

BAB 4

PERSIAPAN DAN PELAKSANAAN PENELITIAN

4.1. Orientasi Kanchah Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, peneliti terlebih dahulu menentukan tempat atau kanchah penelitian. Penelitian ini dilakukan di Universitas Katolik Soegijapranata yang terletak di Jalan Pawiyatan Luhur IV/1, Bendan Dhuwur, Tinjomoyo, Banyumanik, Kota Semarang, Jawa Tengah 50235, Indonesia. Di dalam penelitian ini, yang menjadi penelitian adalah mahasiswa S1 angkatan 2014-2015 Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang. Visi Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang adalah menjadi unggul dalam bidang Ekonomi dan Bisnis berlandaskan nilai-nilai Kristiani untuk mewujudkan visi tersebut Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata memiliki misi, yaitu :

1. Menyelenggarakan pendidikan dan melakukan penelitian serta pengabdian pada masyarakat yang unggul dan berkualitas.
2. Membangun kerja sama dengan berbagai institusi baik di dalam maupun di luar negeri.
3. Membangun komitmen, kebersamaan, dan kompetensi dosen dan mahasiswa untuk mewujudkan tradisi unggul fakultas secara terus-menerus.

Adapun pertimbangan penelitian menjadikan Universitas Katolik Soegijapranata Semarang sebagai tempat penelitian adalah :

1. Adanya permasalahan yang saat ini banyak dialami oleh mahasiswa tingkat akhir di Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang berkaitan dengan stres dalam menyusun skripsi.

2. Belum ada penelitian yang dilakukan di Universitas Katolik Soegijapranata Semarang yang berkaitan dengan Profil Kepribadian Mahasiswa yang Mengalami Stres Dalam Menyusun Skripsi dengan menggunakan tes 16PF

Berdasarkan pertimbangan di atas, maka peneliti memutuskan untuk mengadakan penelitian tentang Profil Kepribadian Mahasiswa Yang Mengalami Stres Dalam Menyusun Skripsi.

4.2. Persiapan Penelitian

Salah satu hal yang terpenting sebelum melakukan penelitian adalah melakukan persiapan penelitian. Persiapan penelitian bertujuan untuk mempersiapkan perolehan data dan informasi yang dibutuhkan dalam penelitian. Langkah awal sebelum melakukan penelitian ini adalah meminta surat ijin penelitian kepada TU Fakultas Psikologi Unika Soegijapranata. Surat ijin penelitian dengan nomor 1995/B.7.3/FP/VII/2019 diberikan kepada Dekan Fakultas Ekonomi dan Bisnis Unika Soegijapranata Semarang.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti menetapkan kriteria sebagai kualifikasi yang harus dimiliki oleh subjek, mencari informasi tentang subjek sesuai dengan kriteria yang dituju. Membuat *checklist* sebagai proses skrining untuk melihat mahasiswa yang mengalami stres dalam menyusun skripsi, mempersiapkan alat tes kepribadian 16PF sebagai data primer, mempersiapkan wawancara dan observasi sebagai data sekunder. Peneliti juga mempersiapkan alat-alat yang diperlukan pada saat penelitian berlangsung, seperti; bolpoin, *handphone* utk merekam wawancara, buku catatan untuk observasi dan mencatat hal-hal penting dari wawancara yang berlangsung, dan *informed consent* sebagai lembar persetujuan menjadi subjek penelitian.

4.3. Pelaksanaan Penelitian

Pengumpulan data dilaksanakan pada 18 Juni 2019 sampai 2 Agustus 2019. Diawali dengan menyebarkan *checklist* sebagai proses skrining untuk mendapatkan data tingkat stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

Tabel 4.1. Sebaran Item *Checklist*

Gejala	Nomor Item
Fisik	2, 3
Emosi	1, 4, 5
Kognitif	6, 7, 8
Interpersonal	9, 10

Pada penelitian ini, peneliti mencari mahasiswa yang memenuhi karakteristik yang telah ditetapkan dan bersedia menjadi subjek penelitian maka akan diberi tes 16PF, lalu akan diwawancarai & observasi sebagai data sekunder penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti melakukan pendekatan terhadap subjek agar penelitian dapat berjalan lancar.

Di dalam proses pengambilan data tes 16PF, wawancara dan observasi, peneliti melakukan sendiri tanpa dibantu dengan orang lain dan data pribadi subjek menggunakan inisial demi menjaga privasi subjek.

Tabel 4.2. Jadwal Penelitian

Sub	Perkenalan dan pendekatan	Tes kepribadian 16PF	Waktu	Wawancara dan Observasi	Waktu
1	Jun-Jul	24 Jul 2019	09.30–10.00	24 Jul 2019	10.00–11.00

2	Jun-Jul	24 Jul 2019	13.00–13.30	24 Jul 2019	13.30–14.30
3	Jun-Jul	25 Jul 2019	10.00–10.30	25 Jul 2019	10.30–11.30
4	Jun-Jul	25 Jul 2019	13.00–13.30	25 Jul 2019	13.30–14.30
5	Jun-Jul	25 Jul 2019	16.00–16.30	25 Jul 2019	16.30–17.30
6	Jun-Jul	27 Jul 2019	11.00–11.30	27 Jul 2019	11.30–12.30
7	Jun-Jul	27 Jul 2019	14.00–14.30	27 Jul 2019	14.30–15.30
8	Jun-Jul	8 Agt 2019	10.30–11.00	8 Agt 2019	11.00–12.00
9	Jun-Agt	8 Agt 2019	10.30–11.00	8 Agt 2019	12.00–13.00
10	Jun-Agt	8 Agt 2019	15.30–16.00	8 Agt 2019	16.00–17.00

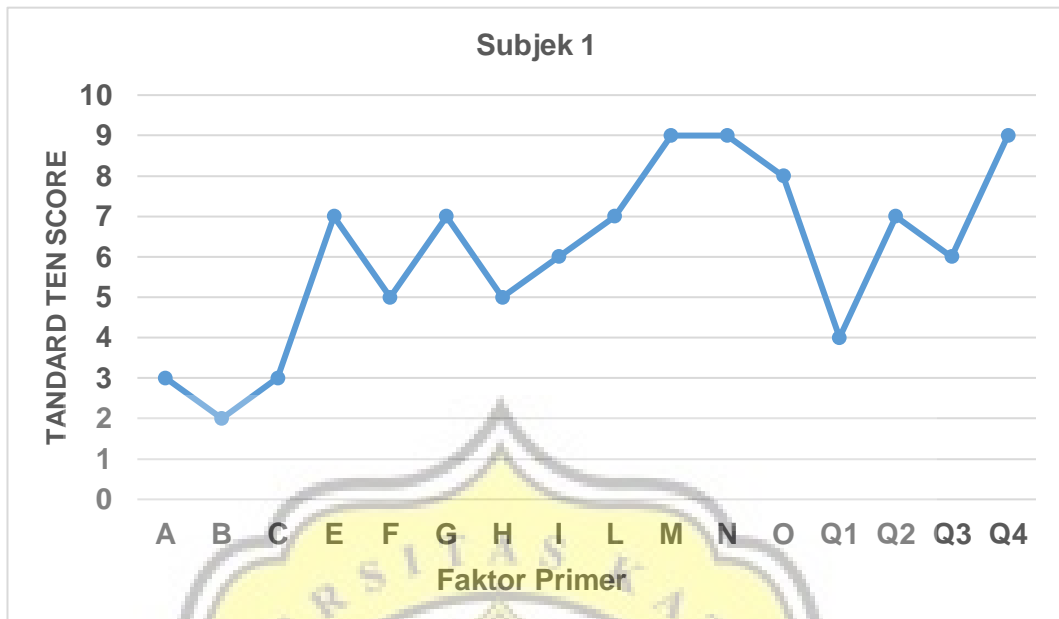
4.4. Hasil Pengumpulan Data

Berikut merupakan uraian hasil dari pelaksanaan pengumpulan data yang telah dilakukan oleh peneliti. Berdasarkan buku 16 PF *form c* yang diadaptasi oleh Raymond B. Cattell terdapat *Standard Ten Score* (STEN).

1. *Standard Ten Score* (STEN) 1-3 → Rendah
2. *Standard Ten Score* (STEN) 8-10 → Tinggi
3. *Standard Ten Score* (STEN) 4-7 → Sedang

Di bawah ini akan dibahas hasil dari grafik kepribadian masing-masing subjek melalui tes 16PF yang memiliki *Standard Ten Score* (STEN) dengan kategori Rendah dan Tinggi saja.

