

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Skripsi merupakan suatu karya ilmiah yang kedudukannya setara dengan mata kuliah keahlian lainnya dan menggambarkan penerapan ilmu yang dapat dipertanggungjawabkan dan menjadi salah satu syarat dalam menyelesaikan pendidikan sarjana (Hidayati dkk., 2021). Lebih lanjut, skripsi berisi penelitian ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa tahun akhir dan merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (Martinez, 2019). Skripsi disusun berdasarkan penelitian yang dilakukan mahasiswa dengan bimbingan dari dosen pembimbing dalam menyelesaikan studi program sarjana S-1 (Wahid dkk., 2021).

Berdasarkan Peraturan Menteri Nomor 49 tahun 2014 pasal 17, lamanya waktu belajar untuk program sarjana S-1 diberikan waktu selama lima (5) tahun dan apabila melebihi batas waktu maka akan di *Drop Out (DO)*. Sehubungan dengan hal itu, Peraturan Rektor Universitas Andalas Nomor 7 tahun 2011 menyebutkan bahwa maksimal masa studi mahasiswa sarjana S-1 yaitu tujuh tahun (14 semester). Ketentuan dalam mengerjakan skripsi untuk program sarjana S-1 yaitu dapat dimulai ketika mahasiswa sudah menempuh pendidikan minimal selama tiga tahun (enam semester) dan harus diselesaikan selama batas maksimal waktu studi (Fahmy dkk., 2017).

Fadillah (2013) mengemukakan bahwa selama menyelesaikan skripsi, mahasiswa dapat menghadapi beberapa permasalahan diantaranya kesulitan dalam

mencari referensi, lingkungan yang kurang kondusif, kendala berkonsultasi dan mengatur jadwal bimbingan, serta takut menerima masukan dari dosen pembimbing terkait kesalahan pengerjaan skripsi (Akmal dkk., 2017). Selain itu, beberapa mahasiswa kesulitan karena revisi yang tidak selesai, serta tuntutan oleh orang tua agar lulus tepat waktu dan segera memperoleh pekerjaan (Dwijayanti & Noor, 2017).

Hasil ini diperkuat dengan wawancara kepada lima orang mahasiswa Universitas Andalas dan diperoleh bahwa terdapat beberapa permasalahan yang muncul ketika mengerjakan skripsi. Kendala tersebut antara lain sebanyak lima orang (100%) mahasiswa kesulitan menghubungi dosen dan menentukan jadwal bimbingan, dua orang (40%) mahasiswa terkendala dalam manajemen waktu karena banyak pekerjaan lain yang harus dilakukan, tiga orang (60%) mahasiswa merasa malas mengerjakan skripsi, dua orang (40%) mahasiswa kesulitan mencari sumber-sumber pustaka, satu orang (20%) mahasiswa tidak paham dengan mekanisme penelitian dan alat ukur, tiga orang (60%) mahasiswa memiliki banyak beban pikiran karena keadaan keluarga, serta dua orang (40%) mahasiswa merasa tertekan karena tuntutan *deadline* serta tertinggal dari teman lainnya.

Permasalahan yang dialami mahasiswa selama skripsi dapat berdampak pada munculnya perasaan negatif. Menurut Bazrafkan dkk. (2016), kendala yang dihadapi mahasiswa selama skripsi dapat memunculkan perasaan negatif berupa sakit kepala, penyakit pencernaan, dan kelelahan. Selain itu, munculnya gangguan tidur, kurangnya nafsu makan, penurunan berat badan, mudah marah, sering menghindar di lingkungan sosial, dan konsentrasi yang terganggu menyebabkan

penundaan dalam mengerjakan skripsi dan bahkan cenderung tidak menyelesaikan skripsinya dalam beberapa waktu (Toru, 2019).

