

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi seperti akademik, politeknik, sekolah tinggi, institut ataupun universitas.¹ Seorang mahasiswa dikategorikan pada usianya berkisar 18 sampai 25 tahun. Pada tahap ini disebut masa remaja akhir sampai masa dewasa awal dan dilihat dari segi perkembangan, tugas perkembangan pada usia mahasiswa ini ialah pematangan pendirian hidup.² Pada masa ini mahasiswa akan melalui beberapa tahapan perkembangan seperti pengambilan keputusan mengenai karir untuk masa depan, nilai-nilai, keluarga dan hubungan serta tentang gaya hidup yang akan mereka pilih. Tahap perkembangan ini muncul karena adanya perubahan yang terjadi pada aspek fungsionalnya seperti perubahan fisik, psikologis serta sosial.³ Hal ini pastinya akan dirasakan oleh mahasiswa awal hingga mahasiswa akhir perguruan tinggi.

Mahasiswa yang sedang berada pada semester tujuh dan semester delapan diwajibkan untuk mengambil tugas akhir yaitu berupa skripsi. Salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana maka mahasiswa harus

¹ Wenny Hulukati dan Moh Rizki Djibran, "Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo," *Jurnal Bikotetik* 02 (2018): 73–114.

² Yusuf S, *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2012). 215-217.

³ Desmita, *Psikologi Perkembangan* (Bandung: PT. Remaja Rosdakarya, 2015).: 24

membuat tugas akhir berupa skripsi dan juga harus menyelesaikan seluruh mata kuliah yang ada dalam jangka studi selama empat tahun. Mahasiswa akhir juga bisa di sebut sebagai calon lulusan sarjana masa depan yang nantinya akan mengembangkan ilmu yang didapatkan pada saat studi ke dalam dunia kerja.⁴ Setiap Universitas ingin meluluskan mahasiswa dengan tepat waktu, khususnya di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin berusaha untuk bisa meluluskan mahasiswanya dalam masa kurang waktu studi selama empat tahun untuk S1. Akan tetapi, masih cukup banyak mahasiswa yang belum mampu menyelesaikan studinya S1 dalam waktu empat tahun terutama mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.

Mahasiswa yang sedang berada dalam proses pengerjaan skripsi di tuntut untuk dapat membuat salah satu karya ilmiah dan penelitian yang dilakukan diharapkan memberikan manfaat. Dalam penyusunan skripsi tentunya banyak hambatan yang akan di alami oleh mahasiswa yaitu bisa berupa dari faktor internal dan juga faktor eksternal. Faktor internal berupa mahasiswa yang kurangnya memiliki minat dan motivasi serta kemampuan akademik yang rendah dalam menuangkan masalah dan ide. Faktor eksternal yang dialami oleh mahasiswa seperti sulitnya mencari *literature* atau data dan permasalahan dengan dosen pembimbing saat

⁴ Agusta dan Yosiana N, "Hubungan Antara Orientasi Masa Depan dan Daya Juang Terhadap Kesiapan Kerja Pada Mahasiswa Tingkat Akhir," *Ejournal Psikologi*, 15M.

konsultasi dalam pengerjaan skripsi.⁵ Sehingga ini dapat memicu stres pada mahasiswa.

Menurut WHO pada tahun 2018 prevalensi stres cukup tinggi yaitu sekitar 350 juta penduduk dunia yang mengalami stress. Prevalensi stres yang terjadi pada siswa yaitu sebesar 38,91%, di Asia 61,3 % dan di Indonesia sebesar 71,6%.⁶ Hasil dari survei yang berjudul “Depression among Adolescents in Taipei Area” yang dilakukan oleh Yayasan John Tung bahwa ada 84,2% remaja yang pernah mengalami depresi, 15,3% mereka merasa tertekan setiap hari, dan 33,6% mengatakan depresi akan terjadi dalam seminggu sekali, 50,9% depresi yang dirasakan akibat hubungan interpersonal, kemudian 45,6% depresi yang mereka alami disebabkan oleh akademik. Berdasarkan hasil statistik diatas dapat dilihat bahwa pemicu utama stress bagi remaja, stress juga salah satu hal yang penting akan mengakibatkan depresi, survei ini juga mengatakan bahwa orang yang mengalami depresi terhitung delapan kali lebih mungkin untuk melakukan bunuh diri dibandingkan orang yang normal.⁷

Tingkat stress yang terjadi pada golongan mahasiswa lebih tinggi dari orang-orang pada kalangan lain, mahasiswa cenderung mengalami stress lebih tinggi selama empat tahun studi di perguruan tinggi.⁸ Stress ini

⁵ Siang, J. d, *Cara Cepat Menyusun Skripsi* (Yogyakarta: Media Pressindo, 2009).

