

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pendidikan merupakan sarana untuk mengembangkan kepribadian setiap individu. Ki Hajar Dewantara mengartikan Pendidikan yakni; “Pendidikan memainkan peran penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak-anak sepanjang hidup mereka, karena pendidikan membimbing mereka menuju tingkat keamanan dan kebahagiaan tertinggi dalam masyarakat.” (Dewi Pristiwanti dkk., 2022). Pendidikan erat kaitannya dengan mahasiswa. Salah satunya yakni untuk meningkatkan intelektualitas dan pengetahuan yang luas, mahasiswa harus mampu menyumbangkan kemampuan berpikirnya dalam memecahkan berbagai permasalahan. Mahasiswa adalah pihak yang aktif didalam proses pembelajaran di perguruan tinggi.

Secara akademik, mahasiswa harus menghadapi tuntutan tugas. Mahasiswa perlu belajar secara mandiri, mengikuti kuliah, serta menyelesaikan tugas-tugas dengan tenggat waktu yang telah disepakati. Mahasiswa harus pandai mengatur waktu, mengelola emosi, dan mengambil keputusan sendiri. Mereka harus belajar menjadi mandiri dan bertanggung jawab terhadap tugas-tugas perkuliahan. Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (Hidayat & Fourianalistryawati, 2017) mahasiswa tahun pertama sering merasa kerepotan dengan tuntutan ketika memasuki perguruan tinggi karena mulai beradaptasi dari masa sekolah ke masa perkuliahan. Mahasiswa tahun pertama merupakan mahasiswa yang memasuki fase orientasi atau adaptasi yang baru saja memasuki perkuliahan di semester 1 dan 2, kemudian pada fase selanjutnya yakni fase penyesuaian akademik dimana biasa terjadi pada mahasiswa yang telah melewati fase orientasi, setelah itu memasuki fase tujuan akademik Dimana mahasiswa mulai memahami arah dan tujuan dalam perkuliahan, dan yang terakhir fase penyelesaian tugas akhir yang mengarah pada mahasiswa semester 7 dan 8 yang mulai menyusun skripsi (Atkinson dkk, 2017). Mahasiswa dikatakan

mampu memenuhi berbagai materi kuliah, yang tingkat kesulitan meningkat setiap tahun (Dimala & Rohayati) (Shagita & Rhamadona, 2021). Artinya, beban tugas yang dialami mahasiswa di tiap tingkat berbeda-beda dan terus bertambah di tiap tingkatnya. Hal ini mengacu pada hal yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir yang mulai menyusun skripsi, magang, dan kegiatan-kegiatan lain serta tugas-tugas lainnya. Peraturan Mendikbud Nomor 49 Tahun 2017 menjelaskan bahwa mahasiswa memiliki batas waktu untuk menyelesaikan studinya. Program Diploma 4 atau Sarjana memiliki batas waktu selama 4 sampai 5 tahun untuk menuntaskan pendidikannya. Pada penyelesaian studinya, mahasiswa harus memenuhi prasyarat untuk mendapat gelar sarjana, yaitu mengambil dan menyelesaikan mata kuliah skripsi (Safitri dkk) (Aprilian dan Yoenanto, 2022).

Arnett (2015) menyatakan bahwa generasi muda antara usia 18 dan 25 tahun, termasuk pelajar, berada pada tahap awal perkembangan emerging adulthood. Tahap ini relatif baru, karena mahasiswa berada di antara masa remaja akhir dan masa dewasa awal. Tahapan tersebut adalah: 1) tahap eksplorasi karier dan identitas pasangan, 2) tahap eksplorasi identitas yang labil, 3) tahap fokus pada kemandirian dan kebebasan diri, 4) masa antara remaja dan dewasa, dan 5) masa optimisme terhadap harapan dan cita-cita. Kelima ciri ini menunjukkan bahwa mahasiswa membutuhkan perhatian khusus, terutama dalam proses studi di perguruan tinggi, agar tidak mudah mengalami stress.

