

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Salah satu jenjang pendidikan yaitu perguruan tinggi di mana untuk menghasilkan sarjana, tiap perguruan tinggi telah menetapkan aturannya masing-masing. Waktu kuliah yang diperlukan untuk dapat lulus sebagai sarjana S1 yaitu selama delapan semester atau empat tahun dan diberi kebijaksanaan sampai 14 semester atau tujuh tahun (Universitas Pendidikan Indonesia, 2007: 43). Skripsi merupakan tugas akhir yang harus disusun oleh mahasiswa dalam penyelesaian studinya di tingkat universitas. Diharapkan mahasiswa yang sekarang sedang menyusun skripsi dapat menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu yang telah ditentukan.

Skripsi adalah karya tulis resmi akhir mahasiswa dalam menyelesaikan Program Sarjana (S1). Skripsi menggambarkan kemampuan akademik mahasiswa dalam merancang, melaksanakan dan menyusun laporan penelitian pendidikan bidang studi atau penelitian yang berkenaan dengan masalah dalam bidang studinya (Universitas Pendidikan Indonesia, 2007:10).

Tetapi pada kenyataannya tidak semua mahasiswa dapat menyelesaikan kuliah tepat waktu. Menurut informasi yang didapat dari Teknik Informasi dan Komunikasi (TIK) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI) pada Mei 2008 bahwa jumlah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi minimal sudah mengontrak dua semester skripsi sebanyak 1896 orang yang tersebar di enam fakultas yang ada di UPI. Mahasiswa-mahasiswa tersebut merupakan mahasiswa UPI angkatan 1998 sampai angkatan 2006. Diantara mahasiswa

tersebut ada yang merupakan mahasiswa lanjutan yaitu mahasiswa yang dulunya sarjana muda atau diploma melanjutkan ke S1.

Hal ini disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya masih banyak mata kuliah yang dikontrak yang belum lulus atau mengulang untuk memperbaiki nilainya yang masih kurang, dan ada juga beberapa mahasiswa yang bermasalah dengan penyelesaian skripsi. Berdasarkan hasil wawancara kepada beberapa mahasiswa UPI yang sedang menyusun skripsi, didapatkan beragam hambatan yang dihadapi dan cara yang dilakukan untuk menanggulangnya. Hambatan yang ditemukan diantaranya adalah dalam mencari literatur, memperoleh kesempatan untuk berkonsultasi dengan pembimbing, menguasai materi sehubungan dengan topik penelitian, kebijakan organisasi yang berhubungan dengan penelitian, membagi waktu antara bekerja dengan penyusunan skripsi, kendala pada pelaksanaan penelitian, maupun masalah dalam diri mahasiswa tersebut seperti rasa malu ke kampus, rasa malas, jenuh dan lain sebagainya. Rapma Arthania (2007: 4) dalam skripsinya menyebutkan bahwa:

Dari 14 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi didapat bahwa hambatan yang berasal dari lingkungan (eksternal) adalah literatur, dimana buku yang sulit didapat yang berguna untuk menemukan teori yang tepat dalam penelitian yang akan dilakukan, dosen pembimbing dalam hal menemukan waktu untuk bimbingan, menyamakan ide antara mahasiswa dan dosen, dan hasil penelitian awal yang gagal dan harus mengulang penelitian. Sedangkan hambatan yang berasal dari diri sendiri terlihat dari mahasiswa kurang memahami teori yang akan digunakan yang disebabkan buku yang menggunakan bahasa Inggris yang membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam mengartikan sendiri sehingga timbul kemalasan, memotivasi diri untuk mengerjakan skripsi, merumuskan masalah yang akan diteliti hingga metodologi penelitian yang tepat yang akan digunakan, selain itu beberapa

mahasiswa mengatakan bahwa masih adanya mata kuliah yang harus diperbaiki untuk meningkatkan IPK.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut juga didapat cara penyelesaian yang digunakan oleh para mahasiswa diantaranya *sharing* dengan teman-teman di tempat kontrakan atau dengan teman yang juga sedang menyusun skripsi, jalan-jalan, nonton televisi, membaca novel yang bisa menjadi inspirasi, dan ada juga yang semakin melarutkan diri pada pekerjaannya. Hasil wawancara yang dilakukan Rapma Arthania (2007: 5) didapatkan bahwa:

Beberapa cara yang dilakukan mahasiswa dalam mengurangi stres yang dialaminya yaitu dengan tidak mengerjakan skripsi untuk beberapa waktu dengan melakukan kegiatan yang tidak berhubungan dengan skripsi seperti jalan-jalan, *refreshing*, tidur, dan belanja (*shopping*), selain itu cara lain yang dilakukan mahasiswa adalah tetap mengerjakan skripsi dan mencari informasi yang berhubungan dengan skripsi seperti *browsing & searching* di internet, membaca buku, berdiskusi dengan dosen ataupun teman mengenai penelitian yang sedang dikerjakannya.

