

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa tingkat akhir Strata 1 (S1) mempunyai kewajiban untuk mengerjakan tugas akhir berupa penelitian skripsi sebagai syarat lulus. Skripsi merupakan tugas akhir berupa laporan ilmiah atau laporan penelitian (Enterprise, 2015). Sedangkan menurut Rohmah dalam Kholidah & Alsa (2012), skripsi ialah bentuk pewujudan dalam jenjang Strata 1 (S1) mengenai kemampuan melakukan penelitian calon ilmuwan. Tujuan dari penggarapan skripsi adalah untuk melatih mahasiswa melihat suatu masalah dan memecahkannya secara ilmiah melalui penelitian yang kemudian akan dianalisis dan diambil kesimpulan dari penelitian tersebut (Rosanty, 2014).

Mahasiswa sering kali merasa bahwa tahap penyusunan skripsi adalah tahap yang paling sulit untuk dilalui. Adanya tekanan dari berbagai pihak mulai dari pihak akademik, pihak orang tua yang menginginkan anaknya untuk segera lulus, melihat teman-teman seangkatan yang sudah lulus lebih cepat, serta tekanan dari diri sendiri. Selain itu, mahasiswa harus melalui proses yang panjang dalam mengerjakan skripsi, mulai dari menentukan tema penelitian, melakukan pencarian sumber-sumber yang berkaitan terhadap penelitiannya, mengumpulkan data, melakukan pencarian subjek yang sesuai terhadap parameter penelitian, serta melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing. Proses tersebut dapat menjadi faktor yang memengaruhi mahasiswa mengalami stres akademik saat tengah melaksanakan pengerjaan skripsi, terutama dikala pandemi COVID-19 masa kini. Sawitri (2020) menyebutkan bahwa pengerjaan skripsi dalam masa pandemi COVID-19 ialah hal yang memicu stres kepada mahasiswa tingkat akhir. Proses bimbingan skripsi secara *online*, intensitas bimbingan, kegiatan bimbingan, proses pencarian referensi secara *online*, serta keterbatasan proses pengambilan data menjadi

permasalahan yang timbul selama proses pengerjaan skripsi di masa pandemi COVID-19. Keadaan masa pandemi juga memberikan dampak pada fisiologis maupun psikologis mahasiswa. Zalaznick (2020) menjabarkan dimana sebanyak 91% mahasiswa menghadapi kecemasan ataupun stress, 81% merasa kecewa ataupun sedih, 80% merasakan kesepian, dan 56% menghadapi relokasi selama pandemi. Penelitian yang dikerjakan Azizah & Satwika (2021) terhadap 80 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dilaporkan bahwa 17,5% mahasiswa termasuk ke dalam kategori stres akademik tinggi, 68,75% termasuk ke dalam kategori stres sedang, serta 13,75% mahasiswa termasuk ke dalam kategori rendah.

Michie (2002) mengatakan dimana stres ialah kondisi yang melibatkan interaksi seseorang terhadap situasi yang dialaminya. Situasi yang sedang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir salah satunya adalah pengerjaan skripsi dikala pandemi COVID-19. Hal berikut kemungkinan besar menjelma sebagai situasi yang menyebabkan mahasiswa menderita stres akademik. Tentu saja stres akademik yang diderita oleh mahasiswa akan memberikan dampak pada proses pengerjaan skripsi mereka. Setiap orang memberikan respons stres yang berbeda, Azizah & Satwika (2021) menjelaskan bahwa dampak dari stres akademik yang dialami mahasiswa saat tengah menyusun skripsi dimasa pandemi COVID-19 dapat berupa perasaan khawatir, cemas, dan menurunnya motivasi untuk menyelesaikan skripsi.

Greenberg dalam Lubis, et al. (2015) mengatakan bahwa individu akan tergerak guna melaksanakan coping jika individu tersebut berhadapan dengan situasi yang menyebabkan stres. Coping merupakan usaha individu, baik secara perilaku ataupun kognitif guna mengelola berbagai tuntutan, baik dari dalam ataupun luar diri individu yang dinilainya membebani (Lazarus & Folkman, 1984). Setiap individu berbeda dalam melakukan coping. Coon & Mitterer (2010) menyatakan terdapat 2 tipe coping, yakni *emotion-focused coping* merupakan upaya individu guna melakukan kontrol respons emosional kepada keadaan

yang dihadapinya serta *problem-focused coping* yang mengarah pada penyelesaian langsung masalah yang dihadapi. Terdapat satu lagi jenis coping, yakni coping maladaptif yang bisa menyebabkan hambatan pada individu untuk melaksanakan coping adaptif (Carver, 1989). Individu melaksanakan coping bertujuan guna meminimalisir perih-perih yang menyebabkan bahaya atas keadaan yang menekan, memungkinkan dirinya untuk pulih, beradaptasi dengan situasi menekan yang dihadapi dalam kehidupan sehari-hari, menjaga keseimbangan emosional, mempertahankan gambaran diri yang positif, serta menjalin hubungan sosial dengan orang lain (Cohen dan Lazarus dalam Folkman, 1984).

