BAB I

PENDAHULUAN

Bagian ini diawali pembahasan mengenai latar belakang permasalahan, perumusan masalah, tujuan dilakukannya penelitian, manfaat yang diharapkan dari penelitian, serta sistematika penulisan penelitian.

1.1 Latar Belakang

Pendidikan menjadi elemen krusial dalam pengembangan potensi sumber daya manusia suatu bangsa. Di era globalisasi ini, Fungsi pendidikan tidak semata-mata mentransfer ilmu, melainkan juga bertugas untuk membangun karakter menumbuhkan keterampilan yang diperlukan dalam menghadapi tantangan zaman. Pendidikan di Indonesia ditetapkan berdasarkan jenjang yang dimana didasarkan pada tahap pertumbuhan peserta didik, sasaran yang hendak diraih, serta potensi yang harus ditingkatkan. Pendidikan tinggi sebagai jenjang akhir dalam sistem pendidikan formal merupakan lanjutan dari pendidikan menengah, yang bertujuan membekali peserta didik agar mampu menjadi bagian dari komunitas dengan bekal kompetensi akademis maupun keahlian profesional, serta mampu mengaplikasikan, memperluas, serta merancang ilmu pengetahuan beserta teknologinya (Kemendikbud, 2021). Jenjang pendidikan perguruan tinggi berperan penting dalam mencetak lulusannya sebagai sumber daya manusia yang siap berkontribusi di masyarakat.

Dalam pelaksanaannya, pendidikan tinggi dikenal pula dengan istilah perguruan tinggi yang mencakup berbagai bentuk lembaga seperti institut, universitas, politeknik, akademi, serta sekolah tinggi Hartaji, 2012 (Putri, 2020). Sedangkan dalam lingkungan Lembaga pendidikan tinggi, peserta didik dikenal dengan sebutan mahasiswa, yang menandakan statusnya sebagai individu yang tengah menempuh pendidikan tinggi. Banyak definisi yang bisa menggambarkan mahasiswa, Berdasarkan regulasi pemerintah RI Nomor 30 Tahun 1990 (dalam Darmayasa, 2019) mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan belajar di perguruan tinggi tertentu. Menurut Budiman, mahasiswa merupakan seseorang yang menempuh pendidikan dijenjang perguruan tinggi guna mempersiapkan diri dalam bidang keahlian pada tingkat sarjana. Menurut

Knopfemacher (dalam Gafur, 2015, hlm;17) mahasiswa adalah individu yang sedang dipersiapkan sebagai lulusan sarjana, dengan pembinaan dan keterlibatan aktif di perguruan tinggi untuk menjadi intelektual di masa mendatang. Sementara itu, Sarwono (dalam Gafur, 2015, hlm;17) mendefinisikan mahasiswa sebagai individu berusia 18 hingga 30 tahun yang resmi ter data mengikuti pendidikan dijenjang tinggi. Merujuk pada sejumlah pengertian, ditarik kesimpulan yakni mahasiswa adalah individu yang telah terdaftar secara sah di institusi pendidikan tinggi untuk menempuh pembelajaran pada jenjang lanjutan. Mahasiswa dipersiapkan untuk menguasai keahlian tertentu pada jenjang sarjana, berperan sebagai calon intelektual, serta diharapkan mampu mengembangkan kemampuan akademik dan profesional. Mahasiswa umumnya berada dalam rentang usia sekitar 18–30 tahun serta memikul peran penting dalam menempuh pembelajaran di jenjang pendidikan tinggi, khususnya dalam hal akademik, seperti yang telah dinyatakan oleh Tanjung dkk. (2018) bahwa mahasiswa dihadapkan pada beban tanggung jawab akademis dalam perkuliahan yang dijalani. Salah satu kewajiban utama mahasiswa adalah menyelesaikan masa studi yang sedang ditempuh. Mengacu pada Permendikbud No. 49 Tahun 2017, mahasiswa diberikan batas waktu tertentu dalam menyelesaikan pendidikan. Untuk program Diploma IV dan Sarjana, waktu studi yang ditentukan berkisar antara 8-14 semester (Hardini, 2020). Dalam menyelesaikan pendidikan tersebut, mahasiswa diwajibkan memenuhi berbagai persyaratan, salah satunya adalah mengambil dan menuntaskan penulisan skripsi sebagai salah satu ketentuan dalam mendapatkan gelar sarjana (Safitri et al., 2021).

