

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Jenjang pendidikan dimulai dari tingkat sekolah dasar, menengah pertama, tingkat atas hingga perguruan tinggi, dalam perguruan tinggi untuk mencapai gelar sarjana harus melewati beberapa tantangan, dan tantangan yang paling besar adalah tugas akhir skripsi.

Tugas akhir skripsi merupakan suatu karya tulis mahasiswa dengan melakukan kegiatan penelitian yang membahas masalah dalam bidang ilmu sesuai dengan jurusan yang sedang ditempuh. Tugas akhir skripsi ini wajib dipenuhi atau dibuat oleh setiap mahasiswa program S1 sebagai syarat kelulusan dan memperoleh gelar sarjana. Isi tugas akhir skripsi ini berupa formulasi ide, konsep, pola pikir, dan kreativitas dalam format yang baik dan lazim digunakan di kalangan masyarakat ilmiah.

Skripsi merupakan bukti kemampuan akademik mahasiswa dalam penelitian dan pemecahan masalah yang dibahas. Tugas akhir skripsi yang disusun oleh mahasiswa diharapkan berkualitas tinggi dari sudut keilmuan dan memenuhi persyaratan administratif yang ditentukan. Mahasiswa sebagai masa transisi dewasa awal dengan tugas perkembangannya dituntut untuk dapat menyelesaikan atau bertanggung jawab dengan semua perbuatannya,

mencapai kemasakan kognitif, afektif, dan psikomotorik sebagai hasil ajar atau latihan.¹

Hal ini berkaitan dengan pencapaian karir dan pemerolehan pengetahuan. Begitu pula dengan mahasiswa tingkat akhir yang sudah mulai mengerjakan atau menyusun tugas akhir skripsi. Mahasiswa yang menempuh skripsi dituntut dapat menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu. Namun, pada kenyataannya mahasiswa yang sedang menempuh tugas akhir skripsi banyak menemui berbagai macam persoalan atau masalah yang berakibat dengan keterlambatan penyelesaian tugas akhir skripsi. Masalah-masalah tersebut berakibat dengan psikis seperti cemas, frustrasi, dan gelisah yang selanjutnya berdampak pada kondisi fisik seperti kelelahan, pusing, lesu yang berdampak pada berkurangnya konsentrasi.

Begitu juga dengan lingkungan sekitar seperti dukungan orang tua, keluarga, teman, dan lingkungan tempat tinggal yang kurang mendukung juga dapat menyebabkan berkurangnya motivasi yang dapat menghambat proses penyusunan tugas akhir skripsi.

Berbagai sumber stres mahasiswa antara lain tuntutan kehidupan, baik di dalam maupun di luar kampus dimana mahasiswa dituntut lingkungan untuk mandiri, bertanggung jawab, dewasa, mempunyai penyesuaian diri

¹Rita Eka Izzaty, dkk, *Perkembangan Peserta Didik*, (Yogyakarta: UNY press, 2008), h. 115.

yang baik, berprestasi, dan dapat menyelesaikan tugas-tugas serta kuliah tepat waktu.²

Tuntutan yang berat dari lingkungan tersebut menyebabkan mahasiswa mudah mengalami frustrasi, konflik-konflik, dan stres. Banyak juga ditemui berbagai kasus mengenai lamanya penyelesaian atau keterlambatan penyelesaian tugas akhir skripsi sampai hampir batas waktu yang ditetapkan atau *drop-out* (DO).

Berbagai masalah atau kendala tersebut menyebabkan mahasiswa menjadi kehilangan motivasi sehingga mengalami kecemasan-kecemasan dalam diri individu yang berakibat pada keterlambatan dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Padahal mahasiswa dituntut untuk dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan tepat waktu sesuai dengan yang telah ditetapkan.

Kondisi yang dipaparkan di atas dapat berdampak pada individu itu sendiri. Apabila masalah atau kendala tersebut tidak dapat diatasi dengan baik dan efektif akan memberikan dampak yang negatif pada individu tersebut. Apabila berbagai masalah dan tuntutan-tuntutan tersebut di atas tidak dapat diatasi secara efektif maka dapat menimbulkan stres dan dapat mengganggu kestabilan emosi selama penyusunan tugas akhir skripsi.

