

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang sedang belajar di perguruan tinggi (Kamus Besar Bahasa Indonesia, n.d.). Mahasiswa memiliki kewajiban menyelesaikan tugas akhir atau skripsi pada akhir masa perkuliahan. Menurut Asmawan (2016), penyusunan skripsi dilakukan sebagai syarat kelulusan dan untuk mendapat gelar sarjana sesuai dengan jurusan yang ditekuni. Mahasiswa pada umumnya dapat menyelesaikan skripsi tanpa menghadapi kendala yang berarti dan lulus tepat waktu selama kurang lebih delapan semester (Susilo & Eldawaty, 2021).

Kenyataannya, banyak mahasiswa yang menghadapi masalah ketika menyusun skripsi sehingga menyebabkan stres (Aulia & Panjaitan, 2019). Fenomena mahasiswa yang mengalami kesulitan karena skripsi dapat dilihat di kehidupan sehari-hari. Sebagai contoh, terdapat berita yang ditulis oleh Rachmadi (2022) mengenai mahasiswa yang diduga stres karena skripsi sehingga mencoba untuk bunuh diri. JPNN.com (2022) juga menuliskan berita mengenai mahasiswa di Palembang yang bunuh diri karena diduga stres ketika mengerjakan skripsi. Berdasarkan fenomena tersebut, dapat dilihat bahwa penyusunan skripsi menjadi salah satu faktor yang dapat menimbulkan tekanan bagi mahasiswa yang sedang mengerjakannya.

Mahasiswa dapat menemui beberapa hambatan selama mengerjakan skripsi. Menurut Asmawan (2016), terdapat dua faktor yang dapat memberi hambatan bagi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, yaitu internal (motivasi dan kemampuan mahasiswa) dan eksternal (sistem pengelolaan skripsi oleh fakultas dan dosen pembimbing). Pengerjaan skripsi yang mengalami hambatan dapat menyebabkan rasa cemas pada mahasiswa

(Herdiani, 2012). Prabowo & Sihombing (2010) mengatakan bahwa kecemasan muncul sebagai bentuk usaha untuk memperkirakan permasalahan yang akan datang atau jika terdapat banyak gangguan yang dihadapi. Penelitian yang dilakukan oleh Etika & Hasibuan (2016) mendeskripsikan permasalahan yang timbul ketika mengerjakan skripsi, di antaranya sulit untuk menentukan judul skripsi, referensi yang kurang, waktu yang kurang untuk mengerjakan skripsi, perasaan malas dan kurangnya motivasi, dosen pembimbing yang sulit ditemui, sulit membagi waktu, kelelahan karena bekerja, tidak berkonsentrasi, kurangnya dana serta durasi istirahat yang tidak cukup.

Bagi beberapa orang, skripsi adalah sesuatu yang menakutkan karena banyak yang menganggap bahwa proses penulisan serta penyusunan skripsi sulit dan memakan waktu yang lama. Anggapan ini yang menyebabkan beberapa mahasiswa merasakan cemas ketika menghadapi tugas akhir (Mukhayyaroh, 2012). Belum lagi tekanan yang menuntut mahasiswa untuk segera menyelesaikan skripsi dari orang-orang sekitarnya (Herdiani, 2012). Selain itu, terdapat juga tuntutan eksternal yang dapat meningkatkan kecemasan, contohnya tugas perkuliahan, beban pelajaran, orang tua yang menuntut untuk berhasil dalam perkuliahan serta penyesuaian bersosialisasi di lingkungan kampus (Ramadhan et al., 2019).

Peneliti melakukan wawancara singkat kepada dua orang mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi idealnya. Kedua mahasiswa tersebut masuk kuliah pada tahun 2017, di mana seharusnya lulus selama 4 tahun masa perkuliahan di tahun 2021. Wawancara singkat ini dilakukan untuk melihat gambaran mengenai hal-hal yang dialami pada mahasiswa tersebut. Mahasiswa A berjenis kelamin perempuan. Ia mengatakan bahwa ia merasa malu, tertekan, putus asa dan memiliki ketakutan akan masa depan. Selanjutnya mahasiswa B yang berjenis kelamin laki-laki. Ia mengatakan bahwa ia memiliki perasaan takut salah. Ia juga merasa tertekan karena menganggap dirinya rapuh. Ia juga merasa kesepian.

