

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Skripsi adalah karya tulis ilmiah untuk seorang mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan perkuliahan sarjana (S1). Perkuliahan merupakan salah satu kewajiban yang harus dilaksanakan kepada mahasiswa untuk kegiatan sehari-harinya, serta sebagai wadah untuk bereksplorasi ilmu seluas-luasnya. Saat-saat seperti inilah mahasiswa membutuhkan adanya dukungan sosial dari berbagai pihak misalnya orang tua, karena kondisi tersebut dapat memicu ketegangan dan kecemasan. Fokus dalam dukungan sosial keluarga adalah melindungi, kesehatan, kesejahteraan, hak-hak individu dalam keluarga, serta menjamin anak agar mendapatkan proses pendidikan yang baik. Sedangkan fokus dari dukungan keluarga adalah mendukung kehidupan anak baik dalam bidang sosial, psikologis, dan perkembangan pendidikan (Arifiati, 2013).

Dukungan emosional yang berasal dari keluarga ataupun kerabat dekat dapat membuat seseorang jadi merasa termotivasi dan dapat membuat seseorang menjadi bekerja lebih baik serta bahagia (Marni, 2015). Hal tersebut serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Niken dan Aisah mengatakan bahwa adanya dukungan dari keluarga dapat mempengaruhi keyakinan terutama pada akademik dan pemecahan masalah (Widanarti & Indati, 2002).

Menurut Stuart & Sudeen (dalam Atmaja & Rahmatika, 2017) dukungan sosial dapat meningkatkan rasa percaya diri pada seseorang dan seseorang merasa mendapatkan motivasi dari teman dan keluarga, pentingnya dukungan sosial untuk membangun persepsi bahwa mereka merasa dihargai dan dicintai.

Harapan mahasiswa saat menempuh bangku perkuliahan adalah keinginan untuk menyelesaikan studi dengan tepat waktu berdasarkan peraturan dari fakultas Farmasi yaitu untuk Pendidikan sarjana ditempuh pada dalam waktu 3,5 sampai 4 tahun. Keberhasilan mahasiswa yang menyelesaikan penyusunan skripsi sesuai dengan jadwal akan mempengaruhi kesuksesan mereka dimasa mendatang. Dari dukungan sosial yang mereka dapat yaitu dilakukan oleh teman, keluarga, sahabat bahkan pasangan. Seseorang yang sukses dibidang akademiknya akan mendapatkan penghargaan yang lebih baik di lingkungan sekitarnya. Harapan yang ingin dicapai oleh mahasiswa adalah ingin membahagiakan keluarganya atau lingkungan sekitarnya. Dalam mengerjakan skripsi tidak sedikit mahasiswa yang berkeluh kesah, ada beberapa faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa tidak dapat menyelesaikan tugas dengan tepat waktu sehingga mahasiswa melakukan atau mengambil pengulangan matakuliah yang belum dicapainya.

Menurut Snyder (2000) mengatakan bahwa harapan adalah keadaan motivasi positif untuk mencapainya sebuah tujuan yang telah dirancang oleh individu tentang keberhasilannya yang ditujunya. Dalam jurnal Folkman S

(2010) yang berjudul “*stress, coping and hope*” mengatakan bahwa harapan memiliki basis kognitif yang baik berisikan mengenai tujuan yang sering digambarkan sebagai memiliki kualitas motivasi dalam hidup seseorang. Yang artinya jika seseorang memiliki harapan yang tinggi maka orang itu memiliki motivasi yang tinggi. Adanya harapan berupa motivasi yang baik dapat menjadikan seseorang untuk mencapai tujuan (Tutut Chusniyah, 2012)

Setiap individu memiliki *coping stress* yang berbeda-beda seperti yang dilakukan penelitian sebelumnya yang diteliti oleh Dwyer dan Cummings (2001) hasil dari penelitian menunjukkan bahwa seseorang mengatasi permasalahan dengan cara menjauhkan diri dari permasalahan dan menghindari permasalahan tersebut, serta siswa yang sedang memiliki masalah cenderung bercerita kepada temannya . Stress menurut Santrock (2007), ia mengatakan bahwa stress merupakan suatu respon yang tidak sesuai dengan keadaan atau kejadian sehingga dapat memicu stress atau stressor. Perilaku *coping* juga dapat diartikan sebagai cara seseorang untuk keluar dari permasalahan baik internal maupun eksternal (Siti Maryam, 2017)

Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa stress adalah tekanan yang terjadi akibat ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan harapan, dimana terdapat kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya yang dinilai potensial membahayakan, mengancam, mengganggu, dan tidak terkendali atau bahasa lain stress adalah melebihi kemampuan individu untuk melakukan coping. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa stress adalah tekanan yang terjadi akibat ketidaksesuaian

antara situasi yang diinginkan dengan harapan, di mana terdapat kesenjangan antara tuntutan lingkungan dengan kemampuan individu untuk memenuhinya yang dinilai potensial membahayakan, mengancam, mengganggu, dan tidak terkendali atau dengan bahasa lain stres adalah melebihi kemampuan individu untuk melakukan coping.