Koping (*coping*) itu sendiri dimaknai sebagai apa yang dilakukan oleh individu untuk menguasai situasi yang dinilai sebagai suatu tantangan atau luka atau kehilangan atau ancaman. Jadi *coping* lebih mengarah pada apa yang orang lakukan untuk mengatasi tuntutan-tuntutan yang penuh tekanan

²Olivia Yesamin, "Hubungan Antara Kecenderungan Menggunakan Problem-Focused Coping dengan Tingkat Depresi pada Mahasiswa Tingkat Akhir", *Laporan Penelitian*, Fakultas Psikologi UGM, 2000. h. 4

atau yang membangkitkan emosi.³ Jadi *coping* merupakan suatu usaha atau upaya seseorang untuk dapat menyelesaikan atau mengurangi penyebab stres yang sedang dihadapinya dengan cara tertentu.

Strategi *coping* merupakan suatu upaya individu untuk menanggulangi situasi stres yang menekan akibat masalah yang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya sendiri. *Coping* yang efektif untuk dilaksanakan adalah *coping* yang membantu seseorang untuk mentoleransi dan menerima situasi menekan dan tidak merisaukan tekanan yang tidak dapat dikuasainya.

Faktor yang menentukan sejauh mana strategi *coping* yang sering dan efektif digunakan sangat tergantung pada bagaimana kepribadian seseorang dan sejauh mana tingkat stres dari masalah atau problem yang dialami individu.⁴

Stres adalah suatu kondisi sebagai akibat dari adanya suatu yang mengancam, menantang ataupun membahayakan dan individu merespon peristiwa itu pada level fisiologis, emosional, kognitif dan perilaku. Seseorang yang mengalami stres akan merasa terancam dan meresponnya dengan berbagai sikap yang berbeda. Ada yang merespon ancaman dengan menghadapi atau melawan penyebab stres tersebut dan ada juga yang menghindari penyebab stres tersebut.⁵

³Siswanto, *Kesehatan Mental-Konsep, Cakupan dan Perkembangannya*, (Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2007), h. 60.

⁴Lusi Yenjeli, "Strategi Coping pada Single mother yang Bercerai", *Laporan Penelitian*, Universitas Gunadarma 2010. h. 3.

⁵*Ibid.*, h. 5.

Stres adalah kondisi tegang pada emosi, pikiran dan fisik. Stres yang berlebihan pada seseorang dapat mempengaruhi kemampuan orang dalam menghadapi lingkungan. Jadi semakin besar atau kecil kejadian atau peristiwa yang dialami seseorang akan berpengaruh pada bagaimana orang tersebut menghadapi permasalahan tersebut.⁶

Ada dua model stres, yaitu stres fisiologis dimana kondisi tubuh ketika memberikan reaksi terhadap suatu keadaan yang bisa menimbulkan ancaman atau bahaya terhadap keselamatan seseorang, dan stres psikologis dimana lebih menekankan pada interpretasi terhadap sumber (penyebab) stres dalam merespon stres.⁷

Apabila berbagai masalah dan stres tersebut tidak dapat diatasi dengan tepat dan efektif maka akan memberikan dampak yang negatif bagi individu yang dapat menghambat tugas-tugas perkembangan individu tersebut, begitu pula dengan mahasiswa yang sedang dalam penyusunan tugas akhir skripsi.

Pemahaman mengenai *coping* itu sendiri sangatlah penting karena dengan mengetahui strategi *coping* yang benar dan efektif yang dapat membantu individu dalam menghadapi masalah sesuai dengan kepribadiannya. Mahasiswa yang mengalami stres dalam penyusunan tugas akhir skripsi diharapkan perlu mengetahui pemahaman mengenai pentingnya dan melakukan strategi *coping* yang efektif sebagai bahan acuan dan pengetahuan untuk membantu menghadapi dan mengatasi sumber stres yang dialaminya.