Permasalahan ini dapat dilihat di beberapa Universitas yang terdapat mahasiswa menunda mengerjakan skripsi sehingga penyelesaian skripsi menjadi lama. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Satwika (2022) bahwa terdapat mahasiswa angkatan 2018 Universitas X yang menunda menyelesaikan skripsi karena merasa skripsi adalah tugas akhir yang tidak dapat dibuat secara asal-asalan. Sehingga mahasiswa kesulitan dalam proses menyelesaikan skripsi diantaranya menentukan topik, mencari literatur, dan mengambil data yang menyebabkan mahasiswa mengalami stres dan memilih untuk menjernihkan pikiran terlebih dahulu. Lebih lanjut, penelitian oleh Salsabila (2022) menemukan bahwa terdapat 3.817 mahasiswa dari jumlah total 6.664 mahasiswa Universitas Syiah Kuala angkatan 2015 yang masih aktif menyelesaikan skripsi melebihi empat tahun masa kuliah. Selain itu terdapat 290 mahasiswa angkatan 2014 yang sudah masuk dalam daftar mahasiswa *drop out* karena melebihi batas waktu yang disebabkan karena permasalahan skripsi dan menyebabkan mahasiswa menunda menyelesaikan skripsi. Hal ini juga ditemukan di Universitas Andalas sesuai dengan data yang diperoleh dari LPTIK bahwa terdapat mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 yang masih mengerjakan skripsi sebagai berikut :

**Tabel 1.1**

*Mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Andalas*

| No           | Fakultas                     | Angkatan |      | Jumlah       |
|--------------|------------------------------|----------|------|--------------|
|              |                              | 2015     | 2016 |              |
| 1.           | Pertanian                    | 31       | 110  | 141          |
| 2.           | Kedokteran                   | 18       | 33   | 51           |
| 3.           | MIPA                         | 20       | 35   | 55           |
| 4.           | Hukum                        | 12       | 45   | 57           |
| 5.           | Ekonomi                      | 13       | 37   | 50           |
| 6.           | Peternakan                   | 38       | 75   | 113          |
| 7.           | Teknik                       | 71       | 139  | 210          |
| 8.           | Ilmu Budaya                  | 37       | 56   | 93           |
| 9.           | Ilmu Sosial dan Ilmu Politik | 63       | 106  | 169          |
| 10.          | Farmasi                      | 2        | 6    | 8            |
| 11.          | Teknologi Pertanian          | 21       | 48   | 69           |
| 12.          | Kesehatan Masyarakat         | 7        | 16   | 23           |
| 13.          | Keperawatan                  | 6        | 3    | 9            |
| 14.          | Kedokteran Gigi              | -        | -    | -            |
| 15.          | Teknologi Informasi          | 23       | 34   | 57           |
| <b>Total</b> |                              |          |      | <b>1.105</b> |

Sumber : LPTIK Universitas Andalas, 2022

Berdasarkan data diatas, terdapat mahasiswa angkatan 2015 dan 2016 yang masih aktif mengerjakan skripsi. Ini menandakan sebanyak 15% mahasiswa telah melewati lima tahun (10 semester) dalam menyelesaikan skripsi. Selain itu, terdapat 362 mahasiswa angkatan 2015 yang telah masuk dalam *list* mahasiswa yang akan *drop out* karena melebihi batas maksimal waktu studi sesuai peraturan rektor Universitas Andalas yaitu maksimal waktu studi mahasiswa S1 selama tujuh tahun. Keterlambatan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi yang berlarut-larut dapat menjadi beban tersendiri bagi mahasiswa sehingga menyebabkan munculnya stres (Maharani & Budiman, 2020).

Stres menurut Fadhel dan Adawi (2020) adalah kondisi individu yang merasakan tekanan yang disebabkan oleh ketidakmampuan diri dalam menghadapi tuntutan yang berasal dari lingkungan. Stres yang dialami mahasiswa skripsi berhubungan dengan stres akademik. Stres akademik merupakan bentuk

tekanan yang muncul karena pandangan mahasiswa terhadap situasi akademik sehingga memunculkan respon fisik, kognitif, emosi, dan perilaku yang negatif (Gadzella, 2005). Stres akademik terjadi karena adanya kesulitan dalam proses penyesuaian terhadap peran dan tanggung jawab sebagai mahasiswa, serta kemampuan mahasiswa dalam manajemen waktu yang menimbulkan suatu tekanan bagi diri mahasiswa (Regehr dkk., 2013).