Skripsi merupakan tulisan ilmiah yang disusun berdasarkan hasil penelitian, yang dikerjakan secara mandiri oleh mahasiswa dengan menggunakan kemampuan berpikir ilmiah. Penyusunan skripsi dilakukan sebagai bagian dari proses penyelesaian studi jenjang sarjana, di bawah bimbingan dosen pembimbing, serta termasuk ke dalam salah satu kriteria kelulusan guna meraih gelar akademik strata satu (S1) (Umar et al., 2022). Adapun proses yang ada dalam menyusun skripsi ini menuntut mahasiswa untuk belajar secara individual. Karena itulah, mahasiswa diharapkan untuk memiliki

tingkat kemandirian yang besar dalam menyusun skripsi, karena tanggung jawab sepenuhnya berada pada dirinya baik dalam mengelola waktu, menyusun rencana, serta menyelesaikan tugas akademik menyusun skripsi tersebut. Dalam proses penyusunan skripsi terdapat beberapa tahapan, diantaranya pengajuan judul, pelaksanaan seminar proposal, proses bimbingan, dan ditutup dengan sidang akhir skripsi (Lena, 2021). Adapun melihat dari buku pedoman skripsi Universitas Pendidikan Indonesia, tahapan dalam menyusun skripsi meliputi pengusulan judul, pelaksanaan seminar usulan penelitian, proses bimbingan, kegiatan penelitian, serta diakhiri dengan ujian sidang.

Proses penyusunan skripsi tidak jarang menyebabkan mahasiswa mengalami berbagai kesulitan dan hambatan seperti kesulitan mencari literatur yang tepat dan sesuai, kendala dalam melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, serta tekanan orang tua yang mengharapkan segera menyelesaikan studi. Kondisi ini menjadikan para mahasiswa mengalami tekanan karena beban akademik yang tinggi, yang membuat mereka lebih mudah terkena masalah seperti stres, tekanan mental, rasa cemas, kurang percaya diri, frustrasi, hingga penurunan semangat belajar. Akibatnya, tidak jarang mahasiswa menunda penyelesaian skripsinya, yang semakin memperpanjang durasi studi. Sejalan dengan Mariamah, Faridah, Ratnah, dan Suratman (2016), yang menjelaskan bahwa hambatan saat pengerjaan skripsi dapat menyebabkan masa kuliah mahasiswa menjadi lebih lama dari yang seharusnya. Dengan demikian, kemampuan mahasiswa untuk mengatasi kesulitan ini menjadi faktor penting dalam menentukan keberhasilan mereka menyelesaikan pendidikan tepat waktu. Mahasiswa yang menghadapi kesulitan dan merasa tidak tenang selama proses pengerjaan skripsi cenderung lebih rentan mengalami tekanan atau stres (Afryan et al., 2019). Stres di sini dalam artian kondisi yang muncul akibat interaksi antara dan lingkungannya, yang memunculkan persepsi adanya tekanan dan tuntutan tertentu. Secara umum, stres merujuk pada keadaan tertekan, tegang, atau terganggu secara emosional yang menimbulkan ketidaknyamanan. Kondisi ini bersifat universal, sehingga dapat dialami oleh siapa pun, tanpa memandang tempat maupun situasi, oleh karena itu stres juga bisa dialami oleh mahasiswa

dilingkungan perguruan tinggi. Menurut Govaerst dan Gregoire (dalam Indria et al., 2019) tidak semua mahasiswa mampu menghadapi berbagai tuntutan dalam dunia akademik. Mahasiswa yang belum siap dalam menanggapi tuntutan tersebut berisiko tinggi mengalami tekanan mental yang sering disebut sebagai stres akademik.

