

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, serta manfaat atau signifikansi penelitian.

1.1 Latar Belakang Penelitian

Mahasiswa di tahap akhir perkuliahan umumnya disibukkan dengan penyusunan skripsi sebagai syarat wajib untuk menyelesaikan studi. Tidak sedikit dari mereka yang menganggap proses tersebut sebagai beban yang cukup berat untuk dijalani (Susilo & Eldawaty, 2021). Selama tahapan penyusunan skripsi, mahasiswa acap kali dihadapkan dengan beragam tekanan serta tantangan, termasuk di antaranya kesulitan dalam menelusuri dan memperoleh referensi yang sesuai, kesulitan dalam menemui dosen pembimbing, kesulitan mengatur waktu, kurang konsentrasi ketika bimbingan dengan dosen pembimbing, revisi yang tak kunjung usai, disertai perasaan takut dan gelisah ketika harus berhadapan dengan dosen pembimbing, menjadi salah satu sumber tekanan psikologis yang dialami mahasiswa selama penyusunan skripsi. (Nabila & Sayekti, 2021; Farkhah *et al.*, 2022; Susilo & Eldawaty, 2021).

Untuk meneliti lebih jelas mengenai kondisi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi, peneliti melakukan studi pendahuluan pada bulan Mei dan Juni 2024 kepada 17 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi yang berdomisili di Kota Bandung. Partisipan berasal dari jurusan serta perguruan tinggi yang berbeda. Sebanyak enam partisipan berasal dari ITB, empat partisipan lainnya dari UPI, tiga partisipan dari UIN Sunan Gunung Djati, dua partisipan dari Universitas Nurtanio Bandung, satu partisipan dari Universitas Katolik Parahyangan, dan satu partisipan lainnya dari Universitas Pasundan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut, didapatkan informasi bahwa dalam penyusunan skripsi, beberapa mahasiswa sering kali mengalami hambatan atau masalah seperti hambatan dalam penyusunan perangkat data dan kedalaman data, judul skripsi yang ditolak dosen, sumber referensi yang berbayar, masalah kondisi fisik, kuliah sambil kerja, sulitnya mendapatkan data responden, kesulitan mencari lokasi penelitian, kesulitan menemui dosen pembimbing dan ekspektasi dosen yang terlalu memberikan banyak ide dan informasi, terlalu perfeksionis dalam menentukan dan merancang topik, rasa malas, dan kurangnya akan pemahaman dalam penyusunan skripsi. Beberapa mahasiswa tersebut juga menyebutkan bahwa hambatan dan masalah dalam menyusun skripsi menimbulkan *burn out*, stres, depresi, dan perasaan khawatir. Selain itu, juga menimbulkan reaksi yang mengganggu fisik mahasiswa, seperti pusing dan lelah.

Tantangan dan hambatan dalam penyusunan skripsi dapat menjadi sebuah tekanan yang melebihi kapasitas diri dan akan berdampak pada stres akademik (Reddy *et al.*, 2018; Barker *et al.*, 2018; Pathmanathan & Husada, 2012). Stres akademik pada mahasiswa juga bersumber dari aktivitas serta beban akademik (Kurniasani & Wahyudi, 2022). Pengajar juga menjadi salah satu sumber stres akademik, di mana timbul karena materi-materi yang disampaikan oleh dosen, sistem dan metode pengajaran dan bentuk-bentuk tugas yang diberikan (Hasbi *et al.*, 2020).

Semua pihak harus memperhatikan beban akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Sebanyak 127 dari 168 mahasiswa tingkat akhir di Kota Bandung mengalami stres akademik yang tinggi dengan Presetase 75,6% yang secara afektif dan fisik berbentuk rasa cemas, sensitif, mudah sedih, mudah marah, detak jantung tidak teratur, mudah lelah, mudah mengantuk, dan lemas (Qolbina & Yusuf, 2024). Selain itu, sebanyak 135 mahasiswa dari 197 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di beberapa perguruan tinggi di Indonesia memiliki tingkat stres akademik yang sedang dan sebanyak 35 mahasiswa lainnya memiliki stres akademik yang tinggi (Aprilia & Yoenanto, 2022).

Mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres akademik tinggi cenderung bunuh diri lebih sering daripada mahasiswa tingkat lainnya (Umma, 2017; Ayudanto, 2018; Musabiq & Karimah, 2018). Di Indonesia, terdapat beberapa fenomena mahasiswa yang meninggal karena bunuh diri diduga disebabkan oleh stres saat mengerjakan skripsi. Mahasiswa semester sembilan di sebuah universitas negeri di Malang meninggal dunia karena diduga mengalami depresi karena gagal menyelesaikan skripsinya (Detikcom, 2024). Selain itu, seorang mahasiswa Universitas Kristen Indonesia (UKI) Toraja ditemukan meninggal dunia diduga karena stres dan kesulitan untuk menyelesaikan tugas akhir skripsinya (Detikcom, 2023). Mahasiswa perguruan tinggi swasta di Yogyakarta yang meninggal dunia karena bunuh diri diduga karena depresi dan kesulitan menyelesaikan skripsi mereka (Detikcom, 2020). Mahasiswa Universitas Padjadjaran juga dikabarkan meninggal karena gantung diri yang diduga karena skripsi yang belum selesai (Detikcom, 2018).

