

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Universitas adalah suatu institusi pendidikan tinggi yang memberikan gelar akademis kepada mahasiswa dalam berbagai bidang yang diminati atau biasa juga disebut dengan perguruan tinggi. Perguruan tinggi sendiri merupakan lembaga pendidikan tertinggi dalam strata atau tingkatan pendidikan. Perguruan tinggi sendiri dibagi menjadi dua bagian, yaitu perguruan tinggi negeri dan swasta. Berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) yang ditulis oleh Annur (2022) pada 2021 bahwa ada 3.115 perguruan tinggi di Indonesia dengan mayoritas berada di Sumatera. Sebanyak 2.990 unit perguruan tinggi pada 2021 yang merupakan perguruan tinggi swasta, dan 125 unit lainnya merupakan perguruan tinggi negeri. Perguruan tinggi terdiri atas pelajar atau mahasiswa yang berada di usia 18-21 tahun dan merupakan remaja akhir yang berada dalam tahap perkembangan dan memiliki kebutuhan yang dapat memunculkan masalah dalam masa pemenuhannya Hurlock (dalam Sujono, 2014). Pada generasi muda yang umumnya telah menyelesaikan pendidikan di jenjang menengah atas, mereka akan memilih apa yang akan ditempuhnya di masa depan, dan sebagian besar dari mereka akan memilih melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi sebagai mahasiswa.

Mahasiswa merupakan sumber daya manusia yang berada dalam naungan perguruan tinggi dan sedang menempuh pendidikannya sesuai dengan bidang minatnya masing-masing. Selama menempuh pendidikannya, mahasiswa memiliki masalah yang biasa dialami tidak hanya dari faktor ekonomi dan faktor sosial namun faktor pendidikan juga dapat menjadi sebuah masalah. Menurut Suwarsi dan Hanyani

(dalam Pasiori, Marhan & Jamiludin 2020) menjelaskan bahwa sebagai mahasiswa pasti memiliki tekanan yang akan semakin berat untuk dihadapinya. Para mahasiswa memiliki tugas-tugas seperti menyusun makalah, melakukan persentasi di depan kelas, berdiskusi dengan rekan, dan beberapa tugas penting lainnya. Pada masa pendidikannya di perguruan tinggi, mahasiswa akan diberikan gelar akademis sebagai sarjana, tanda bahwa telah menyelesaikan pendidikannya di perguruan tinggi. Mahasiswa harus memenuhi syarat terlebih dahulu untuk menyelesaikan pendidikannya dengan mengambil mata kuliah skripsi dan akan menyusun tugas akhir. Soemanto (dalam Nicolas, dkk., 2020) menjelaskan bahwa ketika mahasiswa sudah memasuki semester akhir, penyusunan skripsi merupakan hal yang harus dikerjakan oleh mahasiswa yang disusun berdasarkan pelaksanaan, perencanaan, dan penelitian ilmiah yang dilakukan oleh mahasiswa. Febrian (dalam Murfika, Bahar & Kaimuddin, 2021) menjelaskan bahwa skripsi merupakan tugas yang diberikan kepada mahasiswa tingkat akhir yang biasanya berupa penelitian, kajian suatu kasus beserta studi literatur yang berada di bawah bimbingan dosen yang membimbing tugas akhir. Dalam menyusun skripsi, mahasiswa diharuskan memilih fenomena yang menurutnya cocok untuk diteliti dan sesuai dengan masalah yang terjadi di lapangan. Dan tugas akhir ini bersifat individual dan hasil dari penelitian yang dilakukan diharapkan akan bermanfaat bagi masyarakat secara umum.

Skripsi merupakan salah satu masalah atau tekanan terbesar yang dialami oleh para dewasa awal, karena pada masa pengerjaan tugas akhir ini mahasiswa merasakan perubahan-perubahan, seperti pola tidur, pola makan, dan bahkan kegiatan lainnya juga banyak berubah dan tidak dapat ditangani oleh mahasiswa. Menurut Etika & Hasibuan (dalam Murfika, Bahar & Kaimuddin, 2021) biasanya kesulitan-kesulitan yang dihadapi oleh para mahasiswa pada penyusunan skripsi, tidak hanya menyebabkan munculnya kelelahan