Grafik 4.1. Profil Kepribadian 16 PF



Berdasarkan hasil dari grafik 4.1., subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor A dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis.
- Faktor B dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap rendahnya kapasitas mental skolastik dan inteligensi yang rendah.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

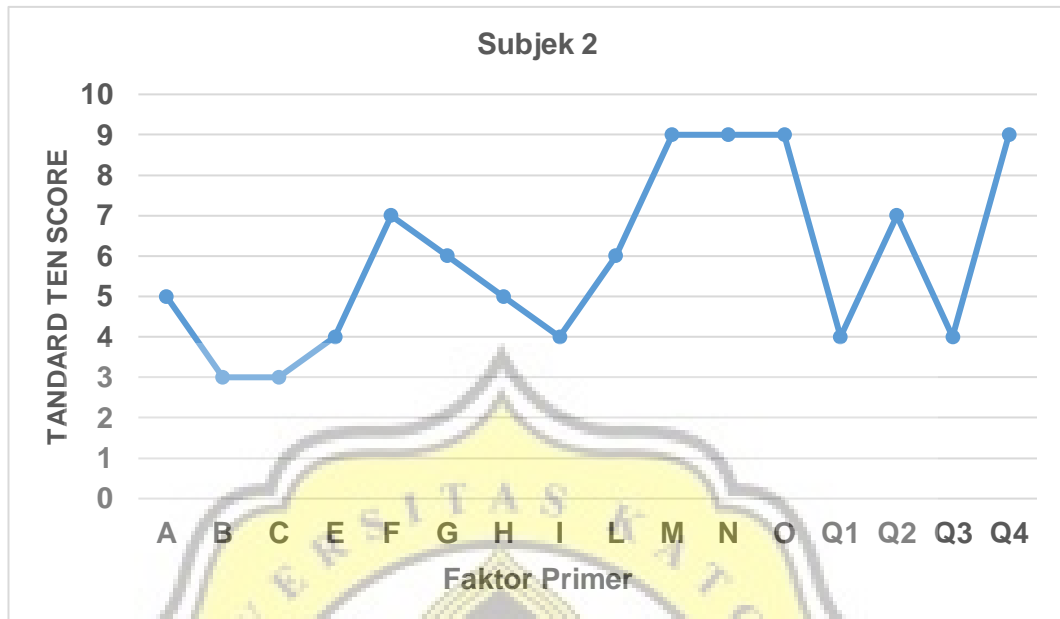
- Faktor M dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.

- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek cenderung memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri.
- Faktor Q4 dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan karakter yang tidak sabaran.

Tabel 4.3. Penjelasan Grafik Subjek 1

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
A	√		<ul style="list-style-type: none"> • Sikap yang berhati-hati, tidak ramah, pendiam, suka menyendiri • Obyektif, tidak memihak • Bersifat selalu mencela, kritis • Sikap menyendiri, menjauhkan diri, menyisihkan diri, • Bersikeras, gigih
B	√		<ul style="list-style-type: none"> • Inteligensi rendah • Kapasitas mental skolastik yang rendah
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Lingsung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka

GRAFIK 4.2. Profil Kepribadian 16 PF



Berdasarkan grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor B dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap rendahnya kapasitas mental skolastik dan inteligensi yang rendah.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

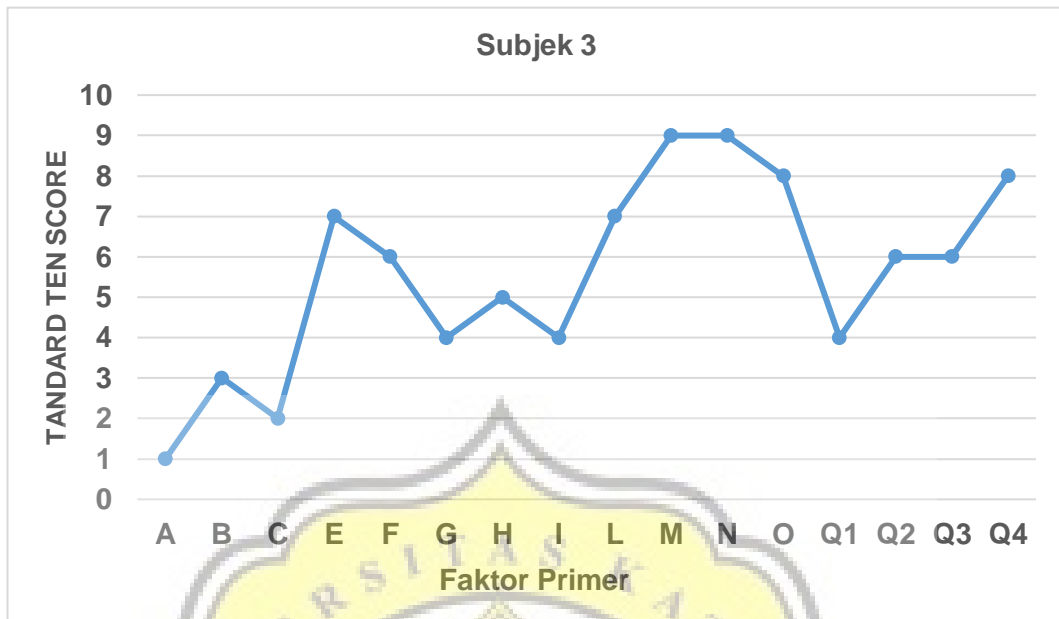
- Faktor M dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.

- Faktor O dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran

Tabel 4.4. Penjelasan Grafik Subjek 2

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
B	√		<ul style="list-style-type: none"> • Inteligensi rendah • Kapasitas mental skolastik yang rendah
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdik, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka

GRAFIK 4.3. Profil Kepribadian 16 PF



Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- faktor A dengan *sten score* 1 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis.
- Faktor B dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap rendahnya kapasitas mental skolastik dan inteligensi yang rendah.
- Faktor C dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

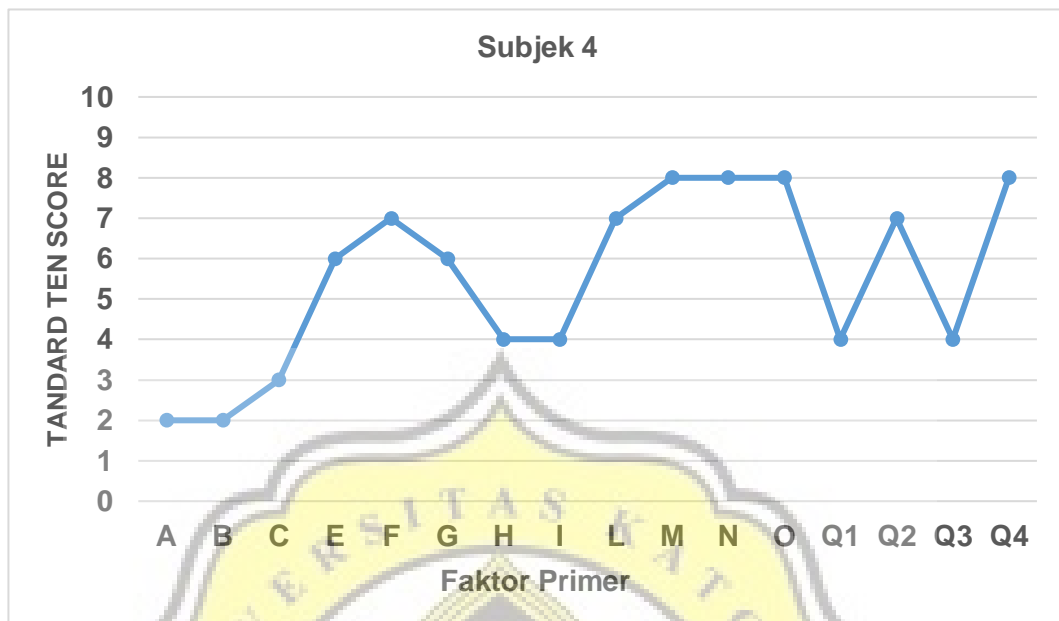
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor M dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.

- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran

Tabel 4.5. Penjelasan Grafik Subjek 3

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
A	√		<ul style="list-style-type: none"> • Sikap yang berhati-hati, tidak ramah, pendiam, suka menyendiri • Obyektif, tidak memihak • Bersifat selalu mencela, kritis • Sikap menyendiri, menjauhkan diri, menyisihkan diri, • Bersikeras, gigih
B	√		<ul style="list-style-type: none"> • Inteligensi rendah • Kapasitas mental skolastik yang rendah
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdik, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka



GRAFIK 4.4. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- faktor A dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis.
- Faktor B dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap rendahnya kapasitas mental skolastik dan inteligensi yang rendah.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