⁶ Sandi W, “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stress Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Universitas Mitra Indonesia,” *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 2021.

⁷ Ansela Oda dan Rini Yuni Maria Astuti, “Hubungan Asertivitas dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di STIK Stella Maris Makasar,” *STIK Stella Maris Makasar*, 2016.

⁸ Oda dan Yuni Maria Astuti, “*Hubungan Asertivitas dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di Stik Stella Maris Makasar, 2016*”

terjadi ketika melampaui kemampuan mengatasi permasalahan yang dialaminya. Stres juga dapat dikatakan sebagai reaksi tubuh terhadap perubahan yang memerlukan penyesuaian fisik, mental dan juga emosional. Tingkat stres pada kalangan mahasiswa saat ini naik karena tekanan dari jumlah tugas mata kuliah yang banyak pada jangka waktu yang terbatas dan terlalu banyak harapan dari orang tua. Tingkat stres yang cenderung tinggi akhirnya mempengaruhi kesehatan mahasiswa.

Adapun beberapa faktor yang dialami oleh mahasiswa akhir yaitu faktor internal yang sangat dominan dialami oleh mahasiswa dalam pengerjaan skripsi yaitu kemampuan intelektual. Oleh karena itu, mahasiswa dapat meningkatkannya melalui kemampuan verbal, numerik, juga dapat berpikir induktif maupun deduktif. Dari faktor eksternal yang dominan terjadi yaitu lingkungan sosial maka sebaiknya mahasiswa dapat menjaga hubungan personal dan juga menjalin komunikasi yang baik di lingkungan kampus baik kepada dosen pembimbing maupun dengan teman. Oleh karena itu, mahasiswa harus memiliki perilaku asertif atau asertivitas.

Asertivitas disebut juga sebagai perilaku yang melibatkan aspek kejujuran dan keterbukaan perasaan juga pikiran yang dirasakan. Penelitian ini mengungkapkan bahwa seseorang yang memiliki perilaku asertif akan menjadikan hubungan antar individu satu dengan yang lainnya dapat terjalin dengan baik dan juga efektif. Hal ini dikarenakan ada sikap yang saling menghargai dan menghormati satu sama lain dengan kejujuran

dalam mengungkapkan perasaan secara tegas, dan mampu menghargai hak orang lain tanpa menyakiti perasaan orang lain. Dan juga sebaliknya jika seseorang tidak dapat berperilaku asertif maka akan terjadi hubungan yang tidak sehat, tidak harmonis, bahkan dapat terjadi pertikaian atau tingkat agresivitas yang tinggi. Oleh Karena itu, jika mahasiswa dapat berperilaku asertif maka mereka berinteraksi dan komunikasi yang baik dan efektif baik kepada dosen maupun kepada sesama mahasiswa. Hal ini dapat menguntungkan karena dengan komunikasi dan interaksi yang baik akan mempermudah jalannya informasi dan juga mempermudah dalam pengerjaan tugas akhir.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora beberapa pengungkapan mahasiswa mengalami masalah komunikasi dengan dosen pembimbing, mereka juga merasakan kurangnya pemahaman akan pengerjaan skripsi dan sulitnya menemukan referensi. Namun, mereka hanya diam dan ingin mengerjakan secara mandiri tanpa mau bertanya secara terbuka kepada dosen pembimbing. Oleh karena itu, rendahnya tingkat asertivitas yang dimiliki mahasiswa mereka lebih memilih diam dibandingkan harus bertanya kepada dosen pembimbing dan juga teman. Mereka juga mengatakan ada beberapa keluhan yang dialami saat pengerjaan skripsi seperti sakit kepala, nafsu makan yang menurun, kurangnya tidur bahkan tidak bisa tidur hingga konsentrasi menurun. Hal

inilah yang menjadi pemicu stres yang dirasakan oleh mahasiswa akhir Fakultas Ushuluddin dan Humaniora.⁹

Penelitian mengenai hubungan asertivitas dengan tingkat stres mahasiswa dalam penyusunan skripsi ini sudah pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.¹⁰ Akan tetapi, ada perbedaan dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya berupa sampel yang terlibat pada penelitian ini yaitu mahasiswa S1 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi angkatan 2020.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Asertivitas dengan Stres Akademik Mahasiswa Angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam Menyusun Skripsi.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat asertivitas pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?
2. Bagaimana tingkat stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?

