

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skripsi atau tugas akhir masih seringkali dianggap banyak mahasiswa sebagai rintangan yang paling menantang pada masa perkuliahan. Padahal sebenarnya skripsi merupakan karya ilmiah perwujudan dari segala apa yang telah mahasiswa dapat atau dipelajari dalam dunia perkuliahan, yang disajikan dalam bentuk penelitian. Skripsi dapat diterapkan untuk membahas mengenai masalah atau fenomena dalam bidang keilmuan tertentu. Skripsi atau tugas akhir merupakan suatu kewajiban wajib yang harus dipenuhi oleh calon lulusan setelah menyelesaikan studinya di bidang akademik. Penulisan skripsi ini dapat meningkatkan kapasitas mahasiswa dalam memecahkan masalah secara metodis dan berfungsi sebagai sarana untuk menilai kemampuan dan pemahaman mereka selama beberapa semester. Akan tetapi banyak mahasiswa yang merasa skripsi ini adalah hal yang membebani dirinya sehingga dapat membuat mahasiswa tersebut stress, malas untuk mengerjakan, kehilangan inspirasi dan penundaan dalam mengerjakan skripsi.

Penelitian yang dilakukan oleh Gamayanti, Mahardianisa, & Syafei (2018), tingkat stres mahasiswa dalam mempersiapkan skripsi dikategorikan sebagai berikut: 6 orang (12,24%) mengalami stres tinggi, 34 orang (69,39%) mengalami stres sedang, dan 9 orang (18,37%) mengalami stres rendah. Penelitian terpisah yang dilakukan oleh Azizah dan Satwika (2021) menunjukkan bahwa pada mahasiswa yang sedang mempersiapkan skripsi, 14 orang (17,5%) mengalami stres tingkat tinggi, 55 orang (68,75%) mengalami stres sedang, dan 11 orang (13,75%) mengalami tingkat stres yang rendah. Selain itu, temuan penelitian yang dilakukan oleh Indria, Siregar & Herawaty (2019) menunjukkan bahwa di antara partisipan, 8 orang (6,7%) mengalami tingkat stres yang sangat tinggi saat menyusun skripsi, 27 orang (22,5%) mengalami tingkat stres yang tinggi. tingkat stres, 56 orang (46,7%) mengalami tingkat stres sedang, 16 orang (13,3%) mengalami tingkat stres rendah, dan 13 orang (10,8%) mengalami tingkat stres sangat rendah. Temuan penelitian yang dilakukan oleh Ramanda & Sagita (2020) mengkonfirmasi bahwa 23 orang

(24%) mengalami tingkat stres yang sangat tinggi saat menyusun skripsi, 45 orang (46,9%) mengalami tingkat stres yang tinggi, 26 orang (27,1%) mengalami tingkat stres yang rendah, dan 2 orang (2%) mengalami tingkat stres yang sangat rendah. Berdasarkan survey yang telah dilakukan oleh peneliti melalui beberapa jurnal digoogle, menunjukkan adanya hubungan negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri dengan tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi.

Manusia adalah makhluk sosial yang membutuhkan orang lain, tidak terkecuali mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Dini & Iswanto (2019), terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan tingkat stres mahasiswa saat mempersiapkan skripsi di Stikes Ngudi Waluyo Ungaran. Dukungan sosial teman sebaya sangat penting untuk mengurangi stres yang terkait dengan penulisan skripsi. Melalui penerimaan dukungan sosial dari teman-temannya, mahasiswa yang terlibat dalam penulisan skripsi mempunyai rasa diperhatikan, yang pada gilirannya memberikan motivasi dan keyakinan terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan skripsi. Oleh karena itu, dukungan ini berfungsi untuk meringankan stres yang terkait dengan proses penulisan skripsi. Dukungan sosial teman sebaya yang tidak memadai dapat menyebabkan kurangnya motivasi diri dan perasaan terisolasi yang terus-menerus, yang pada akhirnya mengakibatkan peningkatan tingkat stres. Seseorang yang menerima dukungan sosial yang cukup akan mengalami penurunan tingkat stres.

Selain memerlukan Dukungan sosial untuk mengurangi tingkat stress mahasiswa dalam penyusunan skripsi, mahasiswa juga perlu memiliki keyakinan diri bahwa dirinya mampu menyelesaikan skripsi tersebut, karena dengan mempercayai kemampuan yang dimilikinya maka dapat membantu mengurangi stress yang dialaminya. Fenomena ini disebut sebagai efikasi diri dalam bidang psikologi. Khoirunnisa (2021) menemukan adanya korelasi yang kuat antara efikasi diri dengan tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi. Secara khusus, penurunan efikasi diri dikaitkan dengan peningkatan stres akademik di kalangan siswa. Efikasi diri yang tinggi sangat penting bagi mahasiswa yang terlibat dalam pengerjaan tesis, karena hal ini memberdayakan mereka untuk terus menyelesaikan

tesis mereka saat menghadapi stres dan berbagai tuntutan. Dengan efikasi diri, mahasiswa dapat percaya diri pada kemampuan dirinya, melakukan pengendalian diri, dan mengelola perilaku yang memicu stres. Individu yang memiliki efikasi diri lebih siap menghadapi tantangan yang beragam. Seseorang yang mengalami rendah akan efikasi diri akan membuat dirinya ragu-ragu atas kemampuan yang mereka miliki. Mahasiswa yang rendah akan Efikasi dirinya, hal tersebut akan mempersulit mahasiswa untuk mengerjakan skripsinya, kemampuannya yang terkubur karena kurangnya kepercayaan diri atas apa yang sudah mereka kerjakan, tidak dapat mengendalikan dirinya dalam melakukan suatu tugas untuk mencapai akhir dari skripsi tersebut. Semakin rendah efikasi diri maka stres akademik mahasiswa semakin tinggi.

Berdasarkan uraian yang telah diberikan, maka peneliti merumuskan permasalahan sebagai berikut: “Apakah ada korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri, serta tingkat stres yang dialami mahasiswa pada saat penyusunan skripsi?” Tujuan dari penelitian ini adalah: 1) Untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan efikasi diri dengan tingkat stres yang dialami mahasiswa pada saat penyusunan skripsi. 2) Untuk mengetahui hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan tingkat stres mahasiswa pada saat penyusunan skripsi. 3) Untuk menguji hubungan antara efikasi diri dengan tingkat stres mahasiswa pada saat penyusunan skripsi.