

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyusunan skripsi merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana sesuai dengan bidang yang ditekuni untuk memperoleh ijazah sebagai tanda telah menyelesaikan perkuliahan (Asmawan, 2016). Skripsi merupakan hasil pemikiran yang harus dibuat dalam bentuk tulisan oleh mahasiswa sebagai syarat kelulusan (Fatma, 2013). Skripsi berupa karya tulis mahasiswa yang merupakan hasil pengetahuan atau pikirannya serta keterampilan yang dimiliki selama berkuliah di sebuah perguruan tinggi. Proses penyusunan atau pengerjaan skripsi, mahasiswa mengerjakannya secara individual dibimbing oleh dua dosen pembimbing dan masing-masing mahasiswa memiliki judul dan jenis penelitian yang berbeda (Permatasari dkk., 2021).

Masa kuliah yang dijalani mahasiswa idealnya membutuhkan waktu selama kurang lebih 8 semester dan dapat lebih cepat atau bahkan lebih lambat tergantung permasalahan yang dialami dan usaha individu itu untuk menyelesaikan skripsinya (Isdiyah, 2020). Namun dalam kenyataannya, tidak jarang mahasiswa yang melebihi batas normal. Mahasiswa sering merasa kesulitan karena menghadapi berbagai kendala dan tantangan sehingga menyebabkan mahasiswa terhambat dalam menyelesaikan skripsi (Permatasari dkk., 2021). Pengerjaan skripsi yang dilakukan mahasiswa biasanya mendapatkan berbagai kendala atau tantangan yang berasal dari internal maupun eksternal mahasiswa (Umriana, 2019).

Penelitian Umriana (2019), memperoleh beberapa kendala dari mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Kendala dapat berasal dari internal atau diri sendiri seperti rasa malas untuk memulai atau mengerjakan, kurangnya motivasi, kurangnya kemampuan akademik mahasiswa seperti metodologi penelitian dan penulisan ilmiah (72,4%), pendekatan belajar yang rendah (minat baca yang rendah, manajemen waktu yang kurang baik, dan kurang bersungguhsungguh dalam menyelesaikan skripsi) sebesar 75,9%. Selanjutnya, kendala eksternal yang dialami oleh mahasiswa yakni kendala bimbingan dengan dosen (takut menemui dosen, dosen yang sibuk atau sulit ditemui, keterbatasan waktu bimbingan, dan perbedaan pendapat antara pembimbing 1 dan 2) sebesar 62,1%, dan terkendala dalam mencari atau memperoleh buku referensi yang disebabkan oleh keterbatasan jumlahnya di perpustakaan (58,6%).

Penelitian yang dilakukan Aulia dan Panjaitan (2019), menyatakan bahwa kesulitan yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi seperti revisi yang berulang, sulit mendapatkan referensi yang sesuai, *feedback* yang lama dari dosen pembimbing, dosen yang sibuk dan sulit ditemui. Tantangan yang dialami mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi, seperti kesulitan membagi waktu antara mengerjakan skripsi dengan kegiatan lain seperti tugas-tugas kuliah yang masih ada, dan kurangnya kemampuan bahasa Inggris untuk membaca sumber bacaan buku Internasional dan sering merasa kesulitan dalam hal komunikasi (Saputra & Palupi, 2020).

Kendala ataupun tantangan yang dialami mahasiswa tingkat akhir tentunya dapat terjadi pada semua mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, termasuk

mahasiswa Fakultas Kedokteran. Mahasiswa Fakultas Kedokteran sendiri dikenal dengan beban tugas dan kegiatan perkuliahan yang padat, sehingga dapat memengaruhi kesehatan fisik dan ketenangan psikologis mahasiswa (Dewi, dkk., 2019). Kesejahteraan psikologis yang rendah akan berdampak pada gangguan psikologis seperti stres akan berdampak terhadap penggunaan waktu yang lebih lama dalam pengerjaan serta kualitas skripsi (Legiran dkk., 2015). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa Kedokteran lebih banyak mengalami stres yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa program studi lain.

