

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang permasalahan

Mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan skripsi agar mendapatkan gelar sarjana S1. Mahasiswa menurut Setyowicaksono (2011) adalah peserta didik yang terdaftar dan menuntut ilmu pada perguruan tinggi. Sebagai mahasiswa, maka harus merancang jadwal secara mandiri dan disiplin dalam masa perkuliahannya agar waktu yang dimiliki dapat digunakan secara maksimal. Proses penulisan skripsi merupakan hal yang tidak mudah bagi mahasiswa, seringkali mereka mengalami kesulitan dari mulai menetapkan judul hingga masa sidang proposal maupun sidang akhir. Perjalanan yang harus dilewati cukup panjang dan melelahkan. Idealnya, mahasiswa diberi waktu merampungkan skripsi dalam waktu 6 bulan yaitu setara dengan 1 semester, tetapi masih banyak mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsinya dalam kurun waktu tersebut dan bahkan setelah waktu yang terbilang cukup lama.

Penelitian yang dilakukan oleh Utami, Hardjono dan Nugraha (2014) menjelaskan bahwa dari 3074 mahasiswa terdapat 2005 mahasiswa yaitu sama dengan 65,2 persen yang menempuh masa studi lebih dari 5 tahun di Universitas Sebelas Maret pada tahun akademik 2011/2012. Hasil serupa juga ditemukan dalam penelitian lain oleh Setyowicaksono (2011) tercatat bahwa di Universitas Muhamadiyah Malang dari 225 mahasiswa angkatan 2004-2006 terdapat 124 mahasiswa

yang menempuh skripsi lebih dari 6 bulan, yaitu sama dengan 55.5 persen. Dari beberapa kasus ini, persentase mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi tepat waktu dapat terbilang cukup besar.

Menurut Roellyana dan Listiyandini (2016) secara umum kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa saat mengerjakan skripsi adalah kesulitan menentukan tema yang diminati, menetapkan judul, menentukan sampel, mencari sumber referensi, alat ukur yang digunakan, menunggu respon dari dosen pembimbing, mengatur waktu untuk mengerjakan skripsi agar selesai tepat waktu, revisi-revisi yang harus dilakukan, kemalasan, penundaan dan lain sebagainya. Demikian juga dengan data yang diperoleh Rosidi (2017) dari wawancara kepada beberapa mahasiswa UIN Sunan Gunung Djati Bandung diperoleh data bahwa kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa saat mengerjakan skripsi membuat waktu kelulusan menjadi lebih lama, bahkan terdapat mahasiswa yang menyelesaikan masa studinya sampai 6 hingga 7 tahun lamanya. Terdapat 252 dari 412 yaitu 61,1 persen dari mahasiswa yang masih mengerjakan skripsi, beberapa diantaranya cuti, selebihnya terhambat dalam pengerjaan skripsinya.

Selain itu peneliti juga melakukan survei dengan membagikan kuesioner melalui *Google forms* kepada 60 responden yang merupakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di universitas di Jawa Tengah yang mencakup lima universitas sebagai berikut pada Tabel 1.1:

Tabel 1. 1 Data Universitas dan Jumlah Responden Survei Awal Lapangan

No	Universitas	Jumlah responden	Persentase
1.	Universitas Katolik Soegijapranata	17	28,3%
2.	Universitas Kristen Satya Wacana	12	20%
3.	Universitas Dian Nuswantoro	7	11,7%
4.	Universitas Diponegoro	14	23,3%
5.	Universitas Negeri Semarang	10	16,7%
TOTAL		60	100%

Hambatan yang dialami oleh responden selama proses mengerjakan skripsi yang diperoleh dari hasil survei pada tabel 1.2 sebagai berikut:

Tabel 1. 2 Hasil Survei Awal Lapangan Hambatan yang dialami responden selama mengerjakan skripsi

No	Hambatan yang dialami selama mengerjakan skripsi	Jumlah Responden	Persentase
1.	Kesulitan manajemen waktu	5	8,3%
2.	Dosen pembimbing sulit di hubungi / lama merespon	12	20%
3.	Kemalasan	10	16,6%
4.	Kerja/Kesibukan lain	3	5%
5.	Prokrastinasi/kurang ide atau inspirasi	1	1,7%
6.	Menentukan topik dan mendapat data	2	3,3%
7.	Sulit menemukan sumber, data pendukung dan responden	4	6,7%
8.	Kendala dalam pengolahan data statistik	4	6,7%
9.	Keraguan/ kurang percaya diri untuk maju pada tahap selanjutnya	3	5%
10.	Kebingungan dalam merumuskan tema penelitian	7	11,7%
11.	Kesulitan membuat literature review	2	3,3%
12.	Tidak merasa optimis untuk mengerjakan skripsi	7	11,7%
TOTAL		60	100%

Tabel 1. 3 Hasil Survei Lapangan Awal terkait Dukungan Sosial dan Optimisme Mahasiswa

No	Pertanyaan	Jumlah Responden	Persentase
1.	Apakah dukungan sosial merupakan hal yang penting dalam proses mengerjakan skripsi?		
	Ya	60	100%
	Tidak	0	0%
2.	Apakah anda mendapatkan dukungan sosial selama mengerjakan skripsi?		
	Ya	56	93,3%
	Tidak	4	6,7%
3.	Apakah anda optimis mengerjakan skripsi anda?		
	Sangat Optimis	10	16,7%
	Optimis	9	15%
	Kurang Optimis	13	21,6%
	Tidak Optimis	28	46,7%
4.	Apakah hambatan-hambatan yang anda temui selama mengerjakan skripsi membuat anda tidak optimis?		
	Ya	51	85%
	Tidak	9	15%
5.	Apakah anda mampu berpikir positif disetiap waktu saat menghadapi hambatan pada skripsi anda?		
	Ya	17	28,3%
	Tidak	43	71,7%
6.	Apakah anda tetap mampu optimis menjalani kehidupan walau sedang menghadapi hambatan pada skripsi?		
	Ya	25	41,7%
	Tidak	35	58,3%

7.	Apakah anda merasa penyebab dari terjadinya suatu permasalahan dalam skripsi anda adalah..		
	Diri sendiri (seperti; kurang memiliki kemampuan/ tidak memiliki pemahaman yang baik dsb)	38	63,3%
	Dari luar diri anda (seperti; orang lain/ situasi/ teknis/ sumber lain dsb)	22	36,7%
8.	Apakah anda merasa penyebab kelancaran skripsi anda adalah..		
	Diri anda sendiri/ faktor internal (dari dalam diri seperti kemampuan diri, pemahaman yang baik)	16	26,7%
	Orang lain/faktor eksternal (dari luar diri seperti sumber yang tersedia, dosen pembimbing, teman)	44	73,3%

Akibat dari hambatan-hambatan ini para responden sudah menghabiskan 2 hingga lebih dari 6 semester untuk mengerjakan skripsi. Berdasarkan survei tersebut 46.7 persen dari 60 responden tidak optimis dalam mengerjakan skripsi dan 21.6 persen kurang optimis. 85 persen dari responden mengatakan bahwa hambatan-hambatan yang mereka temui yang membuat mereka tidak optimis.

Mahasiswa yang sudah mencapai tingkat akhir akan mengambil mata kuliah skripsi jika batas Satuan Kredit Semester (SKS) untuk mengambil mata kuliah skripsi sudah terpenuhi. Pada awalnya mahasiswa yang mengerjakan skripsi cenderung memiliki semangat dan motivasi yang tinggi dengan tujuan ingin cepat lulus. Mahasiswa mengerjakan skripsi dengan kaidah keilmuan di bawah bimbingan dan pengawasan dosen pembimbing. Mahasiswa tingkat akhir harus optimistik, memiliki semangat yang tinggi, berperan aktif dalam menghadapi masalah baik dalam segi akademik maupun non-akademik serta mempunyai pencapaian prestasi

yang optimal, hal ini akan membantu mahasiswa dalam proses menyelesaikan skripsinya (Yesamine dalam Batubara, 2020).

Menurut Schulman (dalam Umbroh, Pali dan David, 2020) individu dengan sikap optimistik cenderung unggul dalam prestasi akademik di perguruan tinggi dan menunjukkan produktivitas kerja yang baik. Secara ideal, mahasiswa dengan sikap optimisme akan menerima situasi yang terjadi dan melihat masalah sebagai kesempatan untuk berusaha secara maksimal dalam mencari solusinya. Optimisme sendiri adalah keyakinan seseorang akan segala hal dilihat dari perspektif yang baik dan menyenangkan serta memiliki sikap penuh harapan (Hatifah dan Nirwana, 2014). Menurut Daraei dan Ghaderi (2012) optimisme merupakan salah satu komponen psikologi positif yang memiliki hubungan dengan emosi dan perilaku yang positif yang berdampak pada kesehatan, hidup yang bebas stres, hubungan dan fungsi sosial yang baik.

Namun pada kenyataannya mahasiswa seringkali mengalami penurunan semangat dan motivasi ketika dihadapkan dengan kesulitan. Berdasarkan penelitian Ningrum (2011) mahasiswa yang sudah mengerjakan skripsi lebih dari satu semester memiliki tingkat optimisme rendah. Mahasiswa mulai kehilangan harapan dalam menghadapi berbagai kesulitan saat mengerjakan skripsi. Beberapa mahasiswa kehilangan cara untuk merespon secara positif pada kondisi tidak menyenangkan yang sedang dialami (Irdil, Ardi, dan Yendi, 2012).

Mahasiswa dapat memiliki sikap yang optimis maupun pesimis, ternyata salah satu penyebabnya adalah dukungan sosial. Berdasarkan survei yang dilakukan peneliti responden mengutarakan pentingnya

memiliki dukungan sosial dalam proses mengerjakan skripsi karena memberikan mereka dorongan motivasi, semangat maupun bantuan nyata agar dapat cepat menyelesaikan skripsinya. Hal ini yang membuat mereka menjadi optimis dalam mengerjakan skripsi. Kebanyakan dukungan sosial yang didapatkan oleh para responden berasal dari teman dan keluarga.

Setiap individu akan memberikan respon dan mencari penyelesaian dengan cara yang berbeda-beda dalam menghadapi kesulitan-kesulitan. Bagi mahasiswa yang merasa tidak memiliki kemampuan untuk menghadapi kesulitan saat mengerjakan skripsi maka dampak yang dialami tidak hanya skripsi yang tidak kunjung selesai, tertundanya kelulusan dan biaya tambahan untuk setiap semester tetapi mahasiswa juga dapat mengalami stres, merasa rendah diri, frustrasi, depresi dan bahkan bisa memicu mahasiswa untuk memutuskan tidak menyelesaikan skripsi (Mu'tadin 2002). Menurut Darmono dan Hasan (2004) gangguan seperti gangguan fisik, emosional, intelektual maupun interpersonal dapat dialami mahasiswa saat mengalami stres dalam proses mengerjakan skripsi.

Oleh karena itu, mahasiswa membutuhkan peran optimisme dalam proses mengerjakan skripsi agar mahasiswa memiliki sikap yang lebih terbuka untuk menerima masukan dan memberi respon aktif kepada dosen pembimbing, tidak mudah putus asa saat berhadapan dengan kesulitan-kesulitan, membuat jadwal pribadi untuk mengerjakan skripsi, dan berusaha mencari solusinya saat ada hambatan. Jika mahasiswa tidak memiliki optimisme dalam mengerjakan skripsi maka kesulitan tidak dapat diatasi dan akan terjadi dampak negatif baik dari segi akademis, non-

akademis maupun kesehatan mental mahasiswa. Peterson dan Seligman (2004) menyatakan bahwa optimism adalah salah satu bentuk dari *character strength* yang dimiliki individu. *Hope, optimism, future-mindedness* maupun *future orientation* merupakan pengharapan, keyakinan dan kepercayaan akan masa depan yang positif dan memiliki sikap berusaha keras untuk mewujudkan hal tersebut.

Seligman (2008) mengungkapkan bahwa seseorang dengan sikap optimisme akan cepat bangkit dari keputusasaan sementara yang terjadi. Individu yang mengalami kegagalan akan berusaha lagi untuk bangkit dan melupakan kegagalan tersebut (Ildil, Ardi, dan Yendi, 2012). Maka dapat dikatakan bahwa orang dengan sikap optimisme lebih dapat mengatasi stres pada orang dengan sikap pesimisme. Selain itu, hasil penelitian Ningrum (2011), menunjukkan bahwa optimisme mahasiswa Universitas Esa Unggul (UEU) yang sedang menyusun skripsi berada pada kategori rendah dengan persentase 43,8%. Sejalan dengan hasil penelitian Thanoesya, Syahniar, dan Ildil (2016) tingkat optimisme mahasiswa dalam proses penulisan skripsi berada pada kategori rendah yaitu 27,9% dan kategori sangat rendah yaitu 16,4%. Berdasarkan penelitian-penelitian ini dapat dikatakan bahwa masih banyak mahasiswa yang kurang optimis dalam proses mengerjakan skripsi.

Proses mengerjakan skripsi memberikan dampak yang cukup besar kepada mahasiswa, mereka membutuhkan sikap optimisme untuk meningkatkan minat dan motivasi dalam menghadapi proses mengerjakan skripsi yang terbilang kompleks. Menurut Siang (2009) terdapat faktor internal dan eksternal yang memengaruhi proses penyelesaian skripsi.

Faktor internal mengarah pada hal yang datangnya dari dalam diri. Misalnya minat, motivasi dan optimisme mahasiswa saat sedang mengerjakan skripsi. Faktor eksternal mengarah pada hal yang datangnya tidak dari dalam diri individu. Misalnya teknis atau proses pengerjaan skripsi seperti kesulitan menjabarkan tema dalam bentuk tulisan, judul yang memiliki terlalu banyak variabel, kesulitan mencari literatur atau data empirik untuk menjelaskan urgensi permasalahan yang diangkat, hubungan interpersonal yang kurang baik dengan dosen pembimbing, dan konsultasi bimbingan ataupun revisi yang tidak berjalan dengan baik.

Optimisme bila dijelaskan dari sudut pandang psikologi positif maka merupakan sikap yang mengarahkan individu pada sifat-sifat yang positif. Psikologi positif memiliki tujuan yang fokus utamanya adalah untuk tidak hanya memperbaiki hal-hal terburuk yang dialami tetapi juga memanfaatkan kualitas-kualitas positif yang ada dalam hidup individu. Seligman (2013) melalui psikologi positif menekankan munculnya fungsi manusia yang positif sehingga tidak hanya menggali terkait kelemahan dan kerusakan tetapi dapat mencapai pemahaman ilmiah dan intervensi yang efektif demi pengembangan individu, keluarga, dan masyarakat.

Kesulitan-kesulitan yang dialami mahasiswa selama proses mengerjakan skripsi dapat dihadapi dengan adanya optimisme dalam diri mahasiswa. Didukung oleh penelitian Kurniawan, Aditya dan Nugraha (2015) yang menemukan bahwa dengan memiliki optimisme dapat membantu mengatasi rintangan yang muncul dalam proses pencapaian tujuan individu. Individu yang optimis akan memiliki keyakinan berhasil, harapan yang tinggi, berusaha mencari solusi dengan meminta

pertolongan nasihat dari orang lain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tinggi atau rendahnya tingkat optimisme seseorang yang mencakup dua yaitu, faktor internal dan eksternal. Sumber faktor internal berasal dari diri individu seperti pengalaman, self-esteem dan self-efficacy. Disisi lain sumber faktor eksternal berasal dari luar diri individu, seperti faktor keluarga, sosial ekonomi, dan media (Umboh, Pali dan David, 2020).

Untuk meningkatkan optimisme dalam diri seseorang akan lebih mudah dengan adanya orang lain. Beberapa faktor yang mempengaruhi optimisme mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi antara lain adalah dukungan sosial, kepercayaan diri, harga diri dan akumulasi pengalaman (Seligman, 2006). Seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Partosuwido (dalam Kurniawan, Aditya dan Nugraha, 2015) mengungkap bahwa salah satu faktor yang dapat meningkatkan optimisme adalah pengaruh lingkungan. Hal ini juga didukung oleh penelitian Smith dan Renk (2007) bahwa tekanan akibat beban akademis akan berkurang dengan adanya dukungan dari orang-orang penting bagi mereka. Demikian juga yang dinyatakan Clark (dalam Noviana, 2014) bahwa meningkatnya optimisme dipengaruhi oleh pengalaman bergaul dan orang-orang disekitar individu.

Sebagai makhluk sosial, manusia akan selalu saling berhubungan dan membutuhkan satu dengan yang lain baik untuk berinteraksi, bekerjasama, bersosialisasi, bertransaksi maupun menyelesaikan masalah. Sama halnya dengan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi mereka juga memerlukan orang lain untuk menghadapi kesulitan-kesulitan yang dialami selama prosesnya. Untuk menumbuhkan atau meningkatkan optimisme seseorang dukungan sosial dari lingkungan

sekitar berperan sebagai faktor yang mempengaruhi tingkat optimisme. Dukungan sosial berperan secara efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa yang sulit dan menekan (Taylor, 2009)

Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ramadhani (2014) yang mencari hubungan antara optimisme dan dukungan sosial dengan *coping stress* pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Optimisme dan dukungan sosial menjadi variabel bebas dan *coping stress* menjadi variabel tergantung yang kemudian memperoleh hasil adanya hubungan optimisme disertai dengan dukungan sosial yang kuat membuat mahasiswa menjadi lebih efektif dalam mengatasi stres saat menyusun skripsi dengan sumbangan efektif 48,8%. Sedangkan penelitian yang hendak dilakukan oleh peneliti memisahkan variabel optimisme dan dukungan sosial. Optimisme menjadi variabel tergantung dan dukungan sosial sebagai variabel bebas. Kemudian dicari hubungan antara dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Dukungan sosial dari orang-orang disekitar akan membentuk suatu lingkungan yang positif bagi individu terutama bila dukungan berasal dari orang-orang yang berharga seperti keluarga, pasangan, sahabat, teman, dosen, komunitas dan lain sebagainya. Penelitian yang dilakukan oleh Ushfuriyyah (2015) menunjukkan dukungan sosial yang diperoleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi persentase dukungan sosial tinggi 16,1%, sedang 63,4%, dan rendah 20,4%. Untuk optimisme diperoleh hasil tinggi 22,6%, sedang 59,1% dan rendah 18,3%. Maka

semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa semakin tinggi tingkat optimisme yang dimiliki dan sebaliknya.

Menurut Ruby (2015) dukungan sosial dapat diperoleh dari orang-orang disekitar individu yang dapat memberikan bantuan yang bermanfaat. Dukungan sosial yang diberikan tidak hanya sekedar tentang menerima bantuan tetapi juga dapat membangkitkan rasa optimisme dan semangat mahasiswa untuk mengerjakan dan menyelesaikan skripsinya (Rosidi, 2017). Dukungan sosial memiliki peran penting dan efektif dalam mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit (Taylor dalam Ramadhani, 2014). Dengan adanya dukungan sosial dari orang-orang disekitar mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat mencapai target menyelesaikan skripsi dan mendapatkan gelar S1. Beberapa bentuk dari dukungan sosial menurut Gottlieb (dalam Batubara, 2020) berupa dukungan informasi verbal, non-verbal, saran, bantuan nyata atau tingkah laku, dan dukungan emosional yang berpengaruh dari orang-orang terdekat.

Berdasarkan permasalahan yang telah dijabarkan diatas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.2 Rumusan masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut:
Bagaimana hubungan antara dukungan sosial terhadap optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi?

1.3 Tujuan penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

1.4 Manfaat penelitian

Adapun manfaat penelitian ini yang bersifat teoritis dan praktis sebagai berikut:

a. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah sumbangan ilmiah dan menambah ilmu pengetahuan di bidang Psikologi serta dapat berperan sebagai referensi tambahan bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

b. Manfaat praktis

Manfaat praktis yang diharapkan dapat diperoleh dari hasil penelitian ini adalah informasi terkait hubungan dukungan sosial dengan optimisme mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya dengan tema yang serupa.