Penelitian oleh Iqramah dkk. (2018) menemukan bahwa terdapat 9% mahasiswa yang mengalami stres ringan, 72% mengalami stres sedang, dan 19% mengalami stres berat selama menyelesaikan skripsi. Mahasiswa mengalami kesulitan selama menyelesaikan skripsi namun berupaya untuk mengatasi dan memecahkan permasalahan yang menimbulkan stres. Ini karena stres yang dialami mahasiswa sangat berpengaruh pada kelancaran dalam menyelesaikan skripsi dan berdampak pada aktivitas sehari-hari karena memunculkan perasaan gelisah, sakit kepala, dan gangguan tidur. Penelitian lainnya oleh Seto dkk. (2020), menemukan bahwa tingkat stres pada mahasiswa skripsi yaitu berada pada tingkat sedang (77%). Mahasiswa mengalami kendala selama skripsi yang menyebabkan kurangnya motivasi karena tekanan yang dirasakan. Kondisi stres yang dialami mahasiswa menyebabkan terganggunya proses skripsi sehingga mahasiswa mengalami keterlambatan dalam menyelesaikan skripsi.

Umumnya stres akademik yang dialami mahasiswa skripsi dapat diatasi seiring dengan kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan permasalahan. Namun pada beberapa kondisi terdapat mahasiswa yang tidak mampu untuk mengendalikan stres yang mengacu pada munculnya depresi. Sesuai penelitian

yang dilakukan oleh Krisdianto dan Mulyanti (2015) bahwa sebagian besar mahasiswa yang menyelesaikan skripsi mengalami depresi ringan (45,7 %) karena merasa tertekan terhadap persepsi diri mereka, lingkungan, dan cara beradaptasi terhadap permasalahan. Selain itu, penelitian Kholidah dan Alsa (2012) mengemukakan bahwa tekanan yang dialami mahasiswa skripsi dapat memunculkan pikiran-pikiran negatif yang menyebabkan mahasiswa memiliki ide untuk bunuh diri karena gejala stres ringan sampai berat yang menyebabkan depresi.

Beberapa kasus bunuh diri yang terjadi pada mahasiswa skripsi diantaranya pada mahasiswa di salah satu Universitas di Samarinda yang memilih untuk mengakhiri hidupnya dengan gantung diri karena terkendala mengerjakan skripsi yang selalu ditolak oleh dosen. Salah satu faktor yang menjadi penyebab adalah ketidakmampuan dalam mengelola stres dan dipicu oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi (Dewi, 2020). Kasus lainnya pada mahasiswa di salah satu Universitas di Kota Kediri yang ditemukan gantung diri di kamar mandi Musala. Korban merupakan salah satu mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Menurut keterangan keluarga, korban mengalami tekanan psikologis karena skripsi yang tidak selesai (Nugroho, 2022).

Berdasarkan kasus yang telah terjadi, maka penting untuk melakukan upaya dalam mengelola stres dan menyelesaikan permasalahan yaitu melalui suatu strategi yang dinamakan *coping* (Lio & Sembiring, 2019). Strategi *coping* menurut Lazarus dan Folkman (1986) merupakan strategi yang dilakukan individu dengan memodifikasi cara berpikir dan bertindak laku untuk mengatasi tuntutan

internal dan eksternal yang dapat membebani individu secara fisik dan mental. Strategi *coping* berperan dalam membantu individu untuk mengelola dan menyelesaikan permasalahan yang menjadi stresor (Baum dkk., 2001).

Strategi *coping* bertujuan untuk mengendalikan tuntutan dan situasi menekan yang membuat individu mengalami stres (Maryam, 2017). Sesuai penelitian oleh Aulia dan Panjaitan (2019), ditemukan bahwa strategi *coping* dapat membantu dalam mengelola dampak stres yang memengaruhi kondisi psikologis dan fisik selama menyelesaikan skripsi. Selain itu, penelitian oleh Usraleli dkk. (2020) mengungkapkan bahwa strategi *coping* menjadi salah satu cara yang dapat memengaruhi kemampuan mahasiswa dalam beradaptasi terhadap stres selama skripsi. Menurut Chaplin (2014), strategi *coping* membantu mahasiswa untuk berinteraksi dengan keadaan sekitar dengan tujuan mengelola tuntutan yang berasal dari lingkungan sehingga mahasiswa dapat mengendalikan stres dengan cara langsung berhadapan dengan permasalahan maupun dengan mengontrol perasaan negatif terlebih dahulu.