Ciccarelli & White (2015), menyatakan bahwa stres adalah istilah untuk menggambarkan kondisi respon fisik, emosi, kognitif, dan perilaku terhadap suatu peristiwa yang dinilai mengancam atau menantang individu tersebut. Stres dapat menjadi ancaman dalam pengerjaan skripsi mahasiswa karena akan memicu rasa cemas, depresi, disfungsi sosial bahkan niat untuk melakukan bunuh diri (Maulina & Sari, 2018). Mahasiswa yang mengalami stres yang parah atau terindikasi depresi membutuhkan perhatian dan penanganan serius karena dapat membawa efek yang kurang baik terhadap proses pengerjaan skripsi (Legiran dkk., 2015).

Idealnya mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi harus berusaha memaknai setiap kejadian yang dialaminya, baik itu kendala atau tantangan dengan positif agar *psychological well-being* tetap terjaga sehingga tetap lancar dalam pengerjaan skripsi (Isdiyah, 2020). Menurut Ryff (1989) *psychological well-being* (kesejahteraan psikologis) adalah keadaan individu yang tidak hanya terbebas dari tekanan atau masalah-masalah terkait mental saja. *Psychological well-being* merupakan kemampuan dalam menerima diri sendiri, pengembangan

atau pertumbuhan diri, memiliki tujuan hidup, memiliki hubungan positif dengan orang lain, mampu mengatur kehidupannya dan lingkungannya, dan mempunyai kemandirian. Huppert (2009), mengungkapkan bahwa individu dengan *psychological well-being* yang baik dapat menerima semua pengalaman dalam hidupnya, baik pengalaman menyenangkan ataupun menyakitkan.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan *psychological well-being* baik, akan mampu menghadapi masalah ataupun gangguan-gangguan dari permasalahan yang sedang dihadapi (Saputra & Palupi, 2020). Mahasiswa akhir yang mengerjakan skripsi dengan *psychological well-being* yang tinggi, akan mandiri dalam hidup, dapat mengembangkan potensi yang dimiliki, mengontrol dan memanfaatkan lingkungan sekitarnya, mempunyai tujuan hidup yang jelas, mampu menjalin hubungan yang positif dengan orang lain, serta dapat memiliki penerimaan diri yang baik (Aulia & Panjaitan, 2019). Hal tersebut akan membuat individu memiliki semangat dalam mengerjakan skripsinya, sedangkan mahasiswa dengan *psychological well-being* yang rendah akan merasakan hal sebaliknya.

Mahasiswa dengan *psychological well-being* rendah, akan merasa bahwa hidupnya tidak bahagia, tertekan, merasa tidak aman, tujuan hidup yang kurang jelas, rasa percaya diri yang rendah, mudah berprasangka buruk terhadap orang lain dan berperilaku agresif di lingkungannya (Utami, 2016). Selain itu, kesejahteraan psikologis yang rendah pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti manajemen waktu yang kurang baik, kualitas tidur yang buruk, dan kurang mendapatkan dukungan (Aulia

& Panjaitan, 2019). *Psychological well-being* yang rendah tersebut tentunya dapat mempengaruhi pengerjaan skripsi mahasiswa akhir.

Indikasi terjadinya *psychological well-being* yang rendah di Fakultas kedokteran seperti perasaan sedih, stres, dan kurang percaya diri yang dialami oleh mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. Mahasiswa juga merasakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi dirinya dalam pengerjaan skripsinya, yakni faktor internal dan faktor eksternal. Hal ini terlihat dalam kutipan wawancara:

“Kendala dalam mengerjakan skripsi yang aku rasakan ada yang dari diri sendiri seperti prokrastinasi dan kendala dari luar seperti jadwal bimbingan yang tiba-tiba batal, trus teori dari variabel yang susah ditemukan. Trus perasaan yang sering muncul selama pengerjaan skripsi sering sedih, sedihnya lebih ke stres ringan gitu. Beberapa waktu lalu sempat dapat satu tanda tangan juga dari pembimbing, tapi aku merasa belum siap untuk sempro makanya nggak memperjuangkan satu tanda tangan lagi”(Komunikasi personal, 2 Januari 2023).