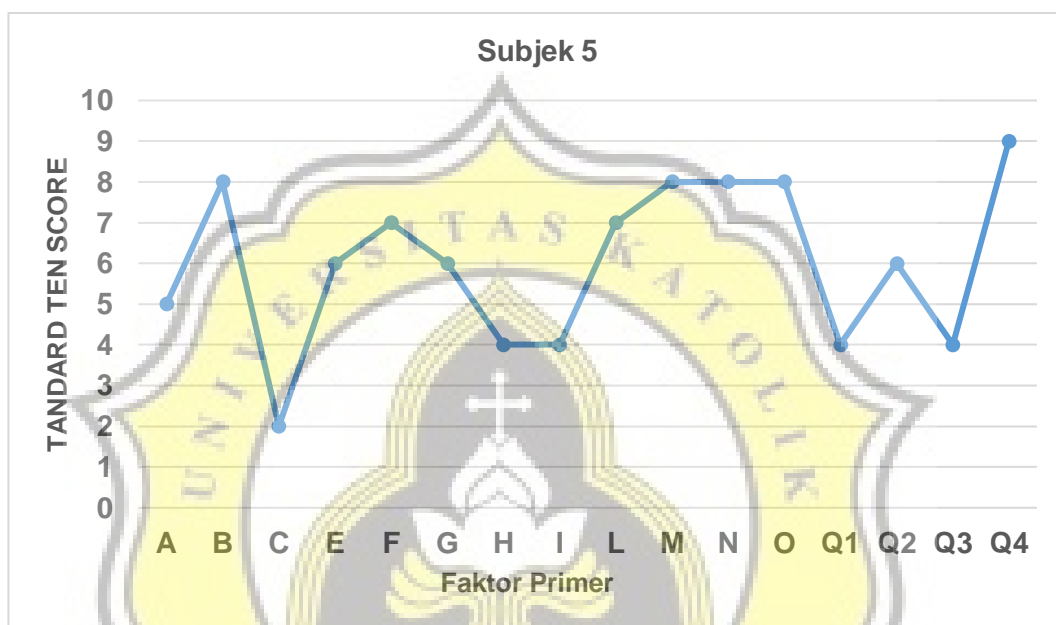
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor M dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek cenderung memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 4.6. Penjelasan Grafik Subjek 4

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
A	√		<ul style="list-style-type: none"> • Sikap yang berhati-hati, tidak ramah, pendiam, suka menyendiri • Obyektif, tidak memihak • Bersifat selalu mencela, kritis • Sikap menyendiri, menjauhkan diri, menyisihkan diri, • Bersikeras, kut, gigih
B	√		<ul style="list-style-type: none"> • Inteligensi rendah • Kapasitas mental skolastik yang rendah
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas

Q4	√	<ul style="list-style-type: none"> • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka
----	---	---



GRAFIK 4.5. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor C dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

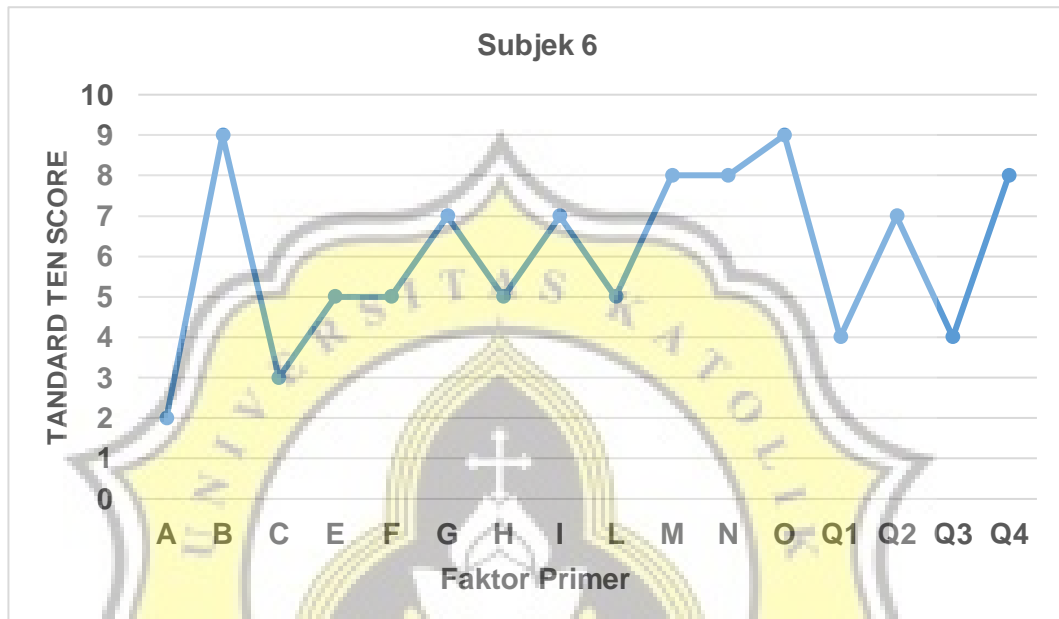
- Faktor B dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan inteligensi yang tinggi dan cepat dalam memahami ide-ide baru.

- Faktor M dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 4.7. Penjelasan Grafik Subjek 5

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
B		√	<ul style="list-style-type: none"> • Pandai • Intelligensi tinggi • Tenang, kapasitas mental skolastik tinggi
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung

- Terlalu peka



GRAFIK 4.6. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- faktor A dengan *sten score* 2 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

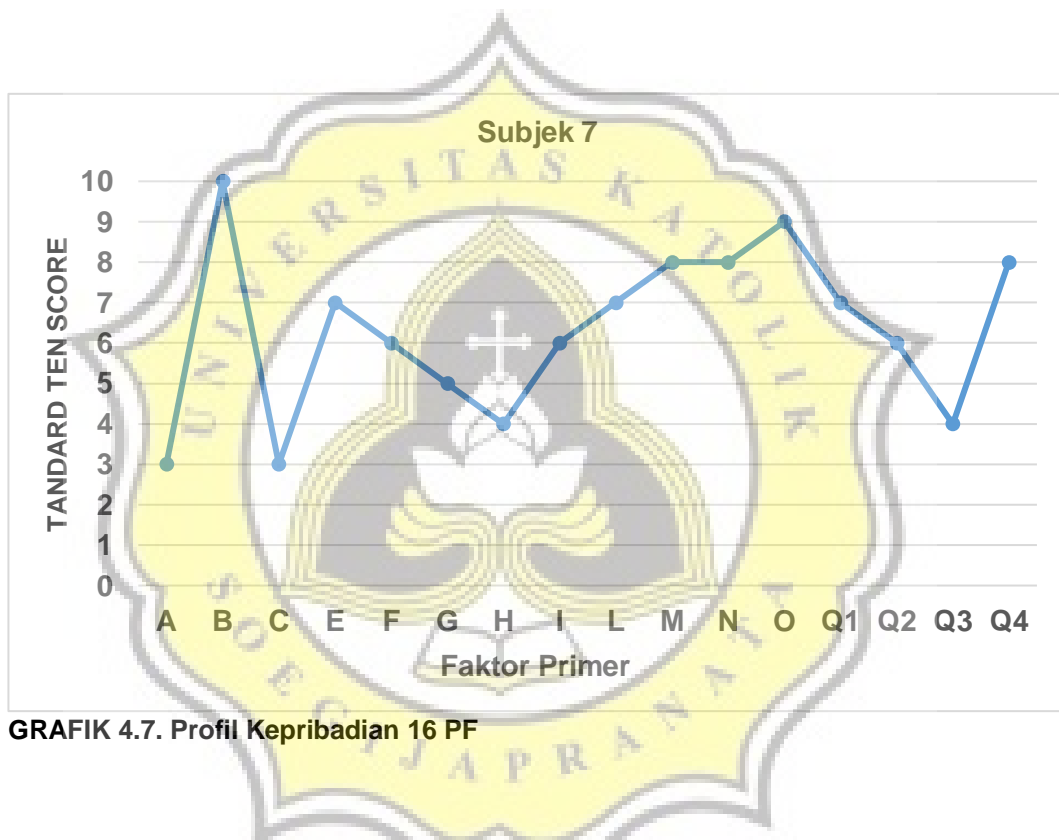
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor B dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan inteligensi yang tinggi dan cepat dalam memahami ide-ide baru.
- Faktor M dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 9 yaitu subjek cenderung memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 4.8. Penjelasan Grafik Subjek 6

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
A	√		<ul style="list-style-type: none"> • Sikap yang berhati-hati, tidak ramah, pendiam, suka menyendiri • Obyektif, tidak memihak • Bersifat selalu mencela, kritis • Sikap menyendiri, menjauhkan diri, menyisihkan diri, • Bersikeras, gigih
B		√	<ul style="list-style-type: none"> • Pandai • Inteligensi tinggi • Tenang, kapasitas mental skolastik tinggi
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya

O	√	<ul style="list-style-type: none"> • Secara sosial sadar akan sesuatu • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4	√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka



GRAFIK 4.7. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- faktor A dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