fisik, namun semakin lama maka akan menyerang psikis dan sehingga para mahasiswa merasa malas untuk mengerjakan skripsi. Dalam penyusunan skripsi, biasanya para mahasiswa menemukan kesulitan pada awal penyusunan, seperti menentukan judul yang akan digunakan, fenomena mengenai judul yang akan diteliti dan kesulitan dalam mencari referensi-referensi yang sesuai dengan karya tulisnya. Tidak sedikit mahasiswa terkadang kehilangan semangat dan bahkan tidak hanya sekali rasa semangat tersebut hilang tanpa alasan. Selain rasa malas dan hilangnya semangat yang muncul, mahasiswa juga merasa frustrasi karena kehilangan ide, bahkan banyak masalah lainnya juga dapat datang dari internal, yaitu lingkungan tempat dia tinggal seperti keluarga.

Kinansih (dalam Sujono, 2014) menjelaskan kesulitan yang dihadapi para mahasiswa akhirnya dapat menimbulkan stress, rendah diri, frustrasi, kehilangan motivasi bahkan sampai menunda dan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya. Biasanya sebelum menyelesaikan masalahnya, para mahasiswa akan membangun kembali semangatnya dengan cara memberi sedikit waktu luang untuk dirinya agar mendapatkan motivasi kembali untuk menyusun skripsinya. Tidak sedikit juga para mahasiswa mengalami masalah saat skripsi menjadikan masalah tersebut sebagai motivasi mereka agar dapat menyelesaikan skripsinya dalam waktu dekat dan mendapatkan hasil yang terbaik. Mahasiswa yang tengah menghadapi tingkat akhir, mereka dituntut untuk dapat membagi waktunya antara pribadi dan kuliah, serta mereka dituntut untuk dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik, seperti mengatur waktu setiap harinya, mengatur beberapa hal yang dianggap paling penting untuk dikerjakan terlebih dahulu. Fenomena didapatkan dari salah satu universitas di Jawa Barat, yaitu Ma'soem University dalam web berita kampus Ma'soem bahwa mahasiswa sering mengalami kesulitan dalam pengerjaan skripsi karena beberapa alasan, seperti tidak terbiasa menulis, kurang mampu dalam

mengatur jadwal, masalah dengan dosen pembimbing dan gejala stress yang bahkan muncul pada mahasiswa yang membuat para mahasiswa harus mampu memilih cara penyelesaiannya dengan baik. Dan dapat diprediksi bahwa dengan adanya hal tersebut dapat kemungkinan fenomena terjadi pada mahasiswa di universitas lain termasuk Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Secara tidak langsung, masalah yang dihadapi para mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menuntut mereka untuk dapat menyesuaikan diri terhadap apa yang sedang dihadapinya termasuk dalam menyelesaikan masalah atau biasa disebut dengan *strategy coping*. Menurut Sarafino (dalam Maryati & Karnawati, 2015) *strategy coping* adalah suatu proses yang dilakukan individu untuk mengatasi masalah dan sumber-sumber yang dimilikinya dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan. *Strategy coping* sendiri dibagi menjadi dua jenis, menurut Lazarus & Folkman (dalam Maryati & Karnawati, 2015) yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping* dan keduanya memiliki arti yang berbeda. *Problem focused coping* merupakan cara untuk mengatasi stress secara langsung ke pusat masalahnya dan mengubah kondisi dari masalah yang dihadapi agar dapat terselesaikan dengan baik. Sedangkan *emotion focused coping* merupakan cara penyelesaian masalah yang bertujuan untuk meredakan tekanan emosi negatif yang timbul dari masalah yang ada.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Sujono, 2014) bahwa mahasiswa memilih mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan skripsinya dengan menyelesaikan masalah secara langsung dengan cara berdiskusi dengan teman dan mencari tentang informasi mengenai apa yang harus dilakukannya selama merasa kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi. Seseorang memilih *problem focused coping* biasanya memiliki keyakinan pada kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Dalam menangani masalah dengan *problem focused coping* maka akan sangat dipengaruhi