Jika mahasiswa mengalami stres maka hal ini tentunya akan sangat berpengaruh bagi mahasiswa tersebut dan akhirnya berdampak pada tidak tepat waktunya penyelesaian skripsi. Seperti yang diungkapkan juga oleh Rapma Artharia (2007: 4) bahwa:

Kesulitan ini akhirnya dapat menyebabkan kehilangan motivasi dan lebih lanjut dapat menghambat mahasiswa untuk dapat lulus sesuai dengan target yang diinginkan. Apabila mahasiswa tidak dapat menyesuaikan diri dalam menghadapi hambatan maka mahasiswa akan mengalami tekanan dan selanjutnya tekanan ini mengakibatkan mahasiswa mengalami stres.

Satirsiatun (2003: 4-5) dalam tesisnya mengungkapkan bahwa banyak mahasiswa yang tidak bisa menyelesaikan skripsinya tepat waktu, karena hambatan yang ditemukan dalam penyelesaian skripsi tersebut tidak dapat

diatasi dengan baik sehingga menimbulkan stres dan berdampak pada skripsi yang sedang dikerjakan. Selain itu, menurut survey yang dilakukan majalah Femina (2004) bahwa pembuatan skripsi atau tugas akhir merupakan urutan kecemasan kedua bagi para mahasiswa (76%). Penyebab dari kecemasan itu adalah waktu yang terbatas dan tuntutan untuk segera menyelesaikannya.

Zainun Mu'tadin (2002) juga menyatakan bahwa rubrik yang diasuhnya menerima banyak kasus dari mahasiswa yang berkaitan dengan sulitnya menyelesaikan skripsi. Hal ini memberikan gambaran bahwa skripsi bukanlah suatu proses penyelesaian yang mudah. Mu'tadin menyatakan bahwa tidak sedikit kesulitan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya, antara lain kesulitan mencari judul skripsi, kesulitan menuangkan pikiran ke dalam bentuk tulisan, kesulitan dalam mencari literatur dan bahan bacaan, dan penyesuaian waktu untuk bertemu dosen pembimbing. Kesulitan-kesulitan ini pada akhirnya dapat menyebabkan mahasiswa frustrasi, stres, kehilangan motivasi, dan menghambat mahasiswa untuk dapat meraih kelulusannya tepat pada waktunya.

Selain itu didapat informasi dari internet tanggal 18 Juni 2007 bahwa seorang mahasiswa memutuskan untuk menghisap ganja di kamar kosannya dikarenakan bingung berkali-kali skripsinya ditolak dan mendapatkan revisi dari dosen pembimbing. Informasi yang juga didapat dari internet bahwa tanggal 16 Januari 2008 ditemukan seorang mahasiswa Perguruan Tinggi Swasta di Bantul, Yogyakarta memutuskan untuk bunuh diri di dapur rumahnya dikarenakan pusing memikirkan skripsinya yang tidak selesai juga.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang telah dijelaskan sebelumnya ternyata masih banyak mahasiswa yang belum bisa menyelesaikan skripsinya tepat waktu. Maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai stres dan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.

B. RUMUSAN MASALAH

Banyaknya hambatan dan tuntutan yang dihadapi mahasiswa mahasiswa dalam penyelesaian skripsinya akan menimbulkan berbagai situasi yang tidak menyenangkan. Jika hal tersebut dianggap sebagai situasi yang menegangkan maka akan menimbulkan stres, namun jika tidak dianggap sebagai situasi yang menegangkan maka mahasiswa akan berusaha untuk menyelesaikan masalah tersebut.

Usaha mahasiswa untuk menyelesaikan skripsinya dengan cara menyesuaikan diri terhadap kondisi dan masalah yang dihadapi tersebut dinamakan strategi penanggulangan stres (*coping stress*). Strategi penanggulangan stres yang dilakukan setiap mahasiswa akan berbeda-beda. Hal ini tergantung pemaknaan dan keyakinan mahasiswa terhadap kondisi yang menimbulkan stres tersebut.

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka dijabarkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI?

2. Bagaimana gambaran strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI?
3. Seberapa jauh hubungan antara stres dengan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI?

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Gambaran tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.
2. Gambaran strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.
3. Gambaran hubungan antara stres dengan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.