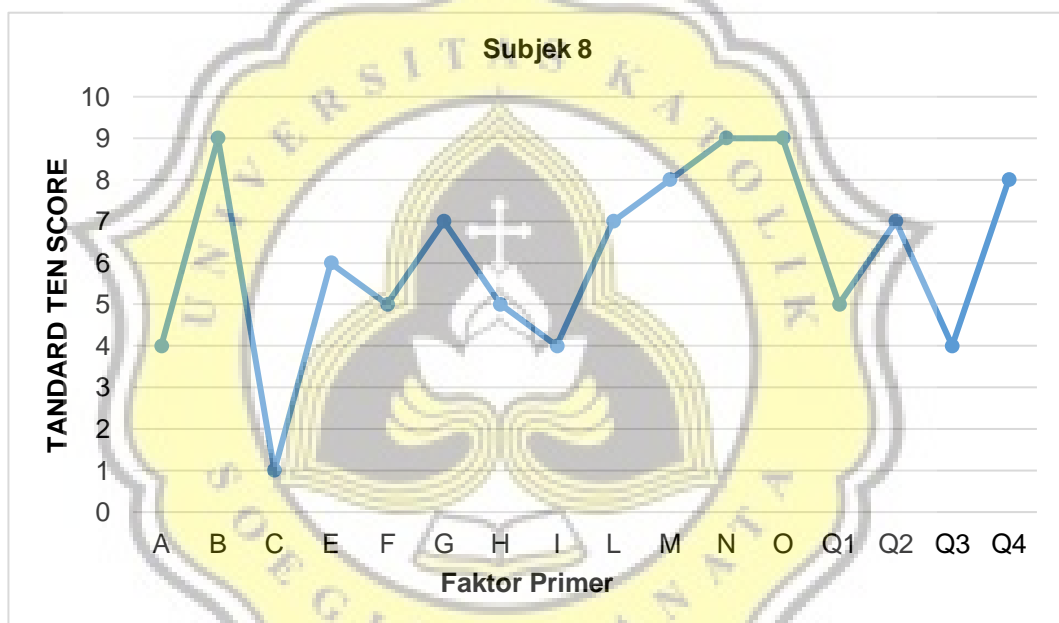
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor B dengan *sten score* 10 yaitu subjek memiliki kecenderungan inteligensi yang tinggi dan cepat dalam memahami ide-ide baru.
- Faktor M dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 9 yaitu subjek cenderung memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 4.9. Penjelasan Grafik Subjek 7

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
A	√		<ul style="list-style-type: none"> • Sikap yang berhati-hati, tidak ramah, pendiam, suka menyendiri • Obyektif, tidak memihak • Bersifat selalu mencela, kritis • Sikap menyendiri, menjauhkan diri, menyisihkan diri, • Bersikeras, gigih
B		√	<ul style="list-style-type: none"> • Pandai • Inteligensi tinggi • Tenang, kapasitas mental skolastik tinggi
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian)

N	√	<ul style="list-style-type: none"> • Linglung, pelupa, suka melamun • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O	√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas
Q4	√	<ul style="list-style-type: none"> • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
		<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka



GRAFIK 4.8. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor C dengan *sten score* 1 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

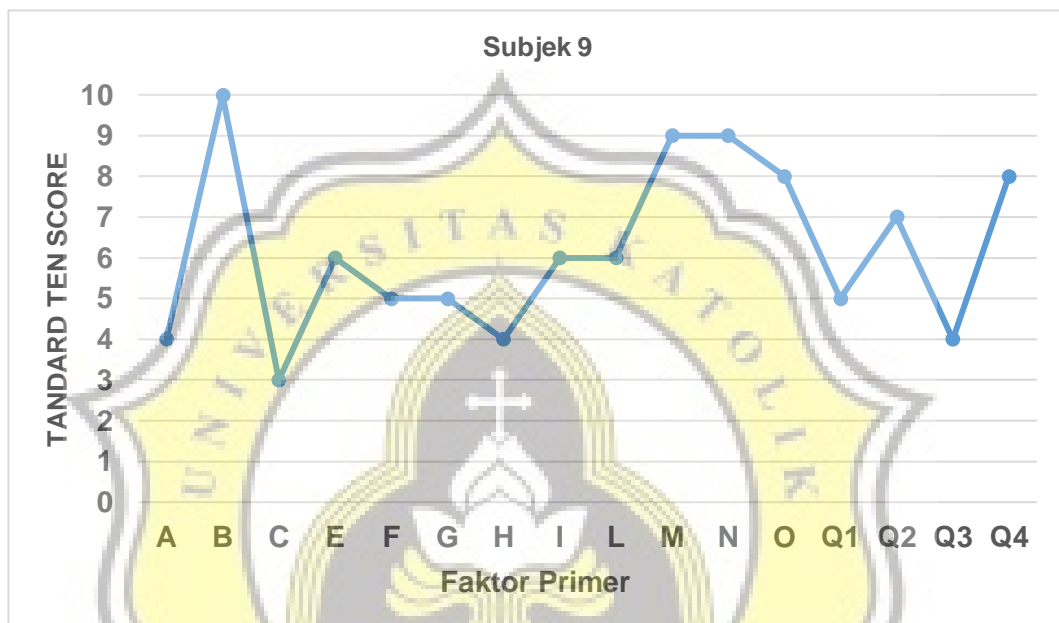
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor B dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan inteligensi yang tinggi dan cepat dalam memahami ide-ide baru.
- Faktor M dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 5.0. Penjelasan Grafik Subjek 8

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
B		√	<ul style="list-style-type: none"> • Pandai • Inteligensi tinggi • Tenang, kapasitas mental skolastik tinggi
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdas, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas

O	√	<ul style="list-style-type: none"> • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4	√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka



GRAFIK 4.9. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

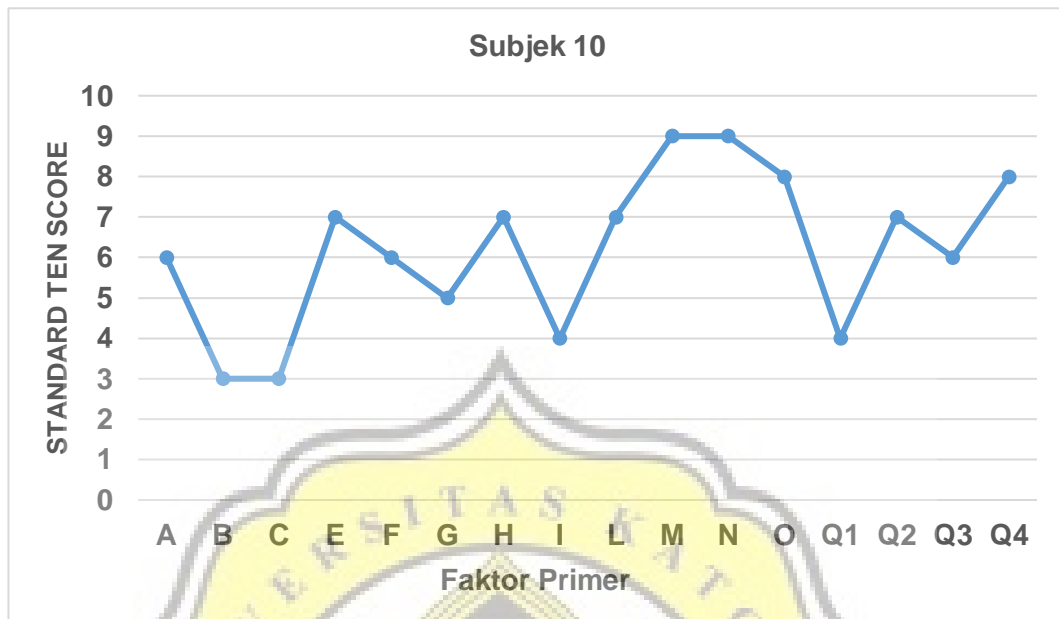
Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor B dengan *sten score* 10 yaitu subjek memiliki kecenderungan inteligensi yang tinggi dan cepat dalam memahami ide-ide baru.
- Faktor M dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.
- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.

- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 5.1. Penjelasan Grafik Subjek 9

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
B		√	<ul style="list-style-type: none"> • Pandai • Inteligensi tinggi • Tenang, kapasitas mental skolastik tinggi
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdik, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka



GRAFIK 10. Profil Kepribadian 16 PF

Berdasarkan hasil dari grafik di atas, subjek memiliki skor rendah pada :

- Faktor B dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap rendahnya kapasitas mental skolastik dan inteligensi yang rendah.
- Faktor C dengan *sten score* 3 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas.

Sementara itu, subjek memiliki skor tinggi pada :

- Faktor M dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja.

- Faktor N dengan *sten score* 9 yaitu subjek memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.
- Faktor O dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap orang yang memiliki kecemasan yang tinggi dan suka bermurung diri
- Faktor Q4 dengan *sten score* 8 yaitu subjek memiliki kecenderungan terhadap ketegangan, kegelisahan, rewel dan memiliki karakter yang tidak sabaran.

Tabel 5.2. Penjelasan Grafik Subjek 10

Faktor	Kategori STEN		Uraian Singkat
	Rendah	Tinggi	
B	√		<ul style="list-style-type: none"> • Inteligensi rendah • Kapasitas mental skolastik yang rendah
C	√		<ul style="list-style-type: none"> • Dipengaruhi oleh perasaan • Emosi kurang mantap • Mudah meledak • Mudah berubah-ubah • Kekuatan ego yang rendah
M		√	<ul style="list-style-type: none"> • Imaginative • Hidup Bebas (Bohemian) • Linglung, pelupa, suka melamun
N		√	<ul style="list-style-type: none"> • Lihay, cerdik, dan tajam • Halus, budi bahasanya, halus tingkah lakunya • Secara sosial sadar akan sesuatu
O		√	<ul style="list-style-type: none"> • Merasa takut, khawatir, prihatin, dan gelisah • Menyalahkan diri-sendiri, merasa tidak aman, merasa cemas • Selalu merasa memiliki kesukaran • Kecenderungan merasa bersalah
Q4		√	<ul style="list-style-type: none"> • Mudah frustrasi • Mudah tersinggung • Terlalu peka

Kesimpulan

Dengan demikian dari sepuluh subjek diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki faktor A yang rendah. Artinya, seluruh subjek tersebut memiliki kecenderungan terhadap sikap yang kaku, dingin, keras kepala, dan kadang-kadang cenderung bersikap kritis. Sementara itu, dari sepuluh subjek terapat lima mahasiswa yang memiliki faktor B rendah dan lima sisanya memiliki faktor B tinggi. Artinya, lima subjek memiliki inteligensi rendah dan lima lainnya memiliki inteligensi yang tinggi. Perihal faktor C diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki skor rendah. Artinya, seluruh subjek tersebut memiliki kecenderungan terhadap derajat toleransi frustrasi yang rendah dan cenderung menghindari diri dari tuntutan-tuntutan realitas. Perihal faktor M diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki skor tinggi. Artinya, seluruh subjek tersebut memiliki kecenderungan terhadap motivasi diri yang besar dan cenderung menaruh perhatian pada hal pokok dan penting saja. Perihal faktor N diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki skor yang tinggi. Artinya, seluruh subjek tersebut memiliki kecenderungan dalam pengalaman duniawi dan seringkali ia bertindak keras kepala dan analitis.