Lebih lanjut, mahasiswa A mengatakan bahwa ia merasa tidak pintar dan mengalami kesulitan ketika mengerjakan skripsi. Selain itu, faktor teman-

teman dan adik tingkat yang sudah lulus dan bekerja membuat ia merasa malu. Ia juga merasa putus asa dan memiliki ketakutan akan masa depan karena umur yang semakin bertambah. Orang tuanya juga menyuruhnya untuk segera lulus. Selanjutnya, mahasiswa B memperkirakan bahwa dirinya merasa kaget karena dulu tugas-tugas kuliah dapat dikumpulkan asal sudah selesai. Sikap dosen pembimbing yang perfeksionis pun tidak dirasa membantunya dalam pengerjaan skripsi. Selain itu, ia hanya berkomunikasi dengan dosen pembimbing hanya ketika ingin mengumpulkan progres skripsi. Ia juga mengatakan bahwa orang tua juga menyuruhnya untuk cepat lulus. Ia juga merasa kesepian karena teman-temannya yang dulu sudah sibuk dengan pekerjaan masing-masing. Berdasarkan kedua fenomena di atas, dapat dilihat bahwa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal mengalami kecemasan baik yang disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal.

Kondisi yang dialami oleh mahasiswa A dan B adalah sesuatu hal yang khas dialami pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi idealnya. Apa yang dialami A dan B kemungkinan tidak dialami oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi sesuai dengan masa studi idealnya. Mahasiswa yang mengerjakan skripsi masih akan tetap memiliki teman selama proses pengerjaan skripsinya hingga merasa memiliki teman seperjuangan. Mahasiswa dengan teman-teman satu dosen pembimbing juga biasanya mengadakan pertemuan rutin bersama untuk membahas skripsi. Selain itu, orang tua juga belum terlalu memberi tekanan berlebih untuk lulus dibandingkan dengan mahasiswa yang terlambat lulus. Perbedaan situasi ini dapat menimbulkan perasaan stres dan berujung kecemasan pada mahasiswa yang sedang skripsi di luar masa studi idealnya.

Menurut Lovibond & Lovibond (1995), kecemasan adalah ketakutan maupun kekhawatiran mengenai hal tidak menyenangkan yang akan terjadi di masa mendatang. Kecemasan adalah perasaan yang ditandai dengan adanya perasaan tegang, pikiran yang khawatir, serta perubahan fisik seperti tekanan darah yang meningkat (American Psychological Association, n.d.). Jadi dapat ditarik kesimpulan bahwa kecemasan adalah perasaan takut mengenai

ketidakpastian masalah yang akan muncul di masa depan yang ditandai dengan adanya perubahan pada fisik.

Kecemasan dijumpai seseorang pada usia dewasa awal. Maftukhah (dalam Aulia & Panjaitan, 2019) mengatakan bahwa mahasiswa yang berada pada tingkat akhir termasuk dalam kategori usia dewasa awal. Tokoh perkembangan psikososial Erik Erikson menentukan tahap dewasa awal di mulai dari usia 20-30 tahun (Hapsari, 2017). Mahasiswa berada pada tahap peralihan dari masa remaja ke dewasa awal yang diikuti dengan perubahan tugas perkembangan secara psikologis (Prabowo & Sihombing, 2010). Usia mahasiswa yang berada di luar masa studi ideal berada pada rentang antara 22-26 tahun, di mana ia semakin dewasa dan dituntut untuk menjalankan tugas perkembangannya seiring dengan tugas akhir yang harus diselesaikannya. Hal ini dapat menyebabkan mahasiswa di fase tersebut memiliki resiko lebih tinggi untuk mengalami kecemasan.

Perubahan tugas perkembangan psikologis dari masa remaja ke dewasa awal dapat menjadi faktor penyebab kecemasan. Tahap dewasa awal menurut Erikson diawali dengan perolehan keintiman (*intimacy*) dan keturunan yang berkembang (*generativity*) pada periode akhir (Hapsari, 2017). Pernikahan sendiri merupakan fenomena yang tidak dapat dihindari ketika menuju masa dewasa (Papalia & Feldman, 2014). Meskipun tidak ada kewajiban untuk menikah di masa ini, tetapi banyaknya teman yang sudah menikah dapat menjadi penyebab kecemasan. Individu pada dewasa awal juga memiliki beban untuk bertanggung jawab dalam mengatur karir serta kehidupannya ke depan (Aulia & Panjaitan, 2019). Aspek pertemanan atau persahabatan juga mengalami perubahan di masa ini. Jumlah teman dan waktu yang dihabiskan bersama cenderung menurun (Papalia & Feldman, 2014).