Mahasiswa menggunakan strategi coping yang berbeda-beda dalam menghadapi situasi akademik yang membuatnya stres selama penyusunan skripsi dimasa pandemi COVID-19, tergantung pada tingkat stres akademik yang mereka rasakan. Sawitri (2020) dalam penelitiannya menjabarkan beberapa metode *coping* yang dilakukan mahasiswa tingkat akhir selama proses penyusunan skripsi dimasa pandemi COVID-19, seperti melakukan pengalihan melalui upaya mengerjakan kegiatan selain mengerjakan skripsi, memberikan afirmasi positif untuk diri sendiri, menyelesaikan masalah dengan cara menyusun rencana alternatif, serta mencari dukungan sosial. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa terdapat kaitan antara coping stres yang digunakan oleh mahasiswa yang tengah menggarap skripsi dengan tingkat stres yang mereka alami. Widiyani, Sismiati & Komalasari (2013) melakukan penelitian terhadap mahasiswa yang mengalami stres. Hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki stres tingkat rendah lebih condong memanfaatkan jenis *problem-focused coping*, sedangkan untuk mahasiswa yang mengalami stres tingkat tinggi lebih condong memanfaatkan jenis *emotional-focused coping*. Penelitian yang dilakukan oleh Usraleli, Melly & Deliana (2020) terhadap mahasiswa yang tengah menggarap skripsi menunjukkan dimana sebagian besar mahasiswa yang menderita stres normal cenderung memanfaatkan

strategi coping adaptif serta mahasiswa yang menghadapi tingkat stres sedang cenderung menggunakan strategi coping maladaptif.

Berdasarkan pemaparan penelitian teoritis dan empiris sebelumnya, dapat dilihat bahwa belum ada peneliti yang membahas tentang strategi coping teori Carver pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang mereka alami. Merujuk pada situasi saat ini, peneliti tertarik untuk mengetahui jenis coping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang mereka alami dengan menggunakan teori Carver. Penelitian ini disusun dengan judul “Strategi Coping Mahasiswa yang Sedang Menyelesaikan Skripsi Berdasarkan Tingkat Stres Akademik pada Masa Pandemi COVID-19”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berlandaskan permasalahan yang dirumuskan di atas, peneliti bisa mengidentifikasi masalah seperti berikut:

1. Banyak mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di masa pandemi COVID-19 mengalami stres akademik.
2. Penelitian terdahulu belum meneliti mengenai strategi coping Carver berdasarkan tingkat stres akademik yang dialami oleh mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19.
3. Pentingnya melakukan penelitian ini adalah guna mengetahui jenis coping yang dilaksanakan oleh mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang mereka alami.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari penjabaran identifikasi masalah, maka penelitian ini akan dibatasi membahas tentang strategi coping yang dimanfaatkan oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang dialaminya.

1.4 Rumusan Masalah

Dari pengutaraan latar belakang masalah, penelitian ini mempunyai fokus guna memahami:

1. Bagaimana gambaran tingkat stres akademik pada mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi pada masa pandemi COVID-19?
2. Bagaimana gambaran strategi coping mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademiknya?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan atas penelitian yang akan dilakukan ialah:

1. Guna melihat penggambaran tingkat stres akademik terhadap mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19.
2. Mengetahui jenis coping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang mereka alami.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini secara teoritis memberi manfaat guna memperbanyak hasil penelitian terkait kaitan antara strategi coping terhadap tingkat stress yang terjadi pada mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Peneliti mempunyai harapan bahwa hasil penelitian ini bisa memberi informasi untuk mahasiswa terkait pentingnya strategi coping yang dipilih dalam mengatasi stres akademik untuk kelancaran proses penyusunan skripsi di masa pandemi COVID-19.

b. Bagi Peneliti Lain

Penelitian ini bisa dipergunakan selaku bahan guna menambah wawasan terkait strategi coping mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi di masa pandemi COVID-19 berdasarkan tingkat stres akademik yang mereka alami.