Menurut Lazarus (1984) mendefinisikan bahwa *coping* suatu cara seseorang untuk menghadapi dan mengatasi masalah atau situasi yang sedang dihadapinya baik ancaman maupun tantangan yang menyakitkan seseorang baik dalam perkataan maupun perbuatan. Dapat diartikan bahwa strategi coping merupakan suatu proses dimana seseorang berusaha untuk menanggapi situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku untuk memperoleh rasa aman dalam dirinya. Menurut Radley (Meiriana, 2016) istilah *coping stress* dapat diartikan sebagai penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, mengurangi dan bertoleransi dengan tuntutan-tuntutan yang ada yang mengakibatkan stress. Dalam penelitian sebelumnya mengenai *stress and coping in Australian nurses: a systematic review* yang diteliti oleh J. Lim (2010) menyatakan bahwa pemecahan permasalahan yang dilakukan oleh perawat di Australia dengan cara mencari dukungan sosial mengendalikan diri, dan melarikan diri. Bentuk *coping stress* yang bermanfaat adalah dukungan sosial dari kolega, keluarga maupun teman.

Permasalahan mahasiswa fakultas Farmasi yang timbul saat menghadapi skripsi adalah mahasiswa dituntut untuk mandiri untuk melakukan skripsi walaupun pada akhirnya atau tahap penelitian dibantu oleh dosen. Selain itu ketidakpastian atau belum pastinya dosen pembimbing yang telah dipilih oleh mahasiswa dan tidak ada kedekatan atau adanya jarak antara dosen pembimbing dengan mahasiswa Farmasi.

Dengan permasalahan tersebut mahasiswa merasa kesulitan, karena tidak diberikannya masukan atau rekomendasi referensi jurnal maupun buku dari dosen sehingga mahasiswa merasa kebingungan dan merasa stress atau memicu stress (stressor), mahasiswa membutuhkan dukungan sosial termasuk keluarga sangatlah penting bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas skripsi, salah satu hal tersebut bisa mengurangi tingkat stress mahasiswa karena mahasiswa merasa bahwa ada dan banyak yang memberikan stimulus positif, penyemangat atau peduli dengan mahasiswa. Dari situlah mahasiswa merasa dimengerti oleh lingkungan sekitar selain itu adanya kesempurnaan terhadap dosen yang meminta atau menuntut sesuai dengan apa yang dosen minta, hal tersebut cukup membuat mahasiswa merasa kesulitan dalam mengerjakan proposal yang mana bagian dari skripsi. menurut subjek dengan adanya pengertian dari lingkungan sekitar dengan cara tidak menuntut apapun subjek merasa beban subjek berkurang.

Mereka memiliki cara untuk mengatasi stress mereka dengan cara beraneka ragam, untuk subjek JOV mengatakan cara untuk mengatasi stressnya dengan melakukan pergi keluar rumah mencari inspirasi baru,

seperti kumpul bersama teman-teman, ngopi, subjek F mengatakan untuk mengatasi stress nya dengan cara bercerita dan terbuka kepada keteman yang subjek percayai dan menggunakan waktu untuk beristirahat dirumah, subjek KK mengatakan bahwa untuk mengatasi stress pada saat menyusun skripsi dengan cara tidur dan istirahat dirumah dan kumpul Bersama keluarga, dan untuk subjek S mengatakan bahwa subjek melakukan menangani stress dengan cara pergi Bersama teman melakukan *me time*.

Peneliti mengambil 4 subjek untuk studi pendahuluan dengan menggunakan wawancara dan observasi. Berdasarkan hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan pada subjek JOV mengatakan bahwa faktor stress yang subjek JOV hadapi adalah dikarenakan perfectionis dari dosen yang terlalu menuntut dan menyesuaikan apa kemauan dosen dengan misalkan pada variable harus di tentukan oleh dosennya, selain itu permasalahan internal yang dimiliki pada subjek JOV permasalahan mengenai keluarga, hal tersebut membuat subjek JOV tertekan dan subjek merasa kurangnya pengertian atau dukungan dari keluarganya, subjek JOV menghadapi permasalahan yang timbul pada diri subjek dengan cara melakukan pergi pada kedai kopi atau berkumpul bersama teman-temannya karena jika JOV sudah berkumpul Bersama temannya JOV merasa terhibur oleh temannya. selain itu JOV tidak merasa kesepian dibandingkan JOV harus berdiam diri dirumah. Selain itu JOV jika sedang menghadapi stress dengan cara merokok dianggap JOV dapat meringankan beban pikiran.