Remaja dilaporkan terlibat dalam macam-macam perilaku berisiko seperti peningkatan konsumsi alkohol serta obat-obatan, aktivitas seksual, aktivitas fisik, buruk pola makan dan tidur (Bennett & Holloway, 2014; The American College Health Association, 2009). Menurut statistik yang diterbitkan oleh National Biro Catatan Kejahatan, ada satu siswa setiap jam itu melakukan bunuh diri, 1,8% siswa yang bunuh diri karena gagal dalam ujian dan kenaikan 80% dalam tingkat bunuh diri selama jangka waktu satu tahun (Saha) (Surhandiah et al., 2021). Suhandiah (2021) dalam penelitiannya menjelaskan bahwa Stresor atau penyebab stres pada

mahasiswa bisa bersumber dari kehidupan akademiknya, terutama dari tuntutan eksternal dan tuntutan dari harapannya sendiri dapat berasal dari kehidupan akademik mereka, terutama dari tuntutan orang lain dan harapan mereka sendiri. Penyebab stres terletak pada diri individu, misalnya pada harga diri dan konsep diri.

Perkembangan stres bergantung pada cara seseorang mengevaluasi dan menafsirkan peristiwa secara kognitif. Penilaian kognitif mengacu pada kepercayaan diri seseorang dalam menafsirkan peristiwa-peristiwa dalam hidup mereka sebagai sesuatu yang berbahaya dan mengancam serta dalam menghadapi peristiwa-peristiwa tersebut secara efektif, lingkungan juga merupakan sumber stres bagi individu (Suhandiah, dkk 2021).

Tabel 1. Pre-eliminatory variabel stres akademik

Responden	Prodi	Stres akademik				
		Tekanan belajar	Beban tugas	Kekhawatiran terhadap nilai	Ekspetasi diri	Keputusan
1	Ilmu komunikasi	-	✓	-	✓	✓
2	Manajemen	✓	✓	✓	-	-
3	PJKR	✓	✓	✓	✓	✓
4	Agribisnis	-	-	✓	✓	-
5	Psikologi	✓	✓	✓	✓	✓
6	PAI	✓	✓	✓	✓	✓
7	Teknik elektro	-	✓	✓	-	-

(Sumber : Diolah oleh peneliti)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dalam bentuk wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 16 dan 17 November kepada 7 orang mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi tingkat 7 dan 9 diketahui bahwa adanya stress akademik yang dialami oleh mahasiswa yang sedang memasuki tingkat akhir. Diketahui bahwa stress akademik bermula karena rasa kekhawatiran terhadap tugas akhir yang harus dihadapi di tingkat yang sedang dijalani. Kemudian kegiatan lain yang harus dijalani di tingkat ini seperti magang, bekerja dan aktivitas lainnya juga memicu terjadinya stress akaemik yang dialami oleh mahasiswa. Kekhawatiran Ketika melihat teman telah berhasil menyelesaikan tugasnya juga menambah beban mahasiswa untuk berlomba-lomba agar lulus tepat waktu.

Dari pemaparan yang telah dijelaskan di atas, dapat diketahui bahwa para mahasiswa merasakan stres setelah memasuki tingkat akhir. Stres yang berasal dari tuntutan akademik tersebut disebut sebagai stres akademik. Barseli et al., (2017) mengemukakan bahwa stres akademik ialah tekanan dari persepsi individu terhadap keadaan akademik yang bisa menimbulkan reaksi fisik, perilaku, pikiran serta emosi yang negative yang timbul karena tuntutan akademik. Gadzella dan Masten (Rahayu, dkk 2021) menyebutkan bahwa stres akademik adalah ketidakmampuan individu dalam memenuhi kebutuhan akademiknya sehingga menimbulkan reaksi emosional, seperti stres dan frustrasi. Menurut Sun, dkk stres akademik sebagai tekanan secara psikologis yang dirasakan oleh individu, dimana tekanan tersebut yang lebih besar berasal dari permasalahan akademik daripada peristiwa kehidupan (Maulinda dan Rahayu, T.T).