Reaksi mahasiswa terhadap *stressor* dalam mengerjakan skripsi dapat menjadi reaksi positif maupun reaksi negatif tergantung pada mahasiswa tersebut. Reaksi positif membuat mahasiswa ingin tahu dan ingin mencari referensi untuk skripsi mereka. Mereka juga akan berusaha keras untuk bimbingan dan melakukan seminar dengan percaya diri (Nadyandra & Nio, 2023). Sebaliknya, ketika mahasiswa dihadapkan pada tuntutan dan tugas yang harus mereka selesaikan, mereka dapat mengalami reaksi negatif, seperti menghindari skripsi dan menundanya, yang dapat menyulitkan mereka untuk menyelesaikannya (Seto *et al.*, 2020; Agung & Budiani, 2013).

Dalam lingkup akademis, dosen merupakan lingkungan terdekat mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dosen pembimbing skripsi berperan membantu mahasiswa dalam memahami etika dalam menulis karya ilmiah terutama dalam hal plagiarisme, menentukan masalah penelitian, menyusun latar belakang, mencari referensi dan sumber literatur, menulis skripsi dengan bahasa yang baik, membantu menerapkan teknik Presetase yang baik, dan membantu dalam mempersiapkan ujian lisan skripsi (Adimihardja, 2005, dalam Megawati & Damayanti, 2021). Dosen

pembimbing skripsi memiliki peran dalam mendampingi mahasiswa dalam mengerjakan skripsi sehingga skripsi dapat diselesaikan dengan lancar (Indriani, 2024). Tingkat stres yang dirasakan mahasiswa selama proses penyusunan tugas akhir juga dipengaruhi oleh peran dukungan sosial dari pembimbing skripsi mereka (Haryanto, 2012; Tia, 2022; Turino, 2018). Besarnya dukungan sosial yang diberikan oleh dosen pembimbing skripsi berperan signifikan dalam mereduksi tingkat stres yang dialami mahasiswa selama menjalani proses penyusunan skripsi, dikarenakan adanya kondisi internal dan eksternal yang mendukung kelancaran penyusunan skripsi (Turino, 2018).

Dalam kaitannya dengan dukungan dosen, peneliti bermaksud membahas istilah dukungan otonomi, dikarenakan salah satu dari tiga kebutuhan dasar psikologi yang membentuk motivasi intrinsik yaitu kebutuhan otonomi, dan motivasi ini memiliki hubungan signifikan terhadap tingkat stres akademik (Ryan & Deci, 2017; Pratama & Prihatiningsih, 2014). Dukungan otonomi berperan dalam mengembangkan internalisasi nilai dalam mengerjakan tugas atau motivasi otonomi, yang terbentuk ketika orang lain mendukung secara otonomi kepada individu, seperti memberikan orang lain pilihan dan alasan yang berarti dan mengakui perspektif serta perasaan orang lain (Guay *et al.*, 2003, dalam Wijayanto & Nugrohoseno, 2014). Penelitian menunjukkan bahwa dukungan otonomi yang diberikan oleh pendidik memiliki hubungan dalam menurunkan tingkat stres akademik siswa. Dukungan otonomi guru berpengaruh negatif signifikan terhadap tingkat stres pada siswa, baik stres karena persepsi diri akademik, persepsi beban kerja akademik, maupun ekspektasi guru (Zheng *et al.*, 2020), yang berarti semakin tinggi persepsi siswa terhadap dukungan otonomi dari guru, maka semakin rendah stres akademik yang mereka alami. Pemberian dukungan otonomi oleh guru dapat menjadi stimulus bagi berkembangnya kemandirian belajar siswa, yang pada gilirannya mampu meredakan tekanan stres akademik yang mereka rasakan (Zheng *et al.*, 2020).

Dalam penelitian sebelumnya, dukungan otonomi cukup banyak diteliti dalam konteks guru. Penelitian ini menawarkan kontribusi kebaruan

dengan memfokuskan pada dukungan otonomi dosen pembimbing skripsi dan hubungannya dengan stres akademik mahasiswa pada tahap akhir studi. Mahasiswa yang berada dalam tahap penyusunan skripsi cenderung menghadapi stres akademik dengan intensitas lebih tinggi dibandingkan siswa. Hal ini diperkuat oleh berbagai temuan penelitian yang mengindikasikan bahwa tingkat stres akademik pada kelompok mahasiswa tersebut umumnya berada dalam kategori sedang hingga tinggi (Aulia & Panjaitan, 2019; Gamayanti, *et al.*, 2018; Halawa & Akbar, 2025).

Dukungan sosial dapat mengurangi stres akademik mahasiswa selain dukungan otonomi guru (Daawi & Nisa, 2021). Studi sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa dengan dukungan sosial yang kuat akan memiliki pemikiran yang positif, sementara mahasiswa dengan dukungan sosial yang rendah memiliki pemikiran yang negatif (Fibrianti, 2009, dalam Indriani, 2024). Adanya orang lain yang membuat seseorang merasa diperhatikan, dicintai, dan menjadi bagian dari kelompok sosial dikenal sebagai dukungan sosial (Casel, dalam Wahyuni, 2016).