oleh kepercayaan atau keyakinan mahasiswa tersebut dalam menghadapi masalahnya, atau biasa dikenal dengan *self efficacy*. Risnawati dan Ghufron (dalam Ramadhani, Aini & Rohana, 2020) *self efficacy* memberikan pengaruh kepada individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan atau dalam menyelesaikan suatu masalah yang dihadapinya. Bandura (dalam Alwisol, 2009) menjelaskan bahwa *self efficacy* adalah persepsi pada diri sendiri yang berkaitan dengan seberapa baik diri individu dapat berfungsi dalam suatu situasi yang dihadapinya. Biasanya *strategy coping* yang paling sering digunakan oleh individu yang mempunyai *self efficacy* yang tinggi ialah *problem focused coping* (Carver et al., 1989; Shen, 2009; Hsieh et al. 2012 dalam Taiwo J, 2015). Hal ini berhubungan dengan keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan dalam melakukan suatu tindakan sesuai dengan yang diharapkan. *Self efficacy* dan *problem focused coping* sendiri ialah dua faktor yang dapat berpengaruh terhadap tingkat stres yang dialami oleh individu karena akan masuk ke dalam situasi yang penuh dengan tekanan dan kepercayaan diri mereka untuk dapat menahan reaksi stress yang muncul. Jika para mahasiswa memilih *problem focused coping* pada penyelesaiannya masalahnya, maka mereka mampu untuk dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya dengan baik karena para mahasiswa mempunyai rasa keyakinan pada dirinya atau *self efficacy* bahwa mereka mampu dan percaya bahwa apa yang mereka pilih untuk menyelesaikan masalah adalah yang terbaik.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan, terdapat 29 mahasiswa yang mengisi survey melalui *google form* dengan tema pendekatan dalam menyelesaikan masalah atau *strategy coping*, terdapat 69% atau 20 mahasiswa memilih menyelesaikan masalahnya dengan menggunakan pendekatan yang berfokus pada masalahnya langsung atau *problem focused coping*, sedangkan 31% atau 9 mahasiswa lainnya memilih untuk menyelesaikan masalahnya dengan pendekatan yang berfokus pada emosi atau *emotion focused coping*.

Survey ini dilakukan dengan responden yang merupakan mahasiswa Universitas Bhayangkara yang sedang menyusun skripsi, dan total 29 mahasiswa yang mengisi form, terdapat 19 responden perempuan dan 10 responden laki-laki dari berbagai Fakultas, seperti Psikologi, Teknik, Ilmu Pendidikan, Hukum, serta Ekonomi dan Bisnis yang merupakan mahasiswa angkatan 2018. Mayoritas responden terdapat dari Fakultas Psikologi, serta 93,1% atau 27 responden memilih bahwa pendekatan penyelesaian masalah yang mereka pilih, diyakini dapat menyelesaikan masalah mereka dengan baik. Didapatkan juga 89,7% atau 26 responden juga memilih bahwa saat mereka dihadapi masalah, mereka akan meminta bantuan kepada orang yang mereka percaya untuk dapat mengatasi masalahnya, dan mereka memilih bahwa biasanya mereka meminta bantuan kepada keluarga, teman, pasangan dan mungkin orang-orang lain yang dapat percaya untuk membantunya.

Hal yang sama juga ditemukan saat melakukan wawancara terhadap 5 mahasiswa Fakultas Psikologi angkatan 2018 yang terkait tema pendekatan dalam menyelesaikan masalah atau *strategy coping* pada 5 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, yaitu BC, NL, VV, YD, FD.

Mahasiswa BC mampu untuk memilih *strategy coping* yang menurutnya tepat untuk menyelesaikan masalahnya, dan BC merasa yakin bahwa pilihannya adalah tema yang terbaik untuk menyelesaikan masalahnya, hal ini membuat BC merasa senang jika masalahnya dapat terselesaikan. Namun tidak menutup kemungkinan untuk BC dalam meminta bantuan kepada teman dekatnya karena BC merasa saat menyusun skripsi ada banyak kendala terutama dari mencari fenomena, teori yang sesuai dan pilihan lain yang dilakukan BC adalah melakukan konsultasi dengan dosen pembimbing skripsi dan mencari referensi lainnya di internet.

Mahasiswa NL selalu membuat rencana dalam menyelesaikan masalahnya, karena NL merasa dirinya harus mengetahui pusat

masalahnya dan mencari cara untuk menyelesaikannya. NL merasa dengan membuat rencana dapat menyelesaikan masalahnya dengan baik dan NL sangat merasa yakin dengan dirinya dalam menyelesaikan masalah yang dihadapinya, dan tidak menutup kemungkinan untuk NL meminta bantuan dan pendapat dari teman dan pasangannya. Karena menurut NL saat mengerjakan skripsi banyak kendala dalam menemukan jurnal namun banyak jurnal yang dikunci, bahasa yang didapatkan dari jurnal luar negeri dan dalam memahami isi jurnal. NL tetap berusaha dalam mencari cara agar masalah tersebut dapat teratasi.