Hasil wawancara kepada mahasiswa Fakultas Kedokteran yang lain juga mengindikasikan bahwa mahasiswa tersebut memiliki indikator *psychological well-being* rendah yang dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal yang dialami oleh mahasiswa tersebut. Hal ini terlihat dalam kutipan wawancara:

“Kendala yang aku rasakan dalam pengerjaan skripsi ini seperti menyesuaikan jadwal dengan dosen dan penyamaan persepsi antar dosen pembimbing. Trus kendala yang paling besar aku alami yaitu dari diri sendiri seperti semangat yang naik turun karena ada saja kendala dalam menyusun skripsi ini yang berasal dari eksternal sehingga diri sendiri yang susah. Kendala-kendala yang ada itu membuat aku merasa takut dalam mengerjakan skripsi seperti rasa takut tidak dapat menyelesaikannya, sedih, dan insecure karena takut ketinggalan dari teman-teman yang lain. Kadang merasa kesal dan marah juga. Selain itu, juga merasa tertekan karena ada deadline dari pengerjaan skripsi itu sendiri”(Komunikasi personal, 2 Januari 2023).

Hasil kutipan wawancara tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai indikator *psychological well-being* rendah dalam dirinya. Kurniasari dkk (2019), menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dengan *psychological well-being* yang rendah akan memiliki kepercayaan diri yang rendah, bergantung pada orang lain, sulit menjalin hubungan dengan orang lain, kurang memiliki tujuan yang jelas, tertekan, dan sulit untuk terbuka dengan pengalaman baru. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Utami (2016), bahwa mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi akan merasa sedih, tertekan, ataupun stres ketika menyelesaikan skripsinya. Individu dapat melindungi kesejahteraan psikologisnya dengan tetap terhubung dengan orang disekitarnya, seperti memperoleh dukungan sebaya dari temannya (Baron & Branscombe, 2012).

Sarafino (1997), menyatakan *social support* mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, ataupun bantuan yang dirasakan individu yang diperoleh dari orang lain ataupun dari kelompoknya. Hal yang serupa juga disampaikan Sarason (1983), bahwa *social support* merupakan kenyamanan baik secara fisik maupun psikologis yang diterima individu dari orang lain. *Social support* ini membuat individu merasa nyaman, dihargai, dibantu dan dicintai oleh orang lain (Sarafino, 1997). Penjelasan *social support* di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa *social support* merupakan bantuan yang diberikan orang lain baik secara fisik ataupun psikologis yang membuat individu merasa nyaman dan dicintai.

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi membutuhkan *social support* dari orang terdekatnya baik itu dari keluarga atau teman sebayanya. *Social support* dari orang terdekat dapat meningkatkan *psychological well-being* mahasiswa (Saputro & Sugiarti, 2021). *Social support* yang diperoleh oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan membuat dirinya merasa mempunyai kemampuan untuk menghadapi kendala atau kesulitan dalam proses menyelesaikan skripsinya (Huffman dkk., 2015). Dengan dukungan yang diterima, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat bersemangat dan yakin akan kemampuannya, serta mengupayakan berbagai macam usaha supaya dapat mencapai target atau tujuannya (Saputro & Sugiarti, 2020).

Bantuan atau dukungan yang diperoleh individu dari lingkungan sekitarnya juga akan membantu individu mengatasi situasi yang kurang menyenangkan, mengurangi rasa kesepian atau terisolasi, meningkatkan kepercayaan diri individu, dan akan meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi dengan lingkungan (Huffman dkk., 2015). Hubungan yang terjalin antar individu dengan lingkungannya sangat berpengaruh, semakin positif hubungan yang terjalin maka *psychological well-being* pada individu akan semakin tinggi dan begitu pula sebaliknya (Huffman dkk., 2015).

Social support merupakan gambaran perilaku individu yang didasari emosi positif dari orang terdekat seperti keluarga, pasangan, teman sebaya, ataupun organisasi (Sarafino, 1997). Mahasiswa pada biasanya akan lebih mudah untuk menceritakan keluh kesahnya kepada teman sebaya, dibandingkan kepada keluarganya karena merasa takut membuat keluarga atau orang tua khawatir

dengan keadaan yang sedang dialaminya (Kurniawan & Eva, 2020). Mahasiswa yang kurang mendapatkan *social support* teman sebaya akan terhambat dalam pencapaian *psychological well-being* pada mahasiswa tersebut. *Social support* dapat mengurangi dampak psikologis dari masalah yang dihadapi mahasiswa sehingga dapat mencapai *psychological well-being* (Saputro & Palupi, 2020).