Stres akademik adalah kondisi ketika seseorang menghadapi tekanan dan tuntutan berlebihan, sehingga menghambat kemampuannya dalam mengelola serta menyelesaikan tugas-tugas akademik secara optimal (Ibrahim, Kelly, Adams, & Glazebrook, 2013) (dalam Pradiri et al., 2021). Rahmawati (2012) (dalam Kadir et al., 2024) mengungkapkan bahwa tekanan akademik terjadi saat adanya ketidakselarasan antara beban tuntutan dari lingkungan dan kemampuan nyata yang dimiliki mahasiswa, sehingga menimbulkan beban berupa tekanan dan tuntutan yang semakin berat. Dalam penelitian ini, stres akademik merujuk pada situasi ketika mahasiswa tingkat akhir mengalami tekanan yang berlebihan serta tuntutan yang tinggi dalam menyusun skripsi, sehingga mereka kesulitan dalam mengelola tugas akademik mereka dengan baik. Dalam konteks penyusunan skripsi, stres akademik seringkali muncul karena mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan, seperti mencari topik penelitian yang relevan, mengumpulkan data, menyusunnya secara sistematis, serta menghadapi revisi yang terkadang membutuhkan waktu dan usaha yang ekstra. Mahasiswa yang berada dalam tahap penyusunan skripsi kerap menghadapi stres akademik yang ditandai dengan rasa cemas, kelelahan pikiran, hilangnya motivasi, bahkan masalah fisik seperti sakit kepala atau sulit tidur. Mahasiswa tingkat akhir kerap merasa tertekan untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu di tengah berbagai tanggung jawab lain. Ketidakseimbangan antara tuntutan akademik yang berat dan kemampuan mereka untuk menghadapinya membuat mereka lebih rentan terhadap stres. Kondisi ini tidak hanya menghambat proses penyelesaian skripsi, tetapi juga berdampak pada kesehatan mental mahasiswa secara keseluruhan.

Data menurut *World Health Organization* (WHO) pada 2020, stres menjadi masalah yang serius, dialami oleh lebih dari 350 juta orang di seluruh dunia. Bahkan, stres menempati posisi keempat sebagai salah satu kondisi

kesehatan yang paling umum secara global (WHO, 2020). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS, 2019) sekitar 61,3% mahasiswa jenjang akhir di Indonesia dilaporkan menghadapi gejala kecemasan serta tekanan psikologis selama proses penyusunan tugas akhir. Banyak di antara mereka mengeluhkan kondisi seperti kelelahan, sakit kepala, rasa cemas berlebihan, stres serta tubuh yang terasa lesu, terutama saat menghadapi hambatan dalam menyelesaikan skripsi atau karya ilmiah mereka (Arselina et al., 2024). Menurut survei yang dilakukan oleh Aprilia & Yoenanto (2022) pada 197 mahasiswa program sarjana, dari perguruan tinggi negeri maupun swasta, yang sedang menjalani perkuliahan mata kuliah skripsi, ditemukan mayoritas responden teridentifikasi mengalami stres akademik pada tingkat sedang, dengan jumlah mencapai 135 orang. Sementara itu, sebanyak 27 mahasiswa tergolong dalam level stres akademik rendah, dan 35 mahasiswa tercatat mengalami stres akademik tinggi (Aprilia & Yoenanto, 2022). Adapun penelitian yang dilakukan oleh Bunga (2020) pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia mengelompokkan stres akademik dikelompokkan menjadi lima tingkatan, yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang dalam proses pengerjaan skripsi umumnya menghadapi stres akademik pada level menengah. Hal ini mengindikasikan bahwa selama proses penulisan skripsi, mahasiswa mengalami berbagai tekanan seperti frustrasi, konflik, tekanan, beban perubahan, serta tuntutan dari diri sendiri (*self-imposed*). Respon yang ditimbulkan mencakup aspek fisik yang berdampak pada fungsi biologis, emosional, perilaku serta penilaian kognitif yang dimana tidak terlalu kuat dan tidak terlalu lemah (Larasati, 2020).

Sarafino & Smith (2014) (dalam Maulana & Lestari, 2023) mengemukakan bahwa penyebab stres akademik diantaranya karena faktor berikut, diantaranya Faktor Internal mencakup aspek-aspek seperti emosi negatif, sifat kepribadian tangguh (*hardiness*), sikap optimis, kendali psikologis, kepercayaan diri, serta upaya penyesuaian diri. Di sisi lain, faktor dari luar diri individu meliputi kondisi finansial, latar belakang pendidikan, tingkat kesejahteraan, dukungan sosial dan berbagai pemicu stres (*stressor*). Menurut

Simbolon & Limbong (2022) faktor internal dari stres akademik yaitu emosi negatif, yang mana emosi merupakan satu di antara faktor yang dapat memunculkan stres, karena emosi sangat berkaitan dengan bagaimana seseorang merespons tekanan. Ketika seseorang mengalami stres, cenderung menunjukkan emosi negatif misalnya kesedihan serta kemarahan. Dengan demikian, kemampuan mengendalikan emosi (*emotional intelligenc*) sangat penting, karena membantu individu untuk mengenali dan memahami perasaannya, mengekspresikannya secara tepat, serta mengaturnya dengan cara yang lebih sehat dan efektif. Goleman (dalam Ramli & Prianto, 2019) Kecerdasan emosional mencerminkan kapasitas individu dalam menyadari, menafsirkan, serta mengendalikan perasaan yang ada dalam dirinya, sehingga mampu mengekspresikan perasaannya secara tepat dan efektif. Kemampuan ini juga berperan penting untuk menjalin serta mempertahankan hubungan sosial yang sehat dan harmonis dengan individu lain. Individu yang punya tingkat kecerdasan emosional baik memiliki kesadaran untuk menyadari emosi serta pikirannya, sehingga tidak tenggelam dalam kondisi yang menimbulkan ketidaknyamanan. Memiliki kemampuan mengelola emosi memungkinkan untuk dapat menganalisis akar permasalahan yang dihadapi, sehingga akan lebih mudah dalam menemukan solusi bahkan saat berada di bawah tekanan sekalipun. Sejalan dengan penelitian Mirwan (2020) yang menjelaskan kecerdasan emosional memberikan dampak yang sangat signifikan akan stres akademik.

Faktor selanjutnya turut berkontribusi pada stres akademik adalah Dukungan sosial. Secara umum, Dukungan sosial mengacu pada kontribusi atau pengaruh dari orang lain yang memiliki arti tertentu bagi individu. Bentuk dukungan ini tercermin lewat relasi antar individu yang bermakna serta mampu menimbulkan pengaruh yang baik terhadap penerimanya. Safarino & Smith (2011) (dalam Arum & Wibawanti, 2023) menyatakan bahwa dukungan sosial meliputi kenyamanan, kepedulian, penghormatan, dan bantuan yang diperoleh dari individu maupun komunitas. Kring dkk (2007:193) (dalam Latifah, 2022) mengemukakan bahwa peran dukungan sosial sangat krusial dalam mencegah

dampak negatif dari stres. Kehadiran dukungan sosial berkontribusi secara signifikan dalam meredakan pengaruh buruk stres. Hal ini sejalan dengan pandangan Smet (1994:130) yang berpendapat bahwa mencari dukungan sosial menjadi metode yang efisien dalam menurunkan tingkat stres (Latifah, 2022). Individu sebagai makhluk sosial tidak dapat terpisah dari peran individu lain yang berperan sebagai pendamping hidup sekaligus sumber bantuan saat menghadapi tantangan. Dalam kondisi sulit, kehadiran dukungan dari lingkungan sekitar menjadi hal yang sangat berarti.

Berdasarkan penelitian terdahulu oleh (Kadir et al., 2024) dengan judul “*Pengaruh Kecerdasan Emosional Dengan Stres Akademik Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Universitas Negeri Makassar*”, menyatakan bahwa pada penelitian ini nilai kecerdasan emosional terhadap stres akademik memiliki arah pengaruh negatif. Artinya, jika semakin tinggi kemampuan kecerdasan emosional mahasiswa saat menyusun skripsi, maka tingkat tekanan akademik yang dirasakan cenderung lebih ringan. Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki kecerdasan emosional rendah cenderung menghadapi stres akademik lebih besar selama proses penulisan skripsi. Penelitian lain oleh (Rahmawati et al., 2019) dengan judul “*Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Stres Akademik Pada Mahasiswa Angkatan 2019 Program Studi Teknik Informatika di Universitas Muhammadiyah Gresik*” menunjukkan dari analisis data yang telah dilakukan, bahwa hipotesis alternatif tidak terbukti, sehingga hipotesis nol diterima yang artinya, tidak teridentifikasi hubungan antara *emotional intelligence* dengan tingkat tekanan akademik pada mahasiswa program studi angkatan 2019 tersebut.

Pada penelitian sebelumnya, ditemukan adanya inkonsistensi hasil mengenai pengaruh kecerdasan emosional terhadap stres akademik. Adanya perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan pentingnya dilakukan penelitian lanjutan guna memperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai keterkaitan kecerdasan emosional dan stres akademik yang dialami mahasiswa. Di samping itu, peneliti juga berupaya untuk menyertakan variabel

dukungan sosial sebagai aspek eksternal yang diyakini turut memengaruhi stres akademik.

Penelitian yang menelaah pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik masih terbilang terbatas, terutama ketika dikaji bersamaan dengan kecerdasan emosional sebagai unsur internal. Karena itulah, studi ini dirancang untuk memberikan sudut pandang yang lebih menyeluruh dengan mengkaji pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial secara simultan terhadap stres akademik.

Merujuk terhadap penjelasan yang dikemukakan sebelumnya, peneliti merasa perlu untuk mengeksplorasi lebih jauh bagaimana peran kecerdasan emosional sebagai unsur dari dalam diri serta dukungan sosial sebagai elemen dari luar yang berperan dalam mempengaruhi stres akademik mahasiswa program studi pendidikan IPS UPI dalam proses penyusunan skripsi. Dengan mempertimbangkan uraian tersebut, peneliti mengangkat judul “*Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Dukungan Sosial Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI Dalam Menyusun Skripsi*” untuk penelitian ini.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana Gambaran Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial serta Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi?
2. Adakah Pengaruh antara Kecerdasan Emosional terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi?
3. Adakah Pengaruh antara Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi?
4. Adakah Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial secara simultan terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi?

1.3 Tujuan Penelitian

Hasil penelitian bertujuan untuk:

1. Mengetahui Gambaran Kecerdasan Emosional, Dukungan Sosial serta Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi?
2. Menganalisis Pengaruh Kecerdasan Emosional terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi
3. Menganalisis Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi
4. Menganalisis Pengaruh Kecerdasan Emosional dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik Mahasiswa Pendidikan IPS UPI dalam Menyusun Skripsi

1.4 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian bermanfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan akan bermanfaat bagi kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya dibidang ilmu sosial, serta meluaskan pengetahuan juga wawasan yang berkaitan dengan pengaruh kecerdasan emosional dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa dalam menyusun skripsi.

2. Manfaat Praktis

Dalam penerapannya, hasil penelitian ini memberikan manfaat bagi:

a. Mahasiswa

Memberikan wawasan dan pengetahuan tentang pentingnya kecerdasan emosional dan dukungan sosial dalam mengelola stres akademik saat menyusun skripsi.

b. Bagi peneliti lain

Memberikan sumber untuk penelitian lanjutan yang terkait kecerdasan emosional, dukungan sosial, maupun stres akademik. Serta membuka peluang untuk mengembangkan variabel tambahan atau menggunakan metode berbeda dalam penelitian serupa di masa depan.

c. Bagi peneliti sendiri

Sebagai bentuk pengembangan keterampilan dalam bidang penelitian dan penerapan konsep dan teori yang diperoleh sepanjang proses pembelajaran di bangku perkuliahan.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Penulisan skripsi ini disusun ke dalam lima bab utama. Setiap bab dilengkapi dengan sejumlah subbab yang bertujuan untuk mendukung dan memperjelas isi dari masing-masing bab.

BAB I PENDAHULUAN

Bab pertama memuat uraian mengenai latar belakang dipilihnya topik penelitian oleh peneliti, yang disertai dengan data serta situasi aktual yang relevan dengan permasalahan. Selanjutnya, bab ini memaparkan perumusan masalah yang menjadi inti persoalan yang ingin diselesaikan. Bab ini juga mencakup tujuan serta manfaat dilaksanakannya penelitian, serta ditutup dengan penjelasan mengenai sistematika penulisan skripsi secara keseluruhan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab kedua berisi kajian teori dan konsep yang berkaitan dengan variabel yang diteliti. dalam bab ini, peneliti menguraikan teori-teori yang dipakai, serta menyajikan kerangka pemikiran yang menjadi dasar dalam proses penelitian. Di bagian akhir, bab ini ditutup dengan perumusan hipotesis yang akan diuji.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Bab tiga berisi metode serta rancangan penelitian yang diterapkan dalam studi ini. Sub bab di bagian ini menjelaskan mengenai partisipan yang terlibat dalam penelitian, yang mencakup populasi dan sampel. Peneliti juga memaparkan teknik pengumpulan data yang digunakan dalam memperoleh informasi penelitian. Selanjutnya dijelaskan operasionalisasi variabel, penelitian, yang terdiri atas dimensi serta indikator yang dipakai dalam penelitian. Selain itu, disampaikan pula proses pengujian instrumen, yang mencakup penjelasan alat ukur yang digunakan untuk pengumpulan data. Bab ini ditutup dengan uraian tentang prosedur pengolahan data yang digunakan hingga menghasilkan temuan penelitian

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

Bab empat menjelaskan uraian hasil penelitian berdasarkan data yang telah diolah, serta analisis dan pembahasan terhadap temuan tersebut.

BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

Bab lima berisi kesimpulan dari hasil temuan, implikasi, dan rekomendasi penelitian ini.