* yang terjadi membuat individu mencari dukungan secara moral, simpati dari orang lain dengan melakukan bimbingan konseling atau dikenal dengan *seeking external help*. Sehingga hasil penelitian Terzi (2013) menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan positif resiliensi dengan *seeking external help* yang tergolong dimensi *emotion focused coping* berdasarkan teori dari Carver dan Scheier (1989).

Adanya hasil ke dua penelitian yang berbeda, maka hal ini menjadi alasan peneliti untuk melakukan penelitian kembali untuk mengetahui perbedaan resiliensi mahasiswa skripsi yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping* di negara Indonesia yang merupakan negara berkembang

tetapi tidak termasuk ke dalam negara miskin seperti Turki. Tepatnya penelitian ini dilakukan di Universitas Pelita Harapan dikarenakan adanya perbedaan sistem belajar mengajar antara Universitas Pelita Harapan dengan Universitas lain pada umumnya. Hal itu yakni, terdapat perbedaan jumlah semester selama periode satu tahun, dimana Universitas Pelita Harapan memberlakukan sistem belajar mengajar yang terdiri dari tiga semester dalam kurun waktu satu tahun sedangkan universitas lain terdiri dari dua semester dalam kurun waktu satu tahun. Adanya perbedaan jumlah semester ini tentunya mempengaruhi jumlah waktu yang dimiliki setiap mahasiswa pada satu semester dimana mahasiswa Universitas Pelita Harapan memiliki jumlah waktu yang lebih sedikit dalam proses penyelesaian skripsi.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat perbedaan resiliensi mahasiswa skripsi yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan resiliensi mahasiswa skripsi yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini antara lain adalah:

- 1) memberikan sumbangsih pada dunia pendidikan terutama di jenjang perguruan tinggi untuk dapat memperkaya wawasan ilmiah mengenai perbedaan resiliensi mahasiswa skripsi yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*,

- 2) menjadi referensi atau bahan acuan untuk melakukan studi lanjutan yang berkaitan dengan variabel *coping stress* (*problem focused coping* dan *emotion focused coping*) dan resiliensi pada mahasiswa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini antara lain adalah:

- 1) menjadi acuan bagi peneliti untuk mengembangkan pemahaman mengenai bagaimana strategi *coping* berperan dalam perbedaan resiliensi mahasiswa skripsi yang menggunakan *problem focused coping* dan *emotion focused coping*,
- 2) menjadi sumber informasi bagi mahasiswa, terutama mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir untuk dapat menyadari strategi *coping* yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan resiliensi, guna menyelesaikan kesulitan yang dihadapi,
- 3) membantu psikolog, psikiater, terapis, dan konselor dalam mengetahui jenis *coping* yang digunakan terhadap perbedaan tingkat resiliensi mahasiswa, sehingga dapat menjadi acuan untuk membantu mahasiswa dalam mengatasi masalah akademik, terutama dalam penyusunan skripsi.