Menurut Taylor (Oktavia et al., 2019) Faktor-faktor Stress Akademik meliputi Faktor Eksternal yang terdiri dari : Waktu dan Uang, latar belakang Pendidikan, standar hidup, dan dukungan sosial. Sedangkan faktor internal yaitu Kepribadian yang meliputi : Afek, kepribadian *hardiness*, optimisme, control psikologis, harga diri dan strategi *coping*. Berdasarkan faktor stress akademik yang dipaparkan oleh Taylor (Oktavia et al., 2019), maka dapat diketahui bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat menurunkan stress akademik. Salah satu hal yang dapat menyebabkan munculnya stres akademik pada mahasiswa adalah kurangnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar (Yusuf & Yusuf (Desilia Anadita, 2021).

Dukungan sosial ada atau telah diberikan berupa komunikasi verbal atau non-verbal yang dapat meningkatkan rasa kompetensi, *coping*, *belonging*, harga diri individu, dan memberikan kepercayaan kepada individu bahwa mereka dipedulikan ialah *perceived social support* (Lim & Kartasmita) (Ikhwaningrum et al., 2022). Dukungan sosial bisa di artikan sebagai kualitas sebuah hubungan yang dibutuhkan secara emosional (Glozah & Pevalin) (Desilia Anadita, 2021). Menurut Zimet (1988)

Dukungan sosial adalah dukungan yang di terima individu dari lingkungan sekitar agar terhindar dari stress. Dukungan sosial dapat diterima oleh mahasiswa dari keluarga, teman, pasangan atau anggota komunitasnya (Zimet) (Desilia Anadita, 2021). Hal ini didukung oleh penelitian terhadulu yang dilakukan (Banstola, 2020) yang menjelaskan bahwa dukungan sosial yang dirasakan dari keluarga berhubungan secara signifikan dengan stres akademik masiswa. Mereka yang mempunyai dukungan orang tua atau keluarga tinggi mempunyai risiko lebih kecil terhadap stres akademik, sedangkan mereka yang mendapat dukungan rendah atau sedang mempunyai kemungkinan dua kali lipat mengalami stres akademik.

Kemudian Ikhwaningrum dkk (2022) dalam penelitiannya tentang “Hubungan Resiliensi dan *Perceived Social Support* dengan Stres Akademik Saat Pembelajaran Daring pada Mahasiswa” dengan subjek mahasiswa S-1 di FK UNS 2018 yang melaksanakan pembelajaran daring menunjukkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *perceived social support* dengan stres akademik. Hal ini yang menjadi pembaruan pada penelitian ini yang melakukan penelitian di Universitas Islam 45 Bekasi dengan subjek mahasiswa tingkat akhir.

Tabel 2. Pre-eliminary variabel *perceived social support*

Responden	Prodi	<i>Perceived social support</i>		
		Dukungan keluarga	Dukungan orang spesial	Dukungan teman
1	Ilmu komunikasi	✓	-	✓
2	Manajemen	✓	✓	✓
3	PJKR	✓	-	✓
4	Agribisnis	✓	✓	-
5	Psikologi	✓	✓	✓
6	PAI	✓	-	✓
7	Teknik elektro	✓	-	-

(Sumber : Diolah oleh peneliti)

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dalam bentuk wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 16 dan 17 November kepada 7 orang mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi tingkat 7 dan 9 mengenai dukungan sosial pada ketiga aspeknya, didapatkan hasil bahwa seluruh mahasiswa mengatakan bahwa dukungan sosial yang paling sering

didapatkan yaitu dari orang tua, teman dan juga sahabat serta orang-orang terdekat. Dukungan yang diberikan berupa motivasi agar terus semangat, sharing-sharing bersama teman agar tugas yang sedang dijalani dapat dikerjakan bersama-sama. Hal ini membuat mereka lebih bersemangat lagi dan merasa tidak sendirian dalam menghadapi tugas tingkat akhir.

Tabel 3. Pre-eliminary variabel keterikatan siswa

Responden	Prodi	Keterikatan siswa		
		Komponen perilaku	Komponen kognitif	Komponen emosional
1	Ilmu komunikasi	✓	-	✓
2	Manajemen	✓	✓	-
3	PJKR	✓	✓	✓
4	Agribisnis	✓	-	-
5	Psikologi	✓	✓	✓
6	PAI	✓	✓	✓
7	Teknik elektro	✓	-	-

(Sumber : Diolah oleh peneliti)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan dalam bentuk wawancara yang telah dilakukan pada tanggal 16 dan 17 November kepada 7 orang mahasiswa Universitas Islam 45 Bekasi tingkat 7 dan 9 mengenai keterikatan siswa pada ketiga aspeknya, didapatkan hasil bahwa mahasiswa Tingkat akhir mengatakan bahwa mereka mengikuti aktif dikampus maupun diluar kampus seperti magang, PPL/PKL yang mana hal ini membuat responden kesulitan membagi waktu. Selain itu mereka juga harus melaksanakan bimbingan dan masih aktif mengikuti organisasi dikampus.