Perihal faktor O diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki skor yang tinggi. Artinya, seluruh subjek tersebut cenderung memiliki kecemasan yang tinggi, mudah tertekan, suka bermurung diri, penuh dengan persangkaan atau firasat-firasat dan suka memikirkan hal yang sedih-sedih. Perihal faktor Q4 diperoleh hasil bahwa seluruhnya memiliki skor tinggi. Artinya, seluruh subjek tersebut memiliki kecenderungan terhadap frustrasi yang tinggi dimana orang tersebut mudah merasa tegang, mudah tersinggung, mudah keletihan diakibatkan sering memiliki perasaan kecewa yang ditunjukkan dengan dorongan yang menggebu-gebu.

WAWANCARA

1. Subjek 1

Nama : RK
Usia : 22 TAHUN
Angkatan : 2015
Fakultas : FEB/AKUNTANSI

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

RK merupakan orang perantau yang tinggal di Semarang, ayahnya bekerja di salah satu perusahaan di Semarang dan ibunya sebagai ibu rumah tangga, namun untuk menambah pemasukan keluarga ibu RK membuka jualan-jualan kecil di depan rumahnya. Di dalam perkembangan sosial RK mampu membangun hubungan baik dengan siapa saja, mudah bergaul maka dari itu RK memiliki banyak teman di kampus maupun diluar kampus. RK sanggup bekerja sama dengan orang lain dan ia sangat menjaga hubungannya dengan orang lain agar terjalin dengan baik, menurutnya menjaga hubungandengan orang lain itu sangat penting, karena suatu saat pasti ada waktunya kita saling membutuhkan tenaga dan pikiran orang lain.

b) Ciri-ciri kepribadian

RK memiliki solidaritas yang tinggi terhadap teman. Ia terbuka untuk membantu siapapun meskipun pada orang yang baru ia kenal. Loyalitas terhadap teman patut di acungi jempol, ia selalu mengusahakan yang terbaik jika seseorang membutuhkan bantuannya. Hanya saja kadang RK mudah putus asa ketika apa yang sudah diusahakan mengalami sedikit hambatan dan mudah mengeluh.

c) Deskripsi stres yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi

Berdasarkan hasil wawancara, stres dalam menyusun skripsi berdampak pada fisik, emosi, kognitif, dan interpersonal.

1) Gejala fisik

Subjek mengatakan banyak dampak yang di timbulkan oleh stres skripsi dari segi fisik seperti mudah marah, emosi tidak terkontrol dan tidur tidak teratur yang jelas semua karena lembur mengerjakan skripsi

“Sangat memiliki perbedaan, biasanya kalo sebelum skripsi itu jam biasanya kan tidurnya jam 13.00 sampai bangun jam 19.00 gitu kan, kalo gak sama tidur siang juga. Tapi selama skripsi itu sehari cuma bisa kadang 2jam atau 3jam doan

RK juga merasakan stres dengan jerawat dan berat badan yang bertambah sehingga lingkungan terdekat menyadari bahwa perubahan yang di alami RK dikarenakan stres dalam menyusun skripsi.

“Paling kelihatan sih jerawat, soalnya gak cuma aku doang tapi temen-temenku sampe keluargaku juga pasti tanyain itu dan jerawat itu memang selama skripsi keluarnya...eee keluarga ku jadi kaget aja lihat jerawat sama berat badan aku kayak gak beraturan gitu”

2) Gejala emosi

Subjek mengatakan bahwa ketika menyusun skripsi ia merasa bingung dikarenakan hambatan-hambatan yang terjadi selama skripsi kadang tidak bisa terselesaikan dan sedih karena ia baru mengambil skripsi di semester ini sedangkan teman-temannya sudah mengambil skripsi di semester lalu. Subjek juga merasa *mood* mudah berubah seperti jengkel, marah, sedih, dan putus asa dalam proses menyusun skripsi.

“Eh aku pernah waktu itu nangis juga, nangis itu karena aku udah putus asa banget ngerjain skripsi ku. Aku udah gak ngerti mau bawa kemana skripsiku, aku gak tau bahasan nya, Nah itu aku nangis.”

3) Gejala kognitif

Subjek mengatakan bahwasanya skripsi adalah beban besar yang ia miliki saat ini karena skripsi berdampak pada pikiran subjek.

“Ya kacau pastinya, soalnya fokus skripsi menurutku berat jadi kayak beban pikiran besar banget buat aku, jadi males ngelakuin ini itu karna konsentrasi di skripsi terus kan, tapi gak tau mau ngerjainnya yang mana dulu des”

4) Gejala interpersonal

Subjek mengatakan bahwasanya akibat stres skripsi ia merasakan minder terhadap lingkungan terdekatnya dan dampaknya ia tidak menggunakan Instagram lagi akibat postingan skripsi, sedang proposal, lulus siding akhir, maupun wisuda.

“Minder ada, minder udah aku rasain dari ee.....tahun lalu karena ada beberapa temenku yang udah lulus. Sampe aku gak... udah gak....itu.... apa.....gak aktif Instagram lagi gara-gara itu”

“Iya aku gak pakai Instagram lagi gara-gara itu. Kalau mereka lulus atau temen-temen ku yang lain lulus pasti kan mereka bakal update Instagram dan aku pasti bakal lihat postingan itu kan, jadi buat aku ngerasa makin minder kalau lihat postingan itu. Jadi mending aku menghindari itu.”

OBSERVASI

Observasi dilaksanakan pada tanggal 27 Juli 2019 pukul 09.00 Peneliti bertemu dengan subjek di salah satu ruangan kelas Fakultas Ekonomi Bisnis. Sebelum wawancara dan observasi subjek terlihat lemas dan kurang bersemangat subjek mengatakan ia merasa pusing dikarenakan revisian yang diberikan dosen pembimbingnya sangat banyak. Subjek juga memperlihatkan *mood* yang tidak baik dengan jelas terhadap beberapa temannya yang menanyakan tentang skripsi padanya. Subjek terlihat beberapa kali melamun di dalam percakapan yang sedang berlangsung dengan teman-temannya dan

hanya mengambil sikap diam kemudian senyum beberapa kali saja ketika percakapan lucu sedang di bicarakan oleh teman-temannya.

Pada saat wawancara berlangsung subjek cukup jelas menjawab pertanyaan yang diberikan peneliti, dan suasana layaknya subjek sedang curhat kepada peneliti tentang perasaan-perasaan yang di alami subjek selama menyusun skripsi bahkan pada saat aktivitas diluar percakapan subjek tidak terdistak dan tetap fokus pada pertanyaan peneliti.

2. Subjek 2

Nama : DM
Usia : 23 TAHUN
Angkatan : 2015
Fakultas : FEB/AKUNTANSI

Hasil Wawancara

a. Latar belakang subjek

DM merupakan asli semarang dimana DM merupakan anak pertama dari 3 bersaudara. DM merupakan orang yang dikenal sangat sensitif dalam hal-hal tertentu seperti ketika sedang menghadapi masalah DM akan sangat ekspresif. Ayah DM bekerja di salah Sulawesi sedangkan ibunya bekerja di salah satu mall semarang.

b. Ciri-ciri kepribadian

Subjek dikenal baik dalam lingkungannya. Subjek dikenal sensitif, dalam hal apapun. Subjek tidak mampu mengontrol emosionalnya sehingga sangat terlihat jelas dari ekspresi yang di perlihatkan oleh subjek bahkan subjek menyadari

bahwa subjek sering merasakan *mood swing* dari sebelum skripsi dan ketika menghadapi stres skripsi *mood swing* tersebut meningkat.

c. Deskripsi stres yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi

Berdasarkan hasil wawancara, stres dalam menyusun skripsi berdampak pada fisik, emosi, kognitif, dan interpersonal.

1) Gejala Fisik

Subjek mengatakan dari segi fisik yang ia rasakan adalah tidur dan pola makan menjadi tidak teratur selama proses menyusun skripsi lalu selalu merasakan migren yang berkepanjangan sehabis bimbingan.