Mahasiswa VV mengatakan bahwa cara terbaik untuk menyelesaikan masalah adalah menyelesaikan inti masalah yang ada, namun terkadang VV merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya tapi VV berusaha untuk mencari cara agar mampu menyelesaikannya. Menurut VV ketika dirinya tidak yakin, maka mencari bantuan dari orang terdekat adalah salah satu solusinya, terutama kendala dalam mencari teori dari satu tokoh yang mencakup seluruh faktor dan aspek, dan VV berusaha mencari teori tersebut dari berbagai referensi.

Mahasiswa YD dalam menyelesaikan masalahnya pertama kali memilih untuk membuat langkah awal, dan dirinya merasa bahwa tentu saja akan ada emosi yang muncul, kemudian YD memilih untuk meredakan emosinya sejenak agar dapat berfikir jernih. Menurut YD cara seperti yang dilakukannya mampu menyelesaikan masalahnya dengan baik, dan biasanya YD akan meminta bantuan kepada Kakak dari YD. Pemicu dari kendala yang dihadapi YD adalah bagaimana harus membagi waktu agar fokus yang dimilikinya tidak terpecah. Dan YD berusaha untuk berdiskusi dengan teman yang sudah lulus agar mengetahui bagaimana membuat waktu yang dimilikinya mencari efisien.

Mahasiswa FD sendiri memilih menyelesaikan langsung pada pusat masalahnya namun dengan memahami dahulu apa inti dari masalah yang dimilikinya, kemudian FD akan membuat rencana dalam

proses penyelesaiannya. FD sendiripun merasa yakin akan kemampuannya karena rencana yang telah FD buat sebelumnya. Dan FD merasa tenang karena mampu menyelesaikan masalahnya, jika menurutnya masalah tidak dapat terselesaikan, maka FD akan meminta bantuan kepada kerabat terdekat. Pemicu dari beberapa kendala yang FD dalam menyelesaikan skripsinya adalah karena dirinya sulit dalam membagi waktu, dan solusi lainnya adalah FD berusaha mengerjakan skripsinya sedikit demi sedikit jika ada waktu walaupun waktu tersebut tidak banyak.

Berdasarkan survei dan wawancara yang dilakukan, terdapat masalah yang menggambarkan fenomena di kampus Bhayangkara yaitu merupakan kendala-kendala yang dialami oleh para mahasiswa khususnya Fakultas Psikologi dalam mengerjakan skripsi. Mahasiswa kurang mampu dalam membuat rencana untuk penyelesaian masalah dan kurang merasa yakin dengan pilihan penyelesaian masalah. Namun, berdasarkan hasil survey kenyataannya para mahasiswa masih memilih untuk menunda menyelesaikan masalahnya karena merasa tidak yakin dengan kemampuan dirinya dalam menyelesaikan masalah. Para mahasiswa berusaha untuk yakin dengan dirinya sendiri dalam mengatasi masalah yang mereka hadapi, dan mereka memilih untuk menyelesaikan masalahnya dengan melihat dahulu pusat masalahnya dan menghindari emosinya terlebih dahulu, karena mereka memahami bahwa menyelesaikan masalah dengan emosi maka akan membuat masalah mereka semakin berantakan dan tidak dapat teratasi dengan baik. Pada dasarnya, seseorang yang mampu menyelesaikan masalahnya maka mereka dapat membuat alternatif jawaban dan strategi sebelum menyelesaikan masalahnya, sesuai dengan yang dijelaskan Santoso dan Setyawan (dalam Sari & Nughoro, 2021) inti dari *problem focused coping* ialah usaha yang dilakukan oleh individu dan berorientasi pada pemecahan dan bagaimana cara menghadapi masalah dengan langsung kepada sumber masalah yang ada, serta

berusaha mengubah situasi yang menimbulkan masalah tersebut dengan mempelajari cara-cara yang ada. Namun berdasarkan hasil survey kepada 26 orang mereka tidak mampu untuk menyelesaikan masalahnya dan masih sering bertanya dan meminta bantuan kepada orang lain. Individu yang memilih *problem focused coping* maka harus memiliki keyakinan pada dirinya dalam menyelesaikan masalah dengan alternative solusi yang dibuat sebelumnya, namun pada kenyataannya mereka tidak yakin untuk menyelesaikan masalahnya yang terlihat pada hasil survey sebelumnya. Adanya keyakinan dalam diri para mahasiswa membuat mereka mampu untuk menghadapi kesulitan mereka, dan membuat mahasiswa bekerja keras dan berusaha untuk bertahan dalam mengerjakan tugas akhirnya sebagai usaha untuk mengatasi stressor (Bandura dalam Wulansari & Desiningrum, 2014). Stressor menurut Lazarus & Folkman (dalam Maryati & Karnawati, 2015) yaitu merupakan kondisi fisik, lingkungan dan sosial yang merupakan sebuah penyebab dari kondisi stress.