Selain itu, jenis kelamin juga mampu mempengaruhi kecemasan seseorang. Hal tersebut dapat dilihat dari penelitian terdahulu yang membahas perbedaan kecemasan antara laki-laki dan perempuan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Erawan, Opod & Pali (2013) menemukan bahwa perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Begitu

juga penelitian yang dilakukan oleh Saputro (2007) menemukan bahwa tingkat kecemasan siswa perempuan lebih tinggi daripada siswa laki-laki. Selain itu, terdapat juga penelitian yang dilakukan oleh Pertiwi, Moeliono, & Kendhawati (2021) menemukan bahwa remaja perempuan lebih sering mengalami kondisi psikologis yang negatif, yaitu depresi, kecemasan dan stres dibandingkan remaja laki-laki. Akan tetapi, penelitian yang dilakukan oleh Putri (2020) menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan kecemasan antara siswa perempuan dan laki-laki. Hasil penelitian-penelitian di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan antara laki-laki dan perempuan, walaupun terdapat pula hasil penelitian yang menunjukkan hal sebaliknya.

Sebagaimana yang sudah disinggung sebelumnya, mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berpotensi mengalami kecemasan. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Fikry & Khairani, (2017) menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa yang sedang bimbingan skripsi berada dalam kategori kecemasan sangat berat. Penelitian yang dilakukan oleh Malfasari, Devita, Erlin & Filer (2018) menggambarkan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan, di mana hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dosen pembimbing, teman sebaya, dan lingkungan sekitar dengan kecemasan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Putri & Savira (2013) menyatakan bahwa kecemasan berdampak pada psikologis mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Akan tetapi, penelitian yang dilakukan oleh Ramadhan, Sukohar & Saftarina (2019) menunjukkan nilai kecemasan mahasiswa tingkat awal lebih tinggi daripada mahasiswa tingkat akhir. Sekali lagi dapat dilihat adanya perbedaan hasil penelitian mengenai kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan fenomena-fenomena di atas, dapat dilihat bahwa terdapat hal-hal serupa yang dialami mahasiswa ketika sedang mengerjakan skripsi, baik bagi laki-laki maupun perempuan. Meskipun tetap terdapat perbedaan baik dari sisi fisik maupun emosional di antara laki-laki dan perempuan, akan tetapi faktor-faktor yang menghambat pengerjaan skripsi, tekanan yang dihadapi, hingga kecemasan yang dialami mahasiswa cenderung sama. Peneliti memiliki

pemikiran apakah masih akan terdapat perbedaan antara mahasiswa laki-laki maupun perempuan yang sedang mengerjakan skripsi walaupun kondisi yang dialami tersebut cenderung sama.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal. Hal ini dikarenakan masih sedikitnya penelitian dengan subjek mahasiswa yang mengerjakan skripsi di luar masa studi idealnya. Penelitian terdahulu lebih banyak meneliti siswa sekolah atau hanya berfokus pada mahasiswa yang sedang skripsi. Selain itu, masih terdapat hasil penelitian yang bertentangan satu sama lain.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi dari permasalahan adalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal?
2. Apakah terdapat perbedaan kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka peneliti membatasi penelitian berfokus pada variabel kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka rumusan penelitian ini adalah “Apakah terdapat perbedaan kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal?”

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan kecemasan antara mahasiswa laki-laki dan perempuan yang sedang mengerjakan skripsi di luar masa studi ideal.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan gambaran mengenai kendala yang dihadapi oleh mahasiswa laki-laki dan perempuan di luar masa studi ideal, terutama dalam ilmu psikologi.

1.6.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis penelitian ini adalah:

1. Memberikan gambaran rancangan penanganan bagi mahasiswa yang berada di luar masa studi ideal.
2. Menambah referensi dan informasi bagi peneliti lain yang ingin meneliti dengan permasalahan serupa.