⁶Masde Al Diwanta, *Bebas Stres*, (Yogyakarta: PAGTA. 2009), h. 5.

⁷*Ibid.*, h. 4.

Mahasiswa sendiri tanpa disadari maupun disadari sudah melakukan *coping* sesuai dengan kepribadian mereka, yaitu ada yang mengatasi masalahnya dengan menghindar mengerjakan skripsi untuk sementara waktu karena semangatnya yang mulai menurun, ada pula yang mengatasinya dengan melakukan kegiatan-kegiatan yang membuat motivasinya kembali semangat untuk mengerjakan skripsi dengan kegiatan yang menyenangkan.

Adapun dalam islam, Allah telah mengatur dan memberikan manusia cobaan yang berupa permasalahan dalam hidup dan manusia diharapkan dapat mengatasi permasalahan dalam hidupnya. Dalam Al-Quran Allah telah mencantumkan secara tegas bahwasanya apabila ada kesusahan pasti ada kemudahan yakni terdapat dalam surah Al-Insyirah ayat 5-6 Allah berirman:

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

Allah ta'ala memberitahukan bahwa bersama kesulitan itu terdapat kemudahan. Kemudian Dia mempertegas berita tersebut. Ibnu Jarir meriwayatkan dari al-Hasan, ia berkata: “Nabi Muhammad Saw pernah keluar rumah pada suatu hari dalam keadaan senang dan gembira, dan beliau juga dalam keadaan tertawa seraya bersabda: “Satu kesulitan itu tidak pernah mengalahkan dua kemudahan, satu kesulitan itu tidak akan pernah mengalahkan dua kemudahan, karena dalam kesulitan itu pasti terdapat kemudahan, sesungguhnya bersama kesulitan itu terdapat kemudahan.”⁸

⁸ Abdullah, *Tafsir Ibnu Katsir*, (Bogor: Pustaka Imam Syafi'i. 2004), h. 498.

Tafsir dari ayat diatas ialah janji dan kabar gembira dari Allah bahwa semua kesulitan dari setiap persoalan manusia selalu ada jalan keluarnya, maka hadapilah masalah itu dengan hati yang lapang. Maka langkah pertama saat mengalami masalah adalah melapangkan dada sehingga dapat berfikir secara jernih dan dapat keluar dari permasalahan yang ada.

Begitu juga dengan permasalahan yang biasa dialami mahasiswa semester akhir tidak terlepas dengan namanya masalah terutama masalah dalam penyusunan tugas akhir berupa karya tulis ilmiah yang terkadang enggan untuk menyelesaikannya dalam waktu yang telah ditentukan.

Data sementara yang diperoleh dari observasi awal bahwa mahasiswa PGMI UIN Antasari angkatan 2014 bahwa ada sekitar 26 mahasiswa yang masih belum dapat menyelesaikan pendidikannya dalam mengerjakan tugas akhir skripsi sehingga menyebabkan keterlambatan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa mahasiswa PGMI angkatan 2014, skripsi dianggap suatu tugas akhir yang sangat berat, karena tugas akhir tersebut merupakan tugas akhir yang wajib dan harus dipenuhi oleh mahasiswa program S1 sebagai syarat kelulusan. Adanya anggapan semacam itu membuat mahasiswa merasa terbebani dalam mengerjakan skripsi, sehingga banyak mahasiswa yang menemui hambatan dan masalah-masalah yang muncul pada saat penyusunan tugas akhir tersebut.

Hasil wawancara dengan beberapa mahasiswa PGMI angkatan 2014 juga diperoleh beberapa masalah atau kendala yang sering dialami selama

penyusunan tugas akhir skripsi antara lain, 1) banyaknya mahasiswa yang mengalami kesulitan atau ketidaksiapan mencari judul atau topik penelitian, 2) menerima penolakan judul skripsi yang diajukan, 3) banyaknya organisasi yang diikuti, 4) kesulitan dalam mencari bahan referensi, dan berbagai kesulitan yang lainnya. Berbagai masalah atau kendala tersebut menyebabkan mahasiswa menjadi kehilangan motivasi sehingga mengalami kecemasan-kecemasan dalam diri individu yang berakibat pada keterlambatan dalam penyusunan tugas akhir skripsi.