Jika JOV merasa jenuh untuk menyusun skripsinya dirumah JOV keluar rumah untuk mencari inspirasi baru. Sama seperti penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Arifin (2013) dalam penelitian tersebut dijelaskan bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang di dapatkannya maka semakin rendah tingkat stress yang dialami oleh subjek terutama pada *emotional focused coping*.

Pada subjek responden yang berinisial KK sumber stress yang didapatkan oleh responden KK adalah seperti dengan subjek JOV, dosen menuntut untuk skripsi mahasiswa sempurna serta dosen yang sangat teliti dan susahya bertemu dengan dosen pembimbing pada subjek KK, dikarenakan kesibukan pada dosen pembimbing KK yang mengharuskan ke Luar Negeri melakukan studi lanjut, selain itu ketidak sesuaian subjek KK yang mengharuskan belajar dari awal lagi, subjek KK berminat pada bagian teknologi pada akhirnya mendapatkan pembimbing yang mengharuskan subjek KK untuk mengetahui tentang ilmu pengobatan herbal. Adapun *coping* yang dilakukan oleh subjek KK yaitu dengan cara tidur dan menghabiskan waktu dirumah Bersama keluarga dan beristirahat dirumah, selain itu subjek KK juga melakukan hobi yang subjek suka yaitu melakukan mengunjungi atau menonton balapan motor *trail*.

Pada responden F dapat diketahui factor yang menyebabkan stress adalah subjek sulit membagi waktu dengan banyaknya tugas yang diberikan terhadap dosen dan jadwal antara perkuliahan, menyusun skripsi dan berorganisasi yang selalu berdampingan satu samalain sehingga kurangnya

waktu untuk beristirahat bahkan subjek F mengatakan bahwa subjek mengalami kekurangan dalam tidurnya subjek menghabiskan tidurnya sehari kurang lebihnya 5 jam, waktu untuk *weekend* subjek dihabiskan di dalam organisasi atau untuk menyusun skripsi, selain itu subjek F merasa harus memegang tanggung jawab untuk mengurus organisasinya karena subjek F adalah bagian dari ketua organisasi tersebut, dan terlalu banyak tuntutan untuk mengelola organisasi. Strategi *coping* yang dilakukan oleh subjek F adalah jika subjek sedang mengalami permasalahan subjek berusaha terbuka mengungkapkan keluhan pada teman terdekatnya dan keluarganya, subjek melupakan beban masalahnya dengan tidur dan berusaha bersabar, berserah diri kepada tuhan dan suka menerima nasehat dari orang lain, selain itu subjek F selalu mensyukuri dengan hal yang subjek terima dan yang subjek alami.

Pada hasil wawancara subjek S mengatakan bahwa selain kesibukan yang dilakukan oleh subjek S, keluarga kurang mendukung melakukan berorganisasi dan kurangnya pengertian dari keluarganya. Hal ini dapat dipahami bahwa lingkungan dimana individu berada khususnya keluarga sangat menentukan untuk memberikan dukungan untuk menghadapi tekanan yang dialami oleh individu (Schabraq, 2003). Strategi *coping* yang dihadapi oleh subjek S adalah subjek tidak menunda tugas yang diberikan oleh dosen untuk menghindari penundaan pada tugas, selain itu subjek melakukan dengan berkumpul Bersama teman-temannya, selain itu subjek melakukan hal yang disukai oleh subjek adalah pergi ke wisata alam seperti Baturaden, dll. Hal tersebut sama halnya seperti penelitian yang di teliti oleh Anita DeLongis

dan Susan Holtzman (2005) yang berjudul *Coping in Context: The Role of Stress, Social Support, and Personality in Coping* penelitian tersebut menunjukkan bahwa dengan adanya dukungan keluarga dan berinteraksi terhadap seseorang seseorang mampu mengurangi stress yang dialaminya.

Pada keempat subjek mahasiswa farmasi memiliki kesamaan pada faktor stress yaitu mereka merasakan diburu-buru oleh *deadline* yang mengharuskan untuk melakukan seminar proposal pada bulan Desember akhir dan selesai UAS (Ujian Akhir Semester) mereka sudah melaksanakan seminar proposal yang mana bagian dari penyusunan skripsi supaya mereka bisa mengejar untuk profesi apoteker, lalu ke 4 subjek memiliki harapan yang harus dicapainya yaitu subjek tidak mau mengecewakan orang-orang disekitarnya termasuk orangtua, dari harapan tersebutlah keempat subjek tersebut menjadikan motivasi agar terlaksanakan studi perkuliahan sarjana 1 selama 3,5 sampai 4 tahun dan mengambil profesi apoteker. Seperti yang dikatakan oleh Peterson dan Bryon (Husnar, 2017) mengatakan bahwa tingginya harapan pada individu dapat mempengaruhi pada strategi dan motivasinya untuk mencapai tujuan.

Perilaku *coping stress* dilakukan ketika sedang ada masalah, selain itu cara seseorang untuk melakukan *coping stress* bermacam-macam, misalnya berbelanja bahkan ada yang sering menahan masalahnya dan melakukan kegiatan yang lain atau mencari kesibukan supaya lupa akan masalah yang dihadapinya. Dukungan sosial sangatlah diperlukan bagi mahasiswa agar dapat mencapai tujuan akhir mereka dalam mengerjakan

matakuliah skripsi. Bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan sosial dapat berupa kesempatan untuk bercerita, meminta pertimbangan, bantuan nasehat, atau bahkan tempat untuk mengeluh. Selain itu lingkungan dapat memberikan dukungan sosialnya berupa perhatian emosional, bantuan instrumental, pemberian informasi, pemberian penghargaan atau bentuk penilaian kepada individu yang berupa penghargaan dari lingkungan sosialnya, dukungan sosial dapat diperoleh dari sahabat, keluarga, teman maupun kekasih.

Mahasiswa yang mengalami kesulitan dan dapat memicu stress (stressor) dalam penyusunan tugas skripsi diharapkan mengetahui pemahaman tentang pentingnya melakukan coping stress untuk membantu menghadapi atau mengatasi sumber stress atau stressor yang dialaminya, seperti penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh Chao (2011) yang meneliti mengenai “*Managing Stress And Maintaining Well-Being: Social Support, Problem- Focused Coping, And Avoidant Coping*” menyatakan bahwa ada hasil yang signifikan mengenai coping yang berfokus pada masalah yang dialami oleh siswa yaitu dengan cara mencari dukungan sosial, selain itu menghindari permasalahan dapat dianggap salah satu cara untuk mengatasi stress dari masalah. Lazarus (1984) beliau mengungkapkan cara coping yang berbeda-beda dalam menghadapi situasi yang menekan dari lingkungan, mekanisme atau cara coping ini bisa meliputi kognitif (pola pikir) dan perilaku (tindakan).

Mahasiswa tingkat akhir tepatnya pada semester 7 sampai 8 yang sedang menempuh matakuliah skripsi juga membutuhkan dukungan dari lingkungan sekitar atau di sosialnya, adanya dukungan dari keluarga maupun kerabat dekat dan adanya harapan dan tujuan yang mahasiswa miliki, secara tidak langsung sudah memberikan sisi positif bagi mahasiswa.

Faktanya beberapa orang belum memahami betapa pentingnya bahwa dukungan sosial sangat berpengaruh pada individu atau orang yang sedang mengerjakan tugas atau pekerjaan mereka, lingkungan terdekat atau sosialnya yang acuh atau tidak memperdulikan sehingga tidak adanya dorongan atau stimulus positif yang di terima oleh mahasiswa tingkat akhir, selain itu harapan dijadikan mahasiswa sebagai motivasi untuk menyelesaikan skripsi tersebut.

Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui seberapa besar pengaruh harapan dengan dukungan sosial terhadap coping stress oleh mahasiswa farmasi yang sedang berusaha menyusun skripsi yang menjadi kewajiban bagi mahasiswa tingkat akhir.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Pengaruh harapan terhadap coping stress pada mahasiswa farmasi tingkat akhir yang sedang melakukan penyusunan skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto

2. Pengaruh dukungan sosial terhadap coping stress pada mahasiswa farmasi tingkat akhir yang sedang melakukan penyusunan skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto
3. Pengaruh harapan dan dukungan sosial terhadap coping stress pada mahasiswa farmasi tingkat akhir yang sedang melakukan penyusunan skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

### **C. Tujuan**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh pada harapan dan dukungan sosial terhadap *coping stress* terhadap mahasiswa fakultas Farmasi yang sedang mengerjakan skripsi di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis.

#### 1. Manfaat teoritis

★ Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih terhadap ilmu psikologi sosial terkait harapan dengan dukungan sosial terhadap *coping stress* pada mahasiswa akhir di Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

#### 2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pandangan dan informasi terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir atau skripsinya untuk pentingnya pemilihan *coping stress* dalam menghadapi masalah.