Selanjutnya Menurut Skinner et al (Novianti & Mariyati (T.T) bahwa terdapat hubungan antara keterikatan siswa atau Keterikatan siswa dengan stress akademik. Keterikatan merupakan salah satu faktor yang penting atas keberhasilan proses belajar dan akademik mahasiswa. Conell dan Wellborn (Novianti & Mariyati (T.T) menjelaskan beberapa faktor yang mempengaruhi keterikatan siswa secara garis besar terdiri atas factor eksternal dan internal. Faktor eksternal ini terdiri atas faktor struktural, otonomi support, dan keterlibatan. Struktur berkaitan dengan gambaran perilaku orang tua dan guru kepada anak, otonomi *support*

berkaitan dengan bantuan yang diberikan kepada anak untuk menghubungkan perilaku anak dengan tujuan dan nilai pribadinya, sedangkan keterikatan berkaitan dengan keterlibatan dan dukungan emosional dari orang tua dan guru. Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Novianti & Mariyati yang menjelaskan bahwa bahwa semakin tinggi tingkatan keterikatan siswa maka akan semakin rendah tingkatan stres akademik yang dimiliki oleh seorang siswa. Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini dirasa perlu dilakukan karena masih kurangnya studi mengenai keterikatan siswa terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

Fredrick et al (2004) menjelaskan bahwa aspek-aspek dari keterikatan siswa diantaranya adalah *behavioural engagement* seperti ketahanan, perhatian, berpartisipasi dan mengajukan pertanyaan, lalu selanjutnya *emotional engagement* reaksi afektif yang muncul ketika didalam kelas, dan yang terakhir adalah *cognitive engagement* yaitu adanya regulasi diri dan strategi untuk belajar. Didapatkan dari hasil wawancara kepada 7 orang mahasiswa mengenai ketiga aspek keterikatan siswa, seluruh mahasiswa berpendapat bahwa mereka memiliki motivasi yang tinggi untuk mendapatkan hasil serta nilai yang baik. Mereka juga mengatakan bahwa mereka berusaha aktif ketika proses pembelajaran berlangsung, mereka juga berusaha menjalin komunikasi yang baik dengan dosen agar proses pembelajaran berjalan baik sesuai harapan.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, dapat diketahui bahwa terdapat kesenjangan antara penelitian terdahulu dengan penelitian yang akan peneliti lakukan saat ini diantaranya dalam hal lokasi penelitian, karakteristik subjek.

Berdasarkan latar belakang dan hasil wawancara, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih dalam mengenai hubungan *perceived social support* dan keterikatan siswa terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam 45 Bekasi dan subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Universitas Islam 45 Bekasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka penelitian ini memiliki rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana hubungan antara *perceived social support* dengan stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir
2. Bagaimana hubungan antara keterikatan siswa dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir
3. Apakah ada Pengaruh antara *perceived social support* dan keterikatan siswa terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka penelitian ini memiliki tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui hubungan antara *perceived social support* dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir
2. Untuk mengetahui hubungan antara keterikatan siswa dengan stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara *perceived social support* dan keterikatan siswa terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam perkembangan ilmu psikologi, khususnya dalam pengembangan dalam bidang Psikologi Pendidikan dan Perkembangan mengenai hubungan antara *perceived social support* dan keterikatan siswa terhadap stress akademik pada mahasiswa tingkat akhir.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa

Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan serta pengetahuan agar dapat mengelola stress akademiknya dengan baik.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi bagi peneliti lainnya terkait hubungan antara *perceived social support* dan keterikatan siswa terhadap stress akademik mahasiswa tingkat akhir.