Berdasarkan gambaran tersebut, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian secara mendalam yang tersusun dalam bentuk karangan ilmiah (skripsi) yang berjudul: “Coping Stres Mahasiswa PGMI UIN Antasari Angkatan 2014 Dalam Menyusun Skripsi”.

B. Definisi Istilah

Untuk mempertegas judul di atas, agar terhindar dari kesalahpahaman terutama pada definisi operasional penelitian, maka penulis uraikan pengertian dari beberapa istilah yang terkandung dalam judul tersebut sebagai berikut:

1. Coping Stres

Coping stres adalah kemampuan yang sangat penting untuk dimiliki setiap individu sebelum ia menguasai keterampilan *coping* stres. Kemampuan ini perlu dimiliki remaja untuk peka terhadap perasaan atau

respon-respon psikologis dan peristiwa tertentu terutama saat mengalami masalah ataupun kesulitan.

Coping stres yang dimaksud dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui kepekaan terhadap suatu masalah yang tengah dihadapi oleh mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 ketika menyusun tugas akhir skripsi.

2. Skripsi

Skripsi adalah karangan ilmiah yang memaparkan suatu pokok soal yang cukup penting dalam suatu cabang ilmu sebagai cabang penelitian pustaka atau lapangan yang dilakukan oleh seorang mahasiswa berdasarkan penugasan akademik dari perguruan tingginya untuk menjadi salah satu syarat kelulusannya sebagai sarjana.

3. Mahasiswa PGMI

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu perguruan tinggi.⁹ PGMI adalah Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah.¹⁰

Mahasiswa yang dimaksud disini adalah mahasiswa jurusan PGMI angkatan 2014 Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Antasari Banjarmasin. Dalam penelitian disini target pertama adalah mahasiswa PGMI UIN Antasari angkatan 2014 yang masih berstatus mahasiswa aktif.

⁹Umi Chulsum dan Widya Novia, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Kedua*, (Surabaya: Khasiko, 2006), h. 440.

¹⁰Aswan, dkk, *Panduan Akademik Mahasiswa Fakultas Tarbiyah IAIN Antasari Banjarmasin*, (Banjarmasin: Fotokopi Kantrar, 2010), h. 47.

C. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan di atas, masalah pada penelitian ini di rumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat stres yang dialami mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam penyusunan skripsi?
2. Apa saja *coping stress* yang dilakukan mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam penyusunan skripsi?

D. Tujuan Penelitian

Ada beberapa hal yang ingin dicapai dalam penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui tingkat stres yang dialami mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam penyusunan skripsi.
2. Mengetahui *coping stress* yang dilakukan mahasiswa PGMI UIN Antasari Banjarmasin angkatan 2014 dalam penyusunan skripsi.

E. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan informasi dan dapat memberikan suatu manfaat, guna meningkatkan mutu pendidikan di Indonesia, khususnya pada pendidikan perguruan tinggi, dan mampu mengatasi permasalahan yang terjadi dalam dunia pendidikan, khususnya bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Selain itu, penelitian ini

dapat dijadikan referensi penelitian lain dalam melaksanakan penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis

a. Lembaga Kampus UIN Antasari Banjarmasin

Membantu sebagai bahan masukan bagi lembaga kampus untuk memberikan sumbangan baru dan tambahan ilmu dalam bidang *coping stress* yang seharusnya dipahami oleh mahasiswa UIN Antasari.

b. Bagi penulis

Menambah wawasan yang luas serta memperdalam pengetahuan bagi penulis terutama pengetahuan tentang *coping stress* dalam menyusun skripsi.

c. Penulis lain

Dapat membantu penulis lain dalam meningkatkan kualitas dan semangat belajar terutama dalam bidang penelitian dan diharapkan menjadi referensi bagi peneliti lainnya.