Salah satu sumber dukungan sosial adalah orang tua (Puspitaningrum, 2018). Dukungan dari orang tua dapat berimplikasi kepada keberhasilan akademik, pembentukan harga diri, motivasi, keyakinan diri, dan stabilitas kesehatan mental anak (Rambe, 2010). Bentuk dukungan sosial dari orang tua berperan dalam memperkuat motivasi dan menumbuhkan kepercayaan diri pada diri mahasiswa dalam menyusun skripsi sehingga mengurangi tingkat *burnout* dan stres akademik mahasiswa (Puspitaningrum, 2018; Ernawati & Rusmawati, 2015). Dengan demikian, peneliti menduga bahwa dukungan yang ada di sekitar mahasiswa dapat memengaruhi tingkat stres akademik yang rendah. Beberapa contoh dukungan yang dapat diberikan oleh lingkungan tersebut adalah dukungan otonomi dari dosen pembimbing skripsi dan dukungan sosial dari orang tua.

Berdasarkan informasi di atas, dapat disimpulkan bahwa dukungan sosial orang tua dan dukungan untuk otonomi dosen dapat mempengaruhi tingkat stres akademik. Penelitian terdahulu sebagian besar berfokus pada *parental autonomy support* atau dukungan otonomi yang diberikan oleh orang

tua. Kebaruan penelitian ini terletak pada dua hal. Pertama, penelitian ini memfokuskan pada *lecturer autonomy support* atau dukungan otonomi yang diberikan oleh dosen pembimbing skripsi, yang memiliki perbedaan konteks dan karakteristik interaksi dibandingkan dukungan otonomi orang tua. Kedua, penelitian ini mengkaji *parental social support* atau dukungan sosial yang diberikan oleh orang tua, yang berbeda secara konseptual dari *parental autonomy support*. Selain itu, penelitian ini menganalisis keterkaitan dukungan otonomi dosen, dukungan sosial orang tua, dan stres akademik mahasiswa secara simultan, suatu kombinasi variabel yang masih jarang mendapat perhatian dalam penelitian sebelumnya. Melalui penelitian ini, peneliti ingin menyelidiki lebih jauh pengaruh dan nilai kontribusi variabel dukungan otonomi dosen dan dukungan sosial orang tua terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka terdapat beberapa rumusan masalah dan dalam penelitian ini rumusan masalah tersebut dibagi menjadi dua, yaitu secara umum dan secara khusus.

- 1.2.1 Rumusan masalah secara umum, yaitu “Bagaimana pengaruh dukungan otonomi dosen dan dukungan sosial orang tua terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung?”
- 1.2.2 Adapun, untuk rumusan masalah secara khusus, yaitu:
 - A. Apakah terdapat pengaruh dukungan otonomi dosen terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung?
 - B. Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan utama penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada pengaruh dukungan sosial orang tua dan dukungan otonomi dosen terhadap

stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung. Selain itu, pada penelitian ini terdapat tujuan lain yang dapat mendukung tujuan utama, yaitu:

- 1.3.1 Untuk menguji pengaruh dukungan otonomi dosen terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung.
- 1.3.2 Untuk menguji pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Kota Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam memperkaya kajian mengenai stres akademik dan faktor-faktor yang memengaruhinya pada mahasiswa, khususnya dalam konteks penyusunan skripsi. Temuan penelitian ini dapat memperkuat teori Gadzella (1994) tentang stres akademik dengan menunjukkan bahwa tuntutan akademik yang tinggi memicu reaksi emosional, kognitif, fisiologis, dan perilaku pada mahasiswa. Selain itu, penelitian ini memberikan dukungan empiris terhadap teori dukungan otonomi dosen dari Williams & Deci (1996) yang menekankan pentingnya pemberian pilihan, pengakuan perasaan, dan minimnya kontrol untuk mengurangi stres akademik pada mahasiswa. Penelitian ini juga memperkaya penerapan teori dukungan sosial orang tua dari Weiss (1974) dengan menegaskan bahwa dukungan emosional dari orang tua berperan penting dalam membantu mahasiswa beradaptasi dan mengurangi tekanan psikologis selama proses penyusunan skripsi.

1.4.2 Manfaat Praktis

- A. Bagi mahasiswa, penelitian diharapkan dapat menjadi solusi untuk memecahkan masalah stres akademik, khususnya dalam menyelesaikan skripsi. Salah satu pemecahan masalah dalam

menghadapi stres yaitu dengan mencari dukungan, baik dukungan dari orang tua, dosen, ataupun teman.

- B. Bagi orang tua, hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu orang tua mempertimbangkan cara meningkatkan dukungan sosial kepada anak, terutama bagi mereka yang sedang dalam proses penyusunan skripsi.
- C. Bagi dosen dan program studi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan teknis serta format bimbingan skripsi yang lebih efektif sehingga mengurangi tingkat stres mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.