Melihat fenomena diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut apakah ada hubungan antara *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya. Penelitian ini dilakukan karena mengingat pentingnya menyelesaikan masalah langsung kepada pusat masalahnya dengan keyakinan diri yang dimiliki oleh individu terutama pada masa penyusunan skripsi.

1.2 Rumusan Masalah

Dalam masa penyusunan skripsi, mahasiswa perlu memiliki keyakinan dalam diri agar mampu untuk menghadapi kesulitan mereka dalam mengatasi masalah mereka. Risnawati dan Ghufon (dalam Ramadhani, Aini & Rohana, 2020) menjelaskan jika para mahasiswa memiliki kemampuan menggunakan *problem focused coping* maka akan sangat dipengaruhi oleh keyakinan pada diri individu itu sendiri

akan kemampuannya dalam mengatur dan menyelesaikan masalah yang tengah dihadapinya atau biasa dikenal dengan *self efficacy*. Hasil studi dari (Wulansari & Desiningrum, 2014) yang menyimpulkan bahwa semakin tinggi *self efficacy* maka akan semakin tinggi kecenderungan subjek menggunakan *problem focused coping*. Dan maka berlaku sebaliknya, jika semakin rendah *self efficacy* maka akan semakin rendah pula *problem focused coping* pada subjek yang diteliti.

Hasil studi ditemukan pada (Sujono, 2014) menyimpulkan bahwa adanya hubungan yang sangat signifikan antar dua variabel yang berarti semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi kecenderungan *problem focused coping* digunakan. Dan mahasiswa yang memiliki keyakinan dalam proses penyusunan skripsi mampu untuk mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan masalahnya secara langsung. Hasil studi lain juga ditemukan dari (Nicolas, Atrizka, Melissa dan Yulvian, 2020) bahwa membuktikan adanya korelasi positif antara kedua variabel dan dikategorikan hubungan dalam korelasi sedang, semakin besar nilai *self efficacy* maka semakin tinggi pula *strategy coping stress* yang dimiliki.

Penelitian yang dilakukan oleh (Ramadhani, Aini dan Rohana, 2020) hubungan antara dua variabel dan menunjukkan nilai koefisien korelasi yang mempunyai keeratan hubungan yang sangat kuat. Dengan kata lain, semakin tinggi *self efficacy* maka semakin tinggi pula *problem focused coping* pada subjek tersebut. Begitu juga dalam penelitian yang dilakukan oleh (Pasiore, Jamiludin dan Marhan, 2021) dapat dikatakan bahwa jika efikasi diri pada mahasiswa tinggi maka kemampuan pemecahan masalah yang berfokus pada masalah akan semakin tinggi juga dan kedua variabel dinyatakan memiliki hubungan yang positif.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti melihat bahwa telah banyak peneliti lain yang membahas tentang *self efficacy* dengan *problem*

focused coping, namun dengan subjek yang berbeda dengan yang ingin diteliti oleh peneliti. Maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya?”

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan *self efficacy* dengan *problem focused coping* pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Bhayangkara Jakarta Raya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu menambah kajian di ilmu psikologi, khususnya psikologi perkembangan dalam menyelesaikan masalah dan kepercayaan pada kemampuan diri sendiri ataupun psikologi pada umumnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Pembaca

Dengan membaca hasil penelitian ini membantu pembaca khususnya mahasiswa dalam mengatasi permasalahannya khususnya pada bidang akademik dengan menggunakan *problem focused coping* dengan memperkuat keyakinan pada kemampuan diri sendiri.

b. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat memberikan informasi bagi peneliti selanjutnya mengenai “Hubungan *Self Efficacy* dengan *Problem Focused Coping* pada Mahasiswa yang Sedang Menyusun Skripsi.”