D. MANFAAT PENELITIAN

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk:

1. Instansi

Pihak universitas dan dosen pembimbing dapat menggunakan hasil penelitian sebagai bahan pertimbangan dan acuan dalam membantu dan mengarahkan mahasiswanya mengatasi hambatan yang dihadapi selama penyelesaian skripsi agar mereka dapat menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya dan mencapai prestasi yang diharapkan secara optimal.

2. Mahasiswa

Menjadi sumber informasi mengenai hubungan antara stres dengan strategi penanggulangan stres dan menjadi gambaran mengenai stres dan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Sehingga mereka dapat mengatasi hambatan yang dihadapi dan menyelesaikan skripsi tepat pada waktunya serta mencapai prestasi yang diharapkan secara optimal.

E. ASUMSI

Stres merupakan suatu kondisi mahasiswa ketika menemui hambatan dalam pencapaian tujuannya dan mengalami kesulitan dalam mengatasinya. Tingkat stres tiap mahasiswa tentu berbeda-beda karena perbedaan hambatan yang dihadapi masing-masing mahasiswa dan perbedaan dalam mengatasinya. Berdasarkan uraian di atas maka dapat diasumsikan bahwa:

1. Hambatan dan tuntutan yang dihadapi mahasiswa saat menyusun skripsi merupakan *potential stressor* (peristiwa yang bisa menimbulkan stres).
2. Semakin tinggi perasaan terancam pada mahasiswa maka semakin tinggi pula tingkat stres yang dialaminya dan akan mendorong mahasiswa untuk melakukan strategi penanggulangan stres.
3. Apabila stres lebih dominan dan strategi penanggulangan stres yang dipilih tidak sesuai, maka akan mempengaruhi aktivitas penyelesaian skripsi.
- 4 Strategi penanggulangan stres yang dilakukan mahasiswa tergantung pada penilaian kognitif mahasiswa dalam menilai situasi stres yang dihadapinya.

5. Tiap orang memiliki tingkat stres dan strategi penanggulangan stres yang berbeda.

F. HIPOTESIS

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah:

1. Tidak terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres tinggi dengan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi.
2. Terdapat hubungan positif yang signifikan antara stres tinggi dengan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi.
3. Tidak terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres rendah dengan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah.
4. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara stres rendah dengan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah

G. METODE PENELITIAN

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian yang dilakukan bersifat *ex post facto* dan data yang dihimpun berdasarkan stres dan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI. Desmita (2005: 134) menerangkan bahwa:

Penelitian *ex post facto* merupakan suatu pendekatan yang memungkinkan peneliti untuk mengumpulkan data secara sistematis dan sebagaimana adanya terhadap hal-hal yang telah terjadi tanpa memberikan perlakuan atau manipulasi terhadap variabel penelitian.

2. Metode

Metode yang digunakan adalah metode korelasional yang bertujuan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel lainnya. Penelitian dilaksanakan dengan cara melakukan pengukuran pada setiap variabel penelitian. Kemudian hasil pengukuran tersebut dianalisa dengan tujuan untuk melihat hubungan antara variabel penelitian.

Variabel yang diukur dalam penelitian ini adalah stres dan strategi penanggulangan stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.

3. Populasi dan Sampel

Karakteristik sampel yang digunakan yaitu mahasiswa UPI yang sudah mengambil mata kuliah skripsi minimal dua semester dengan alasan dalam tenggang waktu tersebut mahasiswa sudah merasakan stres dan memiliki kecenderungan strategi penanggulangan stres tertentu. Dalam suatu penelitian ada kemungkinan tidak semua populasi dapat diteliti. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya karena keterbatasan biaya, tenaga, dan waktu yang tersedia. Oleh karena itu, peneliti diperkenankan mengambil sebagian dari objek populasi yang telah ditentukan dengan catatan bagian yang diambil tersebut dapat mewakili yang lainnya.

Menentukan ukuran sampel responden dalam penelitian ini digunakan rumus Slovin. Berdasarkan perhitungan menggunakan rumus Slovin didapat jumlah responden sebanyak 100 orang. Kemudian peneliti

melakukan penarikan sampel pada mahasiswa di setiap Fakultas di UPI dengan menggunakan proporsi sampel.

4. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian berupa angket atau kuesioner yang merupakan penjabaran dari definisi operasional masing-masing variabel. Indikator-indikator tersebut dijabarkan dalam tabel instrumen penelitian yang telah diujicobakan dan divalidasi.

5. Teknik Pengumpulan Data

Pengambilan data dalam penelitian ini dengan penyebaran angket atau kuesioner kepada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di UPI.

6. Teknik Analisis Data

Data yang dihasilkan dalam penelitian ini berupa data interval. Untuk mendapatkan hasil yang cepat dan lebih akurat maka analisis penelitian ini dibantu dengan menggunakan program komputer *SPSS 12.00 for Windows*.