

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skripsi adalah karya ilmiah yang dibuat oleh mahasiswa setingkat strata satu (S1) untuk penyelesaian tugas akhir atau program studinya (Achroza, 2013). Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tersebut karena skripsi digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademisnya sebagai sarjana. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi. Proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi berlangsung secara individual, sehingga tuntutan akan belajar mandiri sangat besar. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat membuat suatu karya tulis dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan diharapkan dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum (Novianty, 2014).

Tugas akhir atau yang sering disebut skripsi merupakan gerbang terakhir yang umumnya dilalui oleh setiap mahasiswa sebelum menjadi sarjana. Saat mahasiswa telah menempuh semester akhir dan telah menyelesaikan seluruh mata kuliahnya, mahasiswa diwajibkan untuk menulis skripsi. Dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa adakalanya dihadapkan oleh beberapa masalah, seperti kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, alat ukur yang digunakan, kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, dosen pembimbing yang sibuk dan sulit ditemui, lamanya umpan

balik dari dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi, dan lain-lain (Novianty, 2014). Masalah-masalah tersebut bagi mahasiswa yang mengerjakan skripsi bisa dianggap sebagai tantangan ataupun hambatan yang akan mengarah pada stresor negatif.

Masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun tugas akhir adalah banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurang adanya ketertarikan mahasiswa pada penelitian (Gunawan, Hartati dan Listiara, 2006).

Satu kendala yang dapat disebut sebagai kendala utama penyelesaian akhir program adalah kesulitan penulisan tugas akhir program dan hal ini sering kali dijadikan salah satu faktor penghambat. Beberapa hambatan dalam kesalahan umum yang sering terjadi dikalangan mahasiswa dalam proses penulisan tugas akhir, terutama pada program S1 adalah kesalahan dalam perumusan studi penelitian, kesalahan dalam penelusuran pustaka, kesalahan dalam proses pengumpulan data penelitian, kesalahan dalam penggunaan instrumen pengukuran standar, kesalahan dalam penerapan alat-alat statistik, kesalahan dalam menyusun rancangan penelitian dan metodologinya, kesalahan dalam teknik pengumpulan data, kesalahan dalam aplikasi metode penelitian (Novianty, 2014).

Mahasiswa yang tidak dapat menghadapi stresor yang ada dan merasa tertekan akan skripsi rentan mengalami stres yang mengganggu dan biasanya disebut juga dengan *distress*. Menurut Atkinson (dalam Novianty, 2014), reaksi stres dapat muncul dalam bentuk perubahan psikologis dan fisik. Selama ini, reaksi

stres yang seringkali dialami oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi adalah hilangnya motivasi dan konsentrasi yang berdampak pada penundaan penyelesaian skripsi ataupun lamanya mahasiswa dalam mengerjakan skripsi

Menurut Looker dan Gregson (dalam Christian, 2005) stres sebagai sebuah keadaan yang kita alami ketika ada sebuah ketidaksesuaian antara tuntutan-tuntutan yang diterima dan kemampuan untuk mengatasinya.

Stres adalah pola gangguan dan reaksi psikologis terhadap kejadian yang mengancam kemampuan individu untuk mengatasinya. Gejala stres meliputi gejala fisiologis antara lain kenaikan denyut nadi, tekanan darah, respirasi serta gangguan produksi hormon. Di samping itu stres dapat berupa kekacauan kognitif antara lain ketidakmampuan konsentrasi, pikiran obsesi dan pada gangguan emosi antara lain marah, cemas, gembira, dan rasa takut Selye (dalam Achroza, 2013).

Manktelow (dalam Arianto, 2015) berpendapat bahwa banyak orang stres karena gagal mengenali sumber daya yang tersedia dan jaringan pendukung untuk membantu mereka, karena mengetahui cara mengenali situasi-situasi dimana anda perlu bantuan dari manajemen stress. Proses tersebut berpengaruh terhadap stres atau kelelahan pemikiran dan kejiwaan selama melakukan proses penyusunan skripsi (dalam Arianto, 2015).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi stres adalah dukungan yang diberikan oleh teman sebaya, hal ini dikemukakan oleh Smet (1994) bahwa dukungan sosial dapat mempengaruhi stress. Dukungan Sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti pasangan hidup, keluarga, pacar, teman, rekan kerja, dan

organisasi komunitas. Teman sebaya (*peers*) didefinisikan sebagai sekumpulan individu dengan tingkat usia/tingkat kedewasaan yang sama (Santrock,2003).

Teman sebaya merupakan sumber penting dukungan sosial yang berpengaruh terhadap rasa percaya diri individu. Dukungan emosional dan persetujuan sosial dalam bentuk konfirmasi dari orang lain merupakan pengaruh yang penting bagi rasa percaya diri remaja (Santrock, 2003).

Sahabat/teman-teman juga dapat memberikan saran-saran yang bermanfaat untuk mengatasi stres. Dukungan teman sebaya pada dasarnya adalah tindakan menolong yang diperoleh melalui hubungan interpersonal dan peran teman sebaya dalam penyesuaian sosial salah satunya berupa pemberian dukungan sosial (dalam Achroza, 2013).