Social support yang diperoleh mahasiswa tingkat akhir yang mengalami kendala dalam menyelesaikan skripsi akan membuat individu merasa lebih mudah untuk menghadapi tantangan tersebut dengan lingkungan yang mendukung, sehingga individu merasa tidak berjuang sendirian dan lebih menekankan hal-hal positif didalam dirinya, serta dapat menyelesaikan tugas akhir dengan perasaan bahwa individu mampu untuk menyelesaikannya (Taylor, 2012). *Social support* dari teman sebaya sangat penting karena teman sebaya memiliki fungsi penting sebagai sumber atau penyedia berbagai informasi (Santrock, 2014). Fisher dan Lerner (2005), memberikan gambaran bahwa pertemanan mempunyai kualitas unik dalam pertemanan, seperti adanya sifat kesukarelaan sehingga individu bisa saling membantu untuk memecahkan masalah.

Penelitian yang dilakukan oleh Nugroho (2019), menunjukkan bahwa adanya korelasi antara dukungan sosial terhadap kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being*, begitu juga sebaliknya. Penelitian yang dilakukan oleh Rahama dan Izzati (2021), menunjukkan bahwa adanya korelasi antara *social support* dengan *psychological well-being*. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa apabila dukungan sosial mengalami

peningkatan, maka akan diikuti dengan peningkatan *psychological well-being*. Begitu pula sebaliknya apabila variabel dukungan sosial mengalami penurunan, maka *psychological well-being* juga akan menurun.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Kurniawan & Eva (2020) pada mahasiswa rantau, hasilnya memperlihatkan ada hubungan positif dan signifikan antara *social support* dengan *psychological well-being* pada mahasiswa rantau. Penelitian ini terkait *social support* yang ditujukan pada teman sebaya terhadap *psychological well-being* mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran, sampai saat ini masih belum ada laporan yang didapat, sehingga penelitian ini dilakukan. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan bagi pengembangan program peningkatan *psychological well-being* berbasis *social support* teman sebaya di Fakultas Kedokteran.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan, maka permasalahan yang akan diangkat dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana pengaruh *social support* teman sebaya terhadap *psychological well being* mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *social support* teman sebaya terhadap *psychological well-being* mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi di Fakultas Kedokteran.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis yang akan dijelaskan sebagai berikut.

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat:

1. Menambah wawasan dan informasi terkait dengan *social support* dan *psychological well-being*.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sarana penunjang dan menjadi acuan ataupun studi literatur bagi peneliti selanjutnya yang memiliki topik yang serupa.

1.4.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan masukan bagi:

1. Mahasiswa akhir yang sedang mengerjakan skripsi, dalam meningkatkan *psychological well-being* dan memilih lingkungan teman sebaya yang memiliki *social support* yang tinggi.
2. Memberikan informasi kepada Fakultas Kedokteran mengenai *psychological well-being* mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan pengaruh teman sebaya.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam penelitian ini adalah :

BAB I: PENDAHULUAN

Bab ini berisi penjelasan mengenai latar belakang permasalahan, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II: LANDASAN TEORI

Bab ini menguraikan landasan teori yang mendasari masalah yang menjadi objek penelitian. Menjelaskan mengenai *social support*, *psychological well-being*, teman sebaya, mahasiswa tingkat akhir, kerangka pemikiran dan hipotesis.

BAB III: METODE PENELITIAN

Bab ini berisi uraian penjelasan mengenai metode penelitian yang memaparkan tentang desain penelitian, variabel penelitian, definisi konseptual, definisi operasional, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, prosedur penelitian, teknik analisis data, penelitian, dan instrument penelitian.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini mencakup dari isi serta pembahasan dari data-data yang didapatkan di lapangan serta hasil dari analisis hasil penelitian, pengujian hipotesis, dan pembahasan terkait hasil penelitian.

BAB V : PENUTUP

Bab ini berisi kesimpulan dan saran dari penulis