*“Makan, terutama makan. Eee..... makan jadi sedikit, jadi aku makan satu hari cuma 1x dan berat badan aku sebelum skripsi kan 51kg sekarang 46kg jadi itu yang paling kelihatan sih menurutku ya. trus aku emang orangnya sering migren tapi ndak tau apa emang gimana, Cuma aku tuh tipe orang kalau bener-bener ada masalah kayak tak pikirin terus *dengan suara yang kuat dan wajah cemberut* jadi aku makin parah migrennya, dan hilangnya itu gak dalam sehari, pernah aku migren 2 haru baru hilang migrennya.”*

“Trus kalau abis bimbingan gitu, entah kenapa aku gak tau itu kenapa abis ketemu dosen pembimbingku mesti setelah itu pusing ee migren dan itu bisa sampai malam baru hilang dan ngeganggu aktivitas aku kan jadi nya makanya aku selalu bawa obat untuk pusing. Sama kayak masalah ku sekarang ini, tak pikirin terus jadi aku migren.”

2) Gejala Emosional

Subjek mengatakan bahwa ketika menyusun skripsi ia merasakan berbagai dampak pada dirinya salah satunya emosional yang sulit dikendalikan seperti cemas, mudah marah, sedih, terlalu peka dan mudah tersinggung, *mood* cepat berubah.

“Yaa, itu sangat berdampak sih ke mood untuk ngerjain skripsi ku. Aku ndak tau aku tuh tipe moodyan atau bener-bener mood swing yang mood

*ku itu cepet banget, yang tiba-tiba sedih, terus tau-tau ketawa terus sedih, gitu-gitu aja terus *melakukan penekanan suara*. Cuma, ee..akhir-akhir ini karena yang paling banyak ke keluarga kan, jadi kalau semisal benar-bener habis ada masalah keluarga trus mama cerita atau adek-adek cerita, kan aku punya adek km..Ya bener-bener.... Yaudah, bener-bener gak mau megang skripsi..Ya itu toh, aku gak megang skripsi 3 bulan. Yaa aku bener-bener "ahhh....! Aku gak mau ah, aku lagi bener-bener gak mood untuk ngerjain skripsiku" *nada meninggi dan teriak*. Entah dalam 3 bulan itu keluargaku lagi baik-baik aja tetep aja aku gak mood buat..ee.. ngerjain skripsiku"*

3) Gejala Kognitif

Subjek mengatakan bahwasanya selama menyusun skripsi subjek mengalami pikiran yang sangat kacau, bingung dan mudah lupa. Bingung dengan skripsi yang di coret habis-habisan oleh dosen pembimbing dan bingung harus memulai dari mana ketika revisian, sehingga subjek stres dan memilih untuk tidak mengerjakan skripsi selama 3 bulan penuh.

"He'eh aku berhenti karena gak tau mau ngelakuin apa. Eee maksudnya itu, aku harus revisi mulai dari mana gitu loh. Trus kalau dia ngehapus..ngehapus...ngehapus gitu trus harus tak masukin apa. Jadi aku tuh bener-bener setres trus sempet tanya ke temen yang udah sama dia yang anak keuangan juga, tak bacain terus dan disitulah baru mulai ada pencerahan. Trus nambah lagi kan ada masalah keluarga juga aku, jadi sing buat aku ganggu skripsi dan skripsi ku juga jadi gak lancar bener-bener stres banget aku"

*" Kadang tuh aku bingung sama pikiran ku sendiri, bisa aku tuh berjam-jam aku gak bisa dapet apa-apa. Bener-bener aku gak ngehasilin apa-apa berjam-jam itu dan akhirnya pikiranku kacau sendiri. Tapi bisa setelah itu tiba-tiba aku dapet ide, dan disitu aku menggebu-gebu dan disaat itu juga harus segera diketik, karena keburu ilang *sambal tersenyum* Aku ngerasa semenjak tidak ada perkuliahan dan gak pernah belajar tuh jadi suka lupa apalagi semenjak skripsi yang sangat buat stres, jadi suka lupa yah hahah"*

4) Gejala Interpersonal

Subjek mengatakan bahwa selama skripsi ia tidak merasa minder dengan teman-temannya yang sudah proposal maupun siding akhir lebih dahulu dari rinya, karena ia sadar bahwa yang membuat pekerjaan skripsinya lama adalah dirinya sendiri yang sudah 3 bulan penuh tidak melakukan apa-apa pada skripsinya. Tetapi subjek tetap saja merasa stres dikarenakan skripsi yang ia hadapi adalah penelitian yang belum banyak diteliti, sehingga ketika stres subjek lebih memilih untuk menenangkan pikiran dengan mendekati diri kepada Tuhan.

“Emm... kalau aku lebih mendekati diri sama Tuhan sih, maksudnya aku percaya semua itu rencana Tuhan. Ya sama sambil berusaha sih, Cuma kan... kan.... Kiita juga gak bisa maksain toh, misalnya nek misalnya kita maksain dan Tuhan punya cara lain kan kita nya juga gak tau kan.”

OBSERVASI

Pada tanggal 28 Juli 2019 pada pukul 11.00 observasi dilakukan. Peneliti bertemu subjek di depan ruang Dekan FEB. Peneliti menunggu subjek beberapa menit dari waktu yang telah dijanjikan subjek untuk ketemu, dan subjek terlambat karena sedang bimbingan skripsi. Begitu keluar bimbingan subjek langsung meminum obat migren sebanyak dua pil. Subjek terlihat cemas dan kelewat berkeringan saat bertemu dan subjek selalu membawa susu setiap ia bimbingan agar ketika cemas dan maag subjek kambuh dapat ditangani terlebih dahulu dengan susu. Subjek terlihat memiliki pikiran yang kacau dan pikirannya hanya dipenuhi dengan skripsi yang tidak ada kemajuan.

Pada saat wawancara subjek meletakkan semua barangnya seperti tas, hp, dan skripsi yang ia bawa pada saat bimbingan di bawah lantai. Subjek sangat

fokus dengan pikiran kacanya dan penuh ekspresi dalam menjelaskan keluh-kesahnya sehingga ia menjawab pertanyaan peneliti dengan jelas dan rinci dari perasaan-persaan yang ia alami selama menyusun skripsi. Beberapa kali subjek tertawa dan senyum tetapi sesekali subjek sedih dan matanya berkaca-kaca akibat stres skripsi dan masalah keluarga yang ia sedang alami saat ini dan di akhir wawancara subjek menangis karena merasa skripsi merupakan salah satu beban terbesar yang harus ia tangani saat ini.

3. Subjek 3

Nama : IN
Usia : 23 TAHUN
Angkatan : 2014
Fakultas : FEB/MANAJEMEN

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang campuran batak dan manado, namun subjek lahir di Sorong, Papua. Subjek merantau ke Semarang Bersama adiknya dan tidak memiliki saudaradi semarang, setiap tahun subjek di kunjungi oleh mamanya. Subjek merupakan anak pertama dari ke-4 saudaranya dan dua saudara lain berada di papua dan jogja.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek dikenal humoris, senang mengikuti organisasi Fakultas Ekonomi dan Bisnis maupun organisasi suku batak dan papua yang ada di unika. Subjek

dikenal memiliki solidaritas yang tinggi bahkan ketika teman-teman sesukunya memiliki kesusahan ia langsung terjun untuk menolong teman sesukunya.

c) Deskripsi stres yang dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi

Berdasarkan hasil wawancara, stres dalam menyusun skripsi berdampak pada fisik, emosi, kognitif, dan interpersonal

1) Gejala Fisik

Subjek merasa stres skripsi berdampak pada fisiknya dari perubahan yang terjadi yaitu sering mengalami pusing, pola tidur berubah dan berat badan menurun.

“Eeee... kalau secara fisik sih bisa di lihat sekarang ya ..selama skripsi itu berat badan saya jadi cenderung menurun itu di bandingkan sebelum ngambil skripsi.”

2) Gejala Emosi

Subjek mengatakan bahwa subjek merasakan dampak dari stres skripsi yaitu menjadi mudah marah, dan terlalu peka sehingga mudah tersinggung walaupun terkadang subjek sadar bahwa permasalahan yang membuat subjek marah bukanlah hal yang besar namun subjek tidak bisa mengontrol emosi tersebut

“Ya ..kayak... saya tuh gampang mudah marah gitu, lihat temen saja tuh kadang , terpancing emosi, padahal itu bukan sesuatu yang besar juga kan,”

3) Gejala Kognitif

Subjek mengatakan bahwa stres skripsi membuat subjek menjadi mudah lupa atau daya ingat menjadi menurun, dan pikiran hanya dipenuhi dengan satu pikiran saja yaitu skripsi.

“Mudah lupanya seperti hal-hal simpenya aja, nama orang jadi mudah lupa, padahal itu temen yang tiap hari sama saya”

4) Gejala Interpersonal

Subjek mengatakan bahwa subjek merasa stres karena minder melihat teman-temannya yang sudah lebih dahulu proposal dan siding akhir dibandingkan dirinya. Disaat stres sangat memuncak, subjek memilih menyendiri karena menurut subjek menyendiri dapat mengintropeksi diri dan mengetahui kekurangan diri sendiri terletak dimana.