Salah satu peran dari teman sebaya yaitu berupa pemberian dukungan sosial. Dukungan sosial dari teman sebaya yaitu dukungan yang diterima dari teman sebaya yang berupa bantuan baik secara verbal maupun non verbal. Remaja dari kelompok teman sebaya menerima umpan balik mengenai kemampuan mereka. Anak-anak sampai remaja menghabiskan semakin banyak waktu dalam interaksi teman sebaya. Pada hari sekolah, terjadi 299 episode bersama teman sebaya dalam tiap hari. Bagi anak, hubungan teman sebaya merupakan bagian yang paling besar dalam kehidupannya (Santrock, 2003).

Selanjutnya dalam rangka mendapatkan fenomena di kehidupan sehari-hari pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Medan Area peneliti melihat melalui proses observasi dan wawancara. Saya melihat dan merasakan sendiri banyak teman-teman mengaku stres disaat sedang menyelesaikan skripsi, mulai

dari susahny mencari judul , mencari referensi, kurangnya pengetahuan tentang penulisan skripsi, susahny jumpa dengan dosen pembimbing, banyaknya revisi, dan kurang mengerti penjelasan dari dosen pembimbing. Akan tetapi semua masalah-masalah tersebut dapat mengurangi stress dengan adanya bantuan dan dukungan yang diberikan teman-teman, seperti tempat untuk berdiskusi, bertanya, memberikan semangat, memberikan informasi apa saja yang berhubungan dengan skripsi dan kampus, teman cerita dan sebagainya. Saya juga merasakan sendiri teman-teman sangat membantu saya selama menyelesaikan skripsi ini.

Berikut kutipan hasil wawancara dari salah satu mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area :

“selama menyelesaikan skripsi ini kak, butuh kali aku dukungan dari kawan-kawan untuk nyarik informasi mengenai skripsi, pengumuman dari kampus tentang apapun yang berhubungan dengan skripsi, teman berdiskusi, mencari buku, buat skala mengolah data dan lain-lain untuk mengurangi stres jugak kak, selama skripsi ini, gak talah kak kok gak ada kawan-kawan...”
(tanggal 23 November 2015)

Menurut Santrock (2003) dan para psikolog semakin percaya bahwa sistem dukungan adalah hal yang sangat bernilai dalam membantu remaja menangani stress.

Berdasarkan pendapat dan fenomena diatas yang dikemukakan diatas bahwa dukungan yang diberikan teman sebaya sangat berhubungan dengan stress yang dialami mahasiswa, karena mahasiswa yang memiliki dukungan dari teman sebaya pada dasarnya akan merasa lebih percaya diri, mampu menghadapi masalah-masalah, merasa berharga, merasa dicintai, merasa diterima oleh teman sebaya dan tidak rentan dengan stress. Lain halnya dengan mahasiswa yang tidak

memiliki dukungan dari teman sebaya, mereka cenderung tidak percaya diri, tidak mampu menghadapi masalah, dan rentan mengalami stress, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “ HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN TEMAN SEBAYA DENGAN STRES PADA MAHASISWA YANG SEDANG MENYELESAIKAN SKRIPSI DI FAKULTAS PSIKOLOGI DI UNIVERSITAS MEDAN AREA”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas diketahui bahwa stres dalam menyusun skripsi adalah suatu tanggapan fisiologi atau psikologis mahasiswa terhadap lingkungan sehingga mengganggu fungsi emosi, proses berpikir, dan kondisi fisik yang merupakan akibat dari ketidakmampuan dalam menghadapi sumber stres dalam menghadapi skripsi. Menurut Santrock (2003) dan para psikolog semakin percaya bahwa sistem dukungan adalah hal yang sangat bernilai dalam membantu remaja menangani stress.

Selain itu menurut Robert (dalam Saleh, 2013) membuat ciri-ciri individu yang memiliki dukungan sosial, yaitu :

- a. Memiliki keinginan untuk memberikan bantuan emosional baik berupa perhatian dan kasih sayang kepada orang lain yang mengalami kesulitan.
- b. Memiliki keinginan untuk memberikan bantuan secara materil kepada orang lain yang membutuhkan sesuai dengan kemampuan dirinya.

- c. Memiliki keinginan untuk memberikan sejumlah informasi dan data-data bagi orang lain untuk membantunya mengatasi masalah yang sedang dihadapi.

Peneliti merasa tertarik untuk mengetahui sejauh mana dukungan teman sebaya yang dimiliki individu yang diharapkan dapat mengurangi stress pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

C. Batasan Masalah

Disini penelitian di lakukan mengenai “ Hubungan antara Dukungan Teman Sebaya dengan Stress pada Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area maka peneliti hanya membahas permasalahan yang berkaitan dengan stres menyelesaikan skripsi”. Meskipun stres dipengaruhi oleh banyak faktor, tetapi dalam penelitian ini peneliti membatasi hanya pada faktor dukungan teman sebaya.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut “Apakah ada hubungan dukungan teman sebayadengan stress pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di fakultas psikologi Universitas Medan Area?”.

E. Tujuan Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini peneliti memiliki tujuan yang hendak dicapai untuk mengetahui dan menguji secara empiris tentang “hubungan dukungan teman sebaya dengan stress pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di fakultas psikologi Universitas Medan Area”.

F. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memperluas ilmu pengetahuan dan dapat menambah wawasan khususnya ilmu psikologi perkembangan, psikologi pendidikan dan psikologi klinis, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan referensi bagi pembaca khususnya bagi mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bahwa stres pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dapat dipengaruhi oleh dukungan sosial, khususnya dukungan dari teman sebaya. Gambaran ini menunjukkan bahwa apabila mahasiswa tidak memiliki dukungan dari teman sebaya maka mahasiswa akan rentan terhadap stres.