⁹ NRA, FH, dan NH, "Wawancara awal," 26 April 2024.

¹⁰ Oda dan Yuni Maria Astuti, "*Hubungan Asertivitas dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di STIK Stella Maris Makasar.*"

3. Apakah ada hubungan asertivitas dengan stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat asertivitas pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?
2. Untuk mengetahui tingkat stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?
3. Untuk mengetahui hubungan asertivitas dengan stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi?

D. Signifikansi Penelitian

1. Secara Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai tingkat asertivitas serta stres akademik mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi. Kemudian dalam pandangan psikologi apa saja faktor dan hal yang mendasari asertivitas dan stres akademik itu muncul.

2. Secara Praktis

Penelitian ini akan berguna untuk pihak kampus terutama Fakultas Ushuluddin dan Humaniora jika stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora tinggi, maka pihak Fakultas akan bisa memberikan tindak lanjut bagi mahasiswa yang mengalami stres akademik tersebut. Kemudian, bagi mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora penelitian ini dapat menjadi acuan untuk pengetahuan tentang asertivitas dan juga stres akademik sehingga dapat mengatasi stres akademik yang dialami dengan hasil penelitian ini.

E. Definisi Operasional

1. Asertivitas

Asertivitas merupakan perilaku yang ditunjukkan kepada orang lain untuk menunjukkan perasaan yang dirasakan akan tetapi tetap menghargai orang lain, sehingga dapat memberikan kepuasan terhadap kehidupan pribadi serta hubungan dengan orang lain.

Adapun aspek asertivitas memiliki 5 dimensi yaitu :¹¹

- a. Menyampaikan sesuatu secara langsung
- b. Mengutamakan kesetaraan antar manusia
- c. Bertindak sesuai kepentingan diri pribadi.
- d. Dapat menghargai orang lain
- e. Mampu menunjukkan perasaan dengan jujur dan nyaman

¹¹ Robert Alberti dan Michael Emmons, *Your Perfect Right*, trans. oleh Ursula Buditjahya (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2002).

Berdasarkan pengertian di atas, asertivitas yang dimaksud dalam penelitian ini yaitu suatu perilaku mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin yang ditunjukkan kepada orang lain berupa pengungkapan ekspresi atau perasaan yang sedang dialami. Namun, masih mempertimbangkan perasaan orang lain dalam pengungkapannya.

2. Stres Akademik

Stres merupakan suatu kondisi yang pasti di alami setiap individu. Pada ilmu psikologi menjelaskan bahwa stres merupakan suatu perasaan yang tertekan dan juga ketegangan mental.¹² Stres terjadi ketika tekanan di rasa dapat melebihi kemampuan seseorang untuk mengatasinya. Stres akademik yaitu suatu kondisi yang tekanan yang dialami mahasiswa akibat adanya ketidaksesuaian antara tuntutan akademik dengan kemampuan mahasiswa.

Adapun aspek dari stres akademik sebagai berikut:¹³

- a. Fisilogis
- b. Kognitif
- c. Perilaku
- d. Psikologis

¹² Lina Nur Hidayati, "Tinjauan Literatur Mengenai Stres Dalam Organisasi," *Jurnal Ilmu Manajemen* 18 (2021).

¹³ M Hardjana, *Stress dan Distres: Seni Mengelola Stress* (Yogyakarta: Kanisius, 2020).

Berdasarkan dari pengertian di atas dapat di simpulkan bahwa, stres akademik yaitu suatu kondisi yang dialami oleh mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora yang berupa tekanan akademik yang melebihi batas kemampuannya dalam mengendalikan.

F. Penelitian Terdahulu

1. Penelitian ini dilakukan oleh Ansela Oda dan Rini Yuni Maria Astuti pada tahun 2016 dengan judul “Hubungan Asertivitas dengan Tingkat Stres pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di STIK Stella Maris Makassar”. Penelitian ini membahas tentang seberapa besar hubungan antara asertivitas dengan tingkat stres dalam menyusun skripsi. Metodologi dalam penelitian ini yaitu menggunakan metode kuantitatif (observasional analitik) dengan pendekatan *section study*. Sampe pada penelitian ini berjumlah 74 orang. Hasil dari penelitian ini yaitu dari uji statistic menggunakan uji korelasi somers'd diperoleh menunjukkan ada korelasi (r) sