

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi (Gunawati, dkk 2006). Pada umumnya mahasiswa untuk program S1 menempuh waktu antara 3,5 tahun sampai dengan 4 tahun dengan beban 146 SKS termasuk mata kuliah skripsi. Skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis mahasiswa program S1 yang membahas topik atau bidang tertentu berdasarkan hasil kajian pustaka yang ditulis oleh para ahli, hasil penelitian lapangan, atau hasil pengembangan (eksperimen) (Huda, 2011). Skripsi adalah istilah yang digunakan di Indonesia untuk mengilustrasikan suatu karya tulis ilmiah berupa paparan tulisan hasil penelitian sarjana S1 yang membahas suatu permasalahan atau fenomena dalam bidang ilmu tertentu dengan menggunakan kaidah-kaidah yang berlaku. Begitu juga yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Surakarta khususnya Fakultas Psikologi juga menuntut mahasiswa mampu menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan mahasiswa dalam mencapai gelar sarjananya.

Proses mengerjakan skripsi dilakukan secara individual, sehingga sebagai mahasiswa tuntutan untuk belajar mandiri sangat besar. Di dalam penulisan skripsi ini mahasiswa dituntut untuk mampu menggunakan kemampuan berpikir dan memanfaatkan pengalaman belajar dalam menyelesaikan masalah secara ilmiah, dengan cara melakukan penelitian, menganalisis, menarik kesimpulan, dan menulisnya menjadi bentuk karya ilmiah.

Berdasarkan data yang diberikan oleh pihak BAA kepada peneliti, jumlah mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang

mengambil mata kuliah skripsi yaitu sebanyak 257 mahasiswa, dari jumlah tersebut hanya dapat menyelesaikan skripsi dan mengikuti wisuda sebanyak 16 mahasiswa, dengan waktu menyelesaikan skripsi berkisar antara 6-9 bulan. Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan bahwa, mahasiswa angkatan 2012 yang menyusun skripsi, ada 95,45% yang belum mampu menyelesaikan kuliahnya tepat waktu yaitu dalam waktu 4 tahun. Hal ini diduga berkaitan dengan hambatan-hambatan yang dirasakan membebani atas skripsi yang harus diselesaikan. Beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta mengaku mengalami beberapa hambatan dalam menyusun skripsi, misalnya kesulitan dalam mencari referensi, kesulitan dalam membuat skala, kurang memahami dalam pengolahan data, dan lain sebagainya.

Adanya hambatan tersebut membuat mahasiswa menjadi merasa tertekan, sehingga menimbulkan gangguan psikologis yaitu stres mulai dari pusing, cemas, takut, sulit berkonsentrasi, frustrasi, putus asa, deg-degan, bingung, keringat dingin, dan tidak termotivasi. Untuk mengetahui hambatan dan stres yang dialami mahasiswa skripsi, maka peneliti melakukan wawancara kepada beberapa mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang sedang mengerjakan skripsi. Berikut hasil wawancara peneliti dengan beberapa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada tanggal 10 Juni 2016.

“Dalam menyusun skripsi, banyak kesulitan yang saya alami, biasanya kalo saya awal-awalnya kesulitan nentuin judul tuh awalnya aja saya udah kebingungan, udah dapet judul judul saya ini susah apa enggak, terus nyari jurnal-jurnalnya itu buku-buku buat referensinya susah apa enggak, terus tar dapet dosen pembimbingnya siapa, belum lagi kalo mesti revisi-revisi ulang aduh makin takut aja. Kalo udah stress atau bingung ngerjain skripsi udah mentok mau ngetik apa lagi yah saya tinggalin aja kalo gak saya tidur, main sama temen, kalo gak nonton film yang saya suka.” (Wawancara A, Angkatan 2012).

Wawancara peneliti dengan B angkatan 2012:

“...kalo menurut saya skripsi itu sulit udah pasti, tapi kalo menurut saya skripsi itu kaya sama aja kaya tugas biasa, lagian kan juga skripsi saya ini kan dari tugas metode penelitian, juga terus saya fokusin dah di skripsi yang penting mah dikerjain dulu semampu. Alhamdulillah skripsi satu semester udah di bab 4 lagi di pembahasan nih, dan juga dosen pembimbing bersahabat dengan saya, itu juga yang termasuk bikin saya gak stres. Target saya skripsi skripsi 1 semester kelar” (Wawancara B angkatan 2012).

Berdasarkan hasil wawancara awal yang telah peneliti lakukan kepada 2 (dua) mahasiswa menyatakan bahwa dalam mengerjakan skripsi mengalami hambatan seperti: kesulitan menentukan judul, mencari buku atau jurnal-jurnal referensi, takut revisinya salah dan harus mengulang. Kondisi itu menimbulkan perasaan takut, bingung yang akhirnya A lebih memilih untuk menunda mengerjakan skripsi sejenak atau tidur. Berbeda dengan mahasiswa B yang menganggap skripsi itu seperti halnya tugas-tugas kuliah, yang terpenting melakukannya dengan rajin dan menyelesaikan skripsinya.

Berdasarkan hasil wawancara dapat disimpulkan bahwa, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merasa terbebani sehingga mengalami stres dan ada yang tidak mengalami stres. Hal itu didukung oleh penelitian Januarti (2013) yang berjudul Hubungan Antara Persepsi terhadap Dosen Pembimbing Dengan Stress Dalam Menulis Skripsi yang menyatakan bahwa hambatan-hambatan yang sering dihadapi mahasiswa dalam menulis skripsi adalah bingung dalam mengembangkan teori (3,3%), kurangnya pengetahuan penulis tentang metodologi (10%), kesulitan menguraikan hasil penelitian (13,3%), kesulitan menentukan judul (13,3%). Pandangan mahasiswa misalnya: takut bertemu dengan dosen pembimbing (6,7%), malas (40%), motivasi rendah (26,7%), dosen terlalu sibuk (13,3%), dosen

pembimbing sulit ditemui (36,7%), minimnya waktu bimbingan (23,3%), kurang jelas memberikan bimbingan (26,7%), kurang koordinasi dan kesamaan persepsi antara pembimbing 1 dan pembimbing 2 (23,3%), kurangnya buku-buku referensi yang fokus pada permasalahan penelitian (53,3%), referensi yang ada merupakan buku-buku edisi lama (6,7%). Ketika hambatan-hambatan tersebut dirasakan sebagai tekanan dalam diri mahasiswa, maka dapat menyebabkan timbulnya gangguan fisik seperti pusing, deg-degan, keringat dingin, gemetar dan secara psikologis seperti takut, cemas, putus asa, bingung, frustrasi, dan sulit berkonsentrasi. Selain itu Slamet (2003) juga mengemukakan hambatan-hambatan yang dihadapi ketika menyusun skripsi yaitu banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan tulis-menulis, kemampuan akademis yang kurang memadai, serta adanya mahasiswa yang kurang tertarik dengan penelitian.

Dengan demikian skripsi bisa menjadi sumber stres. Menurut Sarafino (2002) stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada system biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Sedangkan Lazarus & Folkman (1976) mendefinisikan stres sebagai suatu peristiwa atau kejadian baik berupa tuntutan lingkungan maupun tuntutan internal (fisiologis/psikologis) yang menuntut, membebani, atau melebihi kapasitas sumber daya individu. Mahasiswa dalam menyusun skripsi sering mengalami stres, hal tersebut ditandai dengan perasaan gelisah, kepala pusing, jantung berdebar-debar, tidur tidak nyenyak, tidak percaya diri dan takut menghadap pembimbing. Hal tersebut sesuai dengan pengalaman yang dialami oleh peneliti ketika menyusun

skripsi sering mengalami perasaan gelisah, tidur tidak nyenyak dan jantung berdebar-debar.

Tuntutan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaiannya, akan berkembang menjadi gangguan psikologis yaitu stres. Selanjutnya menurut Braham (1990) seseorang yang mengalami stres akan menunjukkan gangguan psikologis seperti cemas, takut, sedih gelisah, gugup, gangguan fisik berupa sulit tidur, tidak nafsu makan, jantung berdebar, badan merinding dan gejala intelektual seperti sulit berkonsentrasi, daya ingat menurun, pikiran hanya dipenuhi satu pikiran saja. Alasan peneliti menggunakan kecerdasan emosional sebagai faktor yang mempengaruhi stres mahasiswa dalam menyusun skripsi mengacu pada pendapat Sarafino (2002) bahwa salah satu faktor yang dapat meminimalisir stres adalah faktor kemampuan mengelola emosi atau kecerdasan emosi. Menurut Goleman (2002) kecerdasan emosi adalah kemampuan seseorang mengatur emosinya dengan inteligensinya, menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial. Menurut Marita dan Hening (2008) menyatakan bahwa kecerdasan emosional memiliki pengaruh negatif terhadap stres kuliah pada mahasiswa, artinya jika kecerdasan emosional semakin meningkat mengakibatkan stress kuliah semakin menurun, begitu pula sebaliknya jika pada kecerdasan emosional semakin menurun maka stress kuliah akan semakin meningkat. Seseorang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik akan memiliki sifat yang menyukai dirinya apa adanya, mengetahui betul kekuatan dirinya, tidak meragukan kemampuannya, mempunyai kekuatan mendapatkan apa yang diinginkan, bertanggungjawab dalam menyelesaikan pekerjaan, tidak khawatir

dengan masa depan, tidak mudah marah tanpa alasan, mampu melakukan sesuatu, dan berani tampil beda.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh Marita dan Hening (2008) terletak pada variabel stres yang digunakan, dalam penelitian ini stres yang diteliti adalah stres mahasiswa dalam menyusun skripsi, sedangkan dalam penelitian Marita dan Hening (2008) stres mahasiswa dalam mengikuti kegiatan perkuliahan.

Dalam hal ini, ketika mahasiswa skripsi memiliki kecerdasan emosi yang tinggi, dalam menghadapi hambatan skripsi maka mahasiswa cenderung tidak menunda-nunda mengerjakan skripsi, tidak mudah putus asa ketika menemukan hambatan dalam mengerjakan skripsi, mereka mampu berkonsentrasi ketika melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, mampu memotivasi diri sendiri, mampu menciptakan suasana efektif dengan dosen pembimbing ketika sedang bimbingan, tidak takut dan tidak cemas menghadapi *feedback* dosen pembimbing sehingga ketika menemukan hambatan mahasiswa mampu mengelola stres dengan baik (Januarti, 2013).

Berbeda dengan mahasiswa skripsi yang memiliki kecerdasan emosi rendah, mereka cenderung menghadapi hambatan skripsi dengan menunda-nunda mengerjakan skripsi, mudah putus asa ketika menemukan hambatan dalam mengerjakan skripsi, tidak mampu berkonsentrasi ketika melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing, tidak termotivasi, tidak mampu menciptakan suasana efektif dengan dosen pembimbing ketika sedang bimbingan, cenderung takut dan cemas ketika menerima *feedback* dari dosen pembimbing sehingga mengalami stres

(Slamet, 2003). Hal tersebut sesuai pernyataan Artha dan Supriyadi (2013) bahwa keberhasilan atau kegagalan seorang mahasiswa dalam mengelola emosinya tergantung pada kecerdasan emosinya.

Berdasarkan uraian yang dikemukakan di atas maka muncul rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah ada hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta?”. Dengan ini penulis melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres dalam menyusun skripsi pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Untuk mengetahui tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Untuk mengetahui besarnya sumbangan efektif kecerdasan emosional dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan bermanfaat bagi kajian ilmu psikologi, khususnya dibidang psikologi pendidikan.

2. Manfaat praktis

Untuk mahasiswa skripsi diharapkan mampu mengelola emosi dengan baik ketika menghadapi hambatan-hambatan skripsi, agar tidak timbul emosi-emosi negatif seperti stres saat sedang menyusun skripsi.