“Kalau minder pasti”

“Ya... saya senang menyendiri. Karena menurut saya menyendiri itu kayak mengintropeksi diri, kekurangan kita dimana, apa yang harus kita lakukan, gitu

OBSERVASI

Pada tanggal 25 Juli 2019 pada pukul 10.00, peneliti bertemu subjek di Lt.2 Fakultas Ekonomi dan Bisnis, subjek datang telat bimbingan karena telat bangun. Subjek kelihatan sangat terburu-buru sehingga subjek berlari sangat cepat ke ruang dosen pembimbingnya. Begitu selesai bimbingan subjek meminta untuk mengganti jam wawancara menjadi jam 13.00. Namun setelah jam 13.00 subjek mengabari peneliti untuk mengganti jam lagi di jam 15.00 untuk melakukan wawancara.

Pada saat wawancara subjek meminta maaf akibat tidak menepati janji dan mengganti jam berulang kali. Subjek selalu mengeluh dengan tahap-tahap yang ia harus kerjakan selama skripsi, terlihat pikiran yang kacau yang sedang dialami oleh subjek sambil berulang kali menepuk kepalanya karena ingin mengingat suatu barang yang ia ingin ambil.

Pada saat wawancara subjek menjawab pertanyaan dengan singkat, tidak begitu panjang namun dengan jelas dalam menjelaskan perasaan yang sedang ia alami pada saat ini yaitu stres skripsi.

4. Subjek 4

Nama : NB

Usia : 21 TAHUN

Angkatan : 2015

Fakultas : MANAJEMEN

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

NB merupakan perantau karena NB berasal dari Sumatera Utara yaitu Medan. NB merupakan suku batak. Di dalam keluarganya NB anak ke-2 dari 4 bersaudara dan sekarang NB kuliah bersama adiknya namun di fakultas yang berbeda. Ayah NB di Sumatera usaha alat elektronik sedangkan ibunya bekerja di kebun jeruk.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek dikenal baik dalam lingkungannya dan sangat menyukai organisasi, sehingga tidak sedikit orang yang mengenalnya dan NB diberi julukan oleh teman-temannya mahasiswa anti kosan karena begitu banyak aktifitasnya maupun organisasi yang ia ikuti sehingga membuat NB jarang menempati kosnya. Di balik kecintaannya terhadap organisasi, NB dikenal sebagai orang yang sangat peka terhadap orang lain, namun semenjak skripsi berlangsung NB

menjadi orang yang sering uring-uringan dan lebih mengurung diri di kos dibandingkan ikut dengan teman-temannya yang lain untuk nongkrong.

c) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Subjek mengaku stres dengan keadaannya sekarang karena skripsi yang ia kerjakan memiliki banya hambatan yang ia tidak mengerti harus memulainya dari mana terlebih dahulu. Pola makan yang berubah adalah hal yang paling dan sangat kelihatan akibat dampak skripsi, yaitu subjek masuk rumah sakit selama 3 hari 2 malam karena terkena sakit maag/ asam lambung.

2) Emosi

Subjek mengatakan ia sangat merasa muak dan jenuh ketika orang tua menanyakan skripsi dan kapan NB dapat wisuda, NB langsung merasa mood nya hancur, emosi tidak terkendali dan langsung mematikan telfon karena NB merasa ucapan orang tuanya sangat membuatnya *down*.

3) Kognitif

Hal yang sangat dirasakan NB selama skripsi yaitu NB merasakan tidak ada hal lain yang ada di pikiran NB selain skripsi bahkan NB tidak dapat tidur hanya memikirkannya setiap hari.

4) Interpersonal

Kepekaan NB menjadi hal negatif selama stres skripsi ia alami, seperti ia menjadi minder dengan teman-temannya yang sudah pada siding akhir dan hal itu yang membuatnya menarik dan tidak ikut ajakan teman-temannya untuk kumpul atau nongkrong bersama teman-temannya.

OBSERVASI

Pada tanggal 25 Juli 2019 pada pukul 13.30 – 14.30 peneliti bertemu subjek di kosannya, karena subjek yang meminta agar wawancara dilakukan dikosannya saja. Pada saat wawancara subjek meminta izin agar musik tetap dihidupkan namun dengan suara yang kecil dan peneliti memperbolehkan hal tersebut. Awalnya subjek seperti membentengi dirinya untuk menutup stres yang ia alami saat ini namun pada akhirnya subjek mulai dibawa suasana ketika musik yang di putar adalah musik rohani dan subjek mengatakan bahwa subjek sedang merasa stres dan frustrasi dengan skripsi yang ia kerjakan pada saat ini.

5. Subjek 5

Nama : MY

Usia : 22 TAHUN

Angkatan : 2015

Fakultas : MANAJEMEN

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang asli Semarang dan lahir di Semarang. Subjek merupakan anak satu-satunya dan cucu satu-satunya dalam keluarga. Subjek tinggal bersama neneknya. Dari kecil subjek sudah di tinggal oleh ibunya karena ibunya sakit dan ayahnya kerja di luar kota Semarang sehingga ia tinggal dan di besarkan oleh neneknya sejak umur 5 tahun.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek adalah orang yang mudah baper dan mudah tersentuh dengan omongan orang lain ketika membahas orang tua, namun di dalam sosial subjek dikenal sebagai orang yang sangat humoris

c) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Subjek mengatakan bahwa berat badan yang sangat terlihat jelas dari dampak skripsi. Subjek mengalami naiknya berat badan sebanyak 8kg karena subjek melampiaskan kejenuhan nya melalui makan dan juga dampak jerawat yang tumbuh pada wajahnya namun hanya di bagian dagu.

2) Emosi

Subjek mengatakan tidak begitu sensitif namun subjek sering merasa *mood swing* terjadi pada dirinya. Subjek bisa membuat orang lain tertawa namun ketika membahas skripsi subjek bisa rasanya ingin menangis dan menjauh dari pembahasan tersebut dan melakukan aktifitas lain untuk membuat moodnya kembali.

3) Kognitif

Dari dampak kognitif subjek suka melamun secara berlebihan, karena subjek mengatakan melamun membuatnya menjadi tenang dengan memikirkan hal yang membuatnya senang.

4) Interpersonal

Subjek mengatakan hal yang pertama ia lakukan ketika ia benar-benar kacau dengan semua cobaan yang ia hadapi selama stres skripsi ia akan pergi menenangkan diri sendiri ke gua maria, karena menurut subjek menyendiri bersama Tuhan lebih tenang dibandingkan dengan siapapun.

OBSERVASI

Pada dasarnya subjek adalah orang yang komunikatif, sehingga tidak sulit untuk melakukan wawancara dan observasi. Subjek sangat membantu dalam wawancara dan menjawab pertanyaan dengan baik dan sangat terbuka bahkan

subjek menceritakan suasana hatinya yang merasa sepi walaupun ia dikelilingi banyak harta tapi tidak ada sosok orang tua yang lengkap.

6. Subjek 6

Nama : IR

Usia : 22 TAHUN

angkatan : 2015

Fakultas : MANAJEMEN

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang Semarang. Subjek adalah anak ke-2 dari 5 bersaudara. Ayah subjek bekerja di salah satu perusahaan di Surabaya dan Ibu subjek bekerja di kantor notaris Semarang.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek dikenal ramah, murah tersenyum terhadap orang lain namun lebih pendiam. Sehingga tidak begitu banyak orang yang mengenalnya dan hanya memiliki teman 2 sampai 3 orang saja.

c) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Subjek mengatakan bahwa subjek sering merasa pusing yang berlebihan selama skripsi dan maag adalah penyakit yang cukup sering ia alami selama skripsi. Sehingga di tas subjek selalu ada promag (obat sakit maag)

2) Emosi

Emosi lebih sering diluapin ke diam dan nonton tv jika hal tersebut tidak membantu meredakan emosi subjek akan beralih ke Instagram.

3) Kognitif

Subjek mengatakan bahwa skripsi adalah beban terbesar saat ini dan fokus yang dibutuhkan skripsi sangat besar sehingga ketika orang tua meminta bantuan untuk membantu menyelesaikan kerjaan di notaris subjek tidak bisa fokus untuk membantu orang tuanya karena subjek merasa skripsi membuat pikirannya kacau.

4) Interpersonal

Subjek mengatakan minder ketika melihat teman-temannya kumpul dan mereka sudah selesai skripsi.

OBSERVASI

Peneliti bertemu subjek di Lt.2 Fakultas Ekonomi dan Bisnis. Pada awalnya subjek menjawab pertanyaan dengan seadanya saja dan tidak terlalu menjawab pertanyaan dengan spesifik. Subjek masih sering mengecek-mengecek hp nya beberapa kali namun peneliti membawa suasana agar subjek dapat nyaman dengan wawancara yang dilakukan oleh peneliti.

7. Subjek 7

Nama : LT

Usia : 24 TAHUN

Angkatan : 2014

Fakultas : FEB/AKUNTANSI

Hasil Wawancara

1) Latar belakang subjek

Subjek merupakan asli Semarang, Ayah subjek bekerja di salah satu perusahaan di Semarang, Ibu subjek bekerja sebagai ibu rumah tangga. Subjek merupakan anak ke-3 dari 3 bersaudara.

2) Ciri-ciri kepribadian

subjek memiliki ciri kepribadian yang *ekstrovert* namun hanya memiliki beberapa teman saja. Subjek dikenal dengan individu yang *in time* dalam setiap kegiatan.

3) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Gejala fisik

Subjek mengatakan banyak dampak yang di timbulkan oleh stres skripsi dari segi fisik. Salah satu dampak stres skripsi ke fisiknya seperti, jerawat dan berat badan yang menurun.

2) Gejala emosi

Subjek mengatakan bahwa ketika menyusun skripsi ia merasa bingung dikarenakan hambatan-hambatan yang terjadi selama skripsi kadang tidak bisa terselesaikan.

3) Gejala kognitif

Subjek mengatakan bahwasanya skripsi adalah beban besar yang ia miliki saat ini karena skripsi berdampak pada pikiran subjek.

4) Gejala interpersonal

Subjek mengatakan bahwasanya akibat stres skripsi ia merasakan minder yang tinggi terhadap lingkungan terdekatnya.

OBSERVASI

Pada saat observasi dan wawancara dilakukan, subjek mengajak peneliti melakukan wawancara di T.A. Subjek nyaman ketika di wawancarai dan mengatakan ia tidak merasa di wawancarai namun seperti *sharing* tentang hambatan-hambatan dan keluh kesah yang ia rasakan dan sekarang, lalu ia bagi cerita tersebut kepada si peneliti, walaupun beberapa kali subjek ke distrak dengan orang-orang yang lalu-lalang tapi subjek tetap fokus pada jawaban yang ia ingin sampaikan.

8. Subjek 8

Nama : EP
Usia : 22 TAHUN
Angkatan : 2015
Fakultas : FEB/ AKUNTANSI

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang Bogor. Di Semarang ia tinggal bersama budenya. Subjek merupakan anak pertama dari tiga bersaudara. Ayahnya bekerja di bogor dan ibunya bekerja di ambon. Setiap satu bulan sekali mereka akan berkumpul di bogor.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek merupakan orang yang sangat ramah dan suka menolong orang lain, subjek juga dikenal sebagai orang yang panikan namun subjek masih bisa mengontrolnya.

c) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Subjek mengatakan bahwa stresnya terlihat pada berat badan yang cenderung menurun.

2) Emosi

Subjek mengatakan bahwa dikarenakan subjek panikan dan gampang cemas membuat subjek mudah marah dan jengkel melihat orang-orang sekelilingnya.

3) Kognitif

Subjek mengatakan bahwa ia sulit berkonsentrasi terhadap hal lain dan apapun itu diluar skripsi karena pikirannya hanya dipenuhi dengan skripsi

4) Interpersonal

Subjek mengatakan bahwa curhat dengan ibunya adalah hal yang paling menenangkan, sehingga setiap kali stres ibunya sudah siap dua jam full untuk mendengarkan keluh kesahnya.

OBSERVASI

Pada saat peneliti bertemu dengan subjek, subjek langsung menceritakan kesulitannya dalam skripsi tanpa basa-basi lagi. Subjek langsung menceritakan dengan panjang lebar dengan hambatan yang ia alami pada saat ini sehingga subjek menjawab setiap pertanyaan dengan baik.

9. Subjek 9

Nama : AS

Usia : 24 TAHUN

Angkatan : 2015

Fakultas : FEB

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang Sumatera Utara, yaitu di Sidamanik. Subjek merupakan anak pertama dari lima bersaudara. Ia tinggal bersama pamannya karena pamannya bekerja di salah satu perusahaan di Semarang.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek dikenal sebagai orang yang sombong dan kurang peduli dengan sosial, ia melakukan aktivitasnya sendiri tanpa harus memikirkan orang-orang yang berada di sekelilingnya.

c) Deskripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Stres skripsi berdampak pada fisiknya yaitu dengan jerawat yang memenuhi wajah dan subjek mengatakan ia semakin kurus semenjak skripsi karena ia tidak selera makan ketika stres skripsi.

2) Emosi

Subjek mengatakan bahwa emosi yang ia sering ia alami adalah emosi negatif dimana ia ingin marah pada semua orang di sekelilingnya.

3) Kognitif

Subjek mengatakan akibat stres ia sering lupa dengan aktivitas lain dan membuatnya sering membatalkan janji dengan orang lain.

4) Interpersonal

Dikarenakan stres membuat subjek menghasilkan emosi negatif, subjek memilih untuk menghindari dari sosial. Menurut subjek lebih baik ia menjauh dari sosial dibandingkan ia dekat dengan sosialnya namun teman-temannya akan terkena dampak dari emosi yang tidak terkontrol.

OBSERVASI

Pada saat peneliti bertemu subjek di kampus depan atm Fakultas Ekonomi dan Bisnis, subjek terlihat murung seperti baru nangis. Peneliti menanyakan keadaan subjek, dan pada akhirnya subjek menangis dan langsung memeluk peneliti. Peneliti pun mengajak subjek kekos agar subjek lebih leluasa menceritakan keluh kesahnya. Terlihat jelas subjek adalah orang yang mudah panik, ia menceritakan stresnya sampai cerita terbata-bata dan peneliti mencoba menenangkannya lalu setelah tenang barulah kemudian subjek bisa menjawab pertanyaan dengan baik.

10. Subjek 10

Nama : LG

Usia : 23 TAHUN

Angkatan : 2015

Fakultas : FEB

Hasil Wawancara

a) Latar belakang subjek

Subjek merupakan orang asli Semarang. Orang tua subjek merupakan pengusaha mobil dan kedua orangtuanya bekerja sama. Subjek merupakan anak pertama dari dua bersaudara.

b) Ciri-ciri kepribadian

Subjek mengatakan bahwa ia adalah salah satu tipe orang yang sensitif, terutama jika ia sedang ada aktifitas yang harus dikejakan seperti skripsi.

c) Dekripsi stres yang di alami mahasiswa dalam menyusun skripsi

1) Fisik

Subjek mengatakan stres yang ia alami selama skripsi yaitu terjadi dengan berubahnya pola makan padahal subjek memiliki maag akut, dan akibat dari stress tersebut ia sampai muntah-muntah akibat.

2) Emosi

Subjek mengatakan bahwa ia sangat emosional sensitifitasnya meningkat ketika mengerjakan skripsi, seperti contoh yang ia katakan ketika adiknya memasang music dengan volume kecil yang seharusnya tidak menjadi masalah maka bisa menjadi masalah karena ia sedang fokus mengerjakan skripsi sehingga butuh tenang

3) kognitif

Subjek mengatakan bahwa dampak skripsi sangat besar pada dirinya, ia hanya fokus pada skripsi, apapun yang ia kerjakan fokusnya hanya ke skripsi, bahkan ada dampak yang ditimbulkan seperti lebih mudah lupa.

4) Interpersonal

Kalau sudah di titik puncak sangat stres, subjek memilih untuk menenangkan pikiran dan menjauh dari sosial karena ia ingin menenangkan diri.

OBSERVASI

Pada saat ketemu subjek, subjek langsung *welcome* karena subjek mengatakan bahwa ia senang menjadi sasaran penelitian fakultas psikologi menurutnya itu cukup membantu orang-orang sepertinya untuk ngeluapin keluh kesah yang tidak semua orang bisa mengerti. Sehingga subjek sangat antusias dengan wawancara yang berlangsung.

Kesimpulan

Dengan demikian berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan kepada sepuluh subjek, diperoleh hasil bahwa subjek merasa adanya gangguan tidur dan sering merasa pusing dengan adanya hambatan-hambatan skripsi yang terjadi dan subjek merasa tidak mampu menyelesaikannya dan juga adanya perubahan pola makan, perubahan berat badan, *mood* yang menjadi cepat berubah, mudah marah, sedih, dan putus asa, merasa kacau dan mengatakan bahwa skripsi adalah beban terbesar yang dimiliki. Subjek merasa minder dan hanya memiliki fokus pada satu pikiran saja yaitu skripsi sehingga sering mengabaikan tanggung jawab diluar skripsi dengan mudah membatalkan janji terhadap orang lain. Subjek juga sering menarik diri untuk menenangkan pikiran ketika merasa stres yang dialami sudah sampai puncak dan tidak tahu harus melakukan apapun untuk menyelesaikan skripsi yang ia kerjakan.

Sementara itu, berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan terhadap kesepuluh subjek, diperoleh hasil bahwa subjek sering melamun, sering mengubah jadwal yang telah ditetapkan, mudah sedih dan mudah marah ketika membahas skripsi, emosi yang menggebu-gebu dan ekspresif dalam menceritakan kesulitan dalam menyusun skripsi.

Oleh sebab itu, kesimpulan dari seluruh hasil observasi dan wawancara terhadap mahasiswa yang mengalami stres dalam menyusun skripsi yaitu memiliki kepribadian yang kurang sehat atau negatif, ditunjukkan dengan ciri-ciri seperti: emosional, sering merasa cemas dan khawatir, merasa tertekan, menunjukkan perilaku kasar, mencari masalah dengan sifat kekanak-kanakan, suka bersikap tidak jujur, tidak bisa diam, mengalami insomnia, lalai akan kewajiban, sering sakit pada kepala.