Terdapat dua tipe strategi *coping*, yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. Tipe pertama yaitu *Problem Focused Coping (PFC)* merupakan strategi *coping* yang berguna untuk mengubah stres dengan cara memecahkan permasalahan atau melakukan suatu tindakan (Carver dkk., 1989). Pada kondisi ini individu akan fokus mengendalikan masalah yang menyebabkan tekanan (Lazarus & Folkman, 1986). Lebih lanjut, Gaol (2016) mengemukakan bahwa *PFC* merupakan strategi menghadapi stres dengan cara berhadapan langsung

dengan sumber stres atau permasalahan dengan tujuan untuk mengurangi stres yang dihadapi.

Tipe kedua yaitu *Emotion Focused Coping (EFC)* yang merupakan strategi *coping* yang berguna untuk mengendalikan atau mengurangi tekanan emosional yang berkaitan dengan situasi tertentu (Carver dkk., 1989). Pada kondisi ini individu akan fokus mengatur kondisi emosional ketika menghadapi permasalahan (Lazarus & Folkman, 1986). Strategi ini melibatkan emosi pribadi yang dirasakan individu selama menghadapi situasi stres (Gaol, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Prameswari dkk. (2022) menemukan bahwa terdapat 69% mahasiswa menerapkan strategi *emotion focused coping* dan 31% lainnya menerapkan strategi *problem focused coping*. Berdasarkan hasil yang diperoleh terlihat bahwa strategi yang dominan dimiliki adalah *emotion focused coping*. Mahasiswa mempersepsikan bahwa permasalahan skripsi merupakan kondisi yang sulit diselesaikan secara langsung sehingga fokus mencari alternatif lain untuk membuat perasaan menjadi nyaman dengan melakukan kegiatan menyenangkan seperti olahraga atau *shopping*. Setelah stres berkurang, mahasiswa kembali melanjutkan mencari solusi sehingga lama penyelesaian skripsi tergantung pada waktu mahasiswa dapat menyesuaikan diri dengan situasi stres. Ini karena mahasiswa merasa dengan meredakan stres secara emosional terlebih dahulu akan membantu untuk mendapatkan solusi dari permasalahan.

Penelitian lainnya oleh Yuananda dan Laksmiwati (2022), terdapat 57% mahasiswa dengan *emotion focused coping* dan 43% lainnya dengan *problem focused coping* selama menyelesaikan skripsi. Mahasiswa menganggap masalah



yang dihadapi sudah menemui jalan buntu tetapi stres yang dirasakan masih ada sehingga akan melakukan aktivitas yang dapat membantu dalam meredakan stres. Umumnya penyelesaian skripsi yang dilakukan akan terhambat karena butuh waktu bagi mahasiswa agar dapat kembali ke kondisi yang tidak menekan.

Namun, berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2021) bahwa selama skripsi terdapat 52% mahasiswa menerapkan *problem focused coping* dan 48% lainnya menerapkan *emotion focused coping*. Terlihat bahwa mahasiswa dominan menerapkan strategi *problem focused coping* selama mengerjakan skripsi. Mahasiswa mencoba untuk langsung mengatasi permasalahan yang menyebabkan munculnya kondisi tidak menyenangkan dengan cara mencari dukungan sekitar untuk memperoleh masukan terkait skripsi, menentukan jadwal target penyelesaian skripsi, serta lebih aktif dalam mencari informasi yang dibutuhkan selama skripsi. Mahasiswa mempersepsikan permasalahan yang dihadapi merupakan suatu tantangan sehingga perlu solusi yang tepat agar perasaan tertekan yang ditimbulkan dapat berkurang. Karena adanya penanganan langsung terhadap permasalahan sehingga lamanya penyelesaian skripsi oleh mahasiswa bergantung pada solusi yang dilakukan. Lebih lanjut, penelitian oleh Afriyani dan Karneli (2022), terdapat 55% mahasiswa memiliki *problem focused coping* dan sisanya menerapkan *emotion focused coping*. Mahasiswa dengan strategi ini dianggap lebih efisien dalam menangani situasi stres selama skripsi karena berfokus pada permasalahan yang sedang dihadapi dengan upaya untuk mencari solusi secara terencana dan terarah. Ini karena mahasiswa langsung melakukan

tindakan untuk mengatasi permasalahan sehingga lama penyelesaian skripsi bergantung pada pemecahan masalah yang dilakukan mahasiswa.

Perbedaan strategi *coping* yang dimiliki mahasiswa selama menyelesaikan permasalahan skripsi dapat dipengaruhi oleh pandangan mahasiswa terhadap situasi stres. Menurut Folkman dan Moskowitz (2004), strategi *coping* yang efektif berkaitan dengan kontrol yang dimiliki terhadap situasi yang terjadi. Mahasiswa yang memiliki *problem focused coping* akan menganggap bahwa situasi yang terjadi dapat dikontrol dan diatasi. Sedangkan mahasiswa yang memiliki *emotion focused coping* akan menganggap bahwa situasi yang dihadapi tidak dapat dikontrol atau diatasi sehingga akan berfokus untuk mengendalikan kondisi emosional terlebih dahulu. Lebih lanjut, Pambudhi dkk. (2022) mengemukakan bahwa mahasiswa yang memiliki *problem focused coping* akan berupaya untuk mengatasi permasalahan dengan cara mengubah kondisi yang terjadi dengan mempelajari cara-cara atau keterampilan baru yang dapat membantu mengatasi permasalahan. Ini meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam mengatasi stres. Berbeda dengan *emotion focused coping* karena mahasiswa fokus untuk mengendalikan respon emosionalnya terlebih dahulu dengan mencoba untuk melakukan penarikan diri secara fisik atau psikologis dan mengubah pandangan terhadap situasi, mencoba mencari simpati, atau melupakan hal dengan tujuan meminimalisir stres.

Berdasarkan fenomena diatas, dapat terlihat bahwa strategi *coping* berperan penting bagi mahasiswa dalam menghadapi stres. Selain itu, ditemukan pula pada masing-masing mahasiswa memiliki strategi *coping* yang berbeda. Oleh karena itu,

peneliti tertarik untuk membahas lebih mendalam tentang strategi *coping* terkhususnya pada mahasiswa skripsi di Universitas Andalas dan memutuskan melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Strategi *Coping* Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Universitas Andalas”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah seperti apakah gambaran strategi *coping* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Andalas.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi terkait gambaran strategi *coping* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Andalas.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

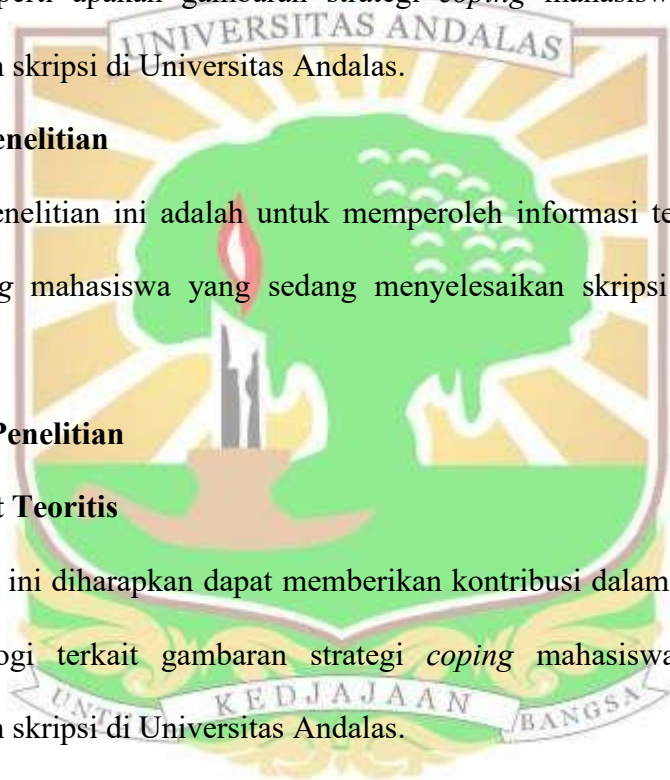
### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan kajian psikologi terkait gambaran strategi *coping* mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Universitas Andalas.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

- a. Bagi mahasiswa, diharapkan dapat menambah wawasan agar dapat memilih strategi *coping* dengan baik dalam mengelola stres yang muncul akibat dari permasalahan selama menyelesaikan skripsi.



- b. Bagi Fakultas maupun Universitas, diharapkan dapat menjadi pertimbangan bagi pihak terkait dalam memotivasi mahasiswa dan menerapkan strategi yang tepat untuk menunjang tercapainya sasaran mahasiswa agar lulus tepat waktu.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian dengan topik yang sama.