F. Alasan Memilih Judul

Penulis ingin mengetahui *coping stress* yang dilakukan oleh mahasiswa PGMI UIN Antasari angkatan 2014 dalam menyusun skripsi yang masih berstatus sebagai mahasiswa aktif.

G. Kajian Pustaka

1. Dindya Wijayanti, "*Strategi Coping Menghadapi Stres Dalam Menyusun Tugas Akhir Skripsi Mahasiswa Program S1 Fakultas Ilmu Pendidikan*, (Universitas Negeri Yogyakarta, 2013).

Hasil dari penelitiannya menyatakan bahwa tingkat stres yang dialami mahasiswa termasuk dalam kategori stres sedang, adapun stres yang paling menonjol adalah stres psikologis seperti cemas, gelisah, dan panik saat memikirkan skripsi.

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian saya antara lain: objek penelitiannya sama-sama terdapat mahasiswa laki-laki dan perempuan, sama-sama penelitian survei. Sedangkan perbedaannya antara lain: perbedaan pendekatan, perbedaan dalam teknik pengumpulan data, objek dari penelitiannya memuat semua jurusan dalam satu fakultas.

2. Ismiati, "*Problematika Dan Coping Stress Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi*" (UIN Ar-Raniry Banda Aceh, 2015).

Hasil dari penelitiannya menyatakan bahwa problem yang dihadapi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi adalah antara bahagia dengan stres, adapun yang merasa bahagia karena skripsi merupakan akhir dari pencapaian untuk memperoleh gelar sarjana. Sedangkan yang merasa stres karena skripsi dianggap beban yang paling berat selama masa perkuliahan.

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian saya antara lain: objek penelitiannya sama-sama terdapat mahasiswa laki-laki dan perempuan, sama-sama berfokus pada *coping* stres, terdapat persamaan pendekatan. Sedangkan perbedaannya antara lain: perbedaannya terdapat pada judul yakni terdapat kata problematika atau permasalahan.

3. Emma Indirawati. "*Hubungan Antara Kematangan Beragama Dengan Kecendrungan Strategi Coping* (Universitas Diponegoro, 2006).

Hasil dari penelitiannya menyatakan bahwa ada hubungan positif antara kematangan beragama dengan kecendrungan strategi *coping* yaitu *problem focused coping* pada mahasiswa.

Adapun persamaan antara penelitian ini dengan penelitian saya antara lain: objek penelitiannya sama-sama terdapat mahasiswa laki-laki dan perempuan, sama-sama berfokus pada *coping* stres. Sedangkan perbedaannya antara lain: perbedaan pendekatan, perbedaan dalam teknik pengumpulan data, objek dari penelitiannya memuat dua instansi perguruan tinggi dan dari dua perguruan tinggi masing-masing diambil satu fakultas.

H. Sistematika Penulisan

Sistematika penyusunan dan penulisan skripsi ini disusun dengan berdasarkan pedoman skripsi jurusan PGMI yang terdiri dari beberapa bab, yaitu:

1. Bab I adalah Pendahuluan, yang berisi latar belakang masalah, definisi istilah, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, alasan memilih judul, kajian pustaka dan sistematika penelitian.
2. Bab II Landasan Teoritis, yang berisi tentang pengertian *coping stress*, jenis-jenis stres, tingkatan stres, bentuk *coping stress*, macam-macam coping skripsi, faktor yang mempengaruhi *coping stress*, fungsi *coping stress coping* menurut islam dan skripsi.

3. Bab III Metodologi Penelitian, yang berisi tentang jenis dan pendekatan penelitian, metode penelitian, waktu dan tempat penelitian, objek dan subjek penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan dan analisis data, dan prosedur penelitian.
4. Bab IV Laporan Penelitian, berisi uraian tentang deskripsi data/fakta dan analisis data dan pembahasan.
5. Bab V Penutup yang berisi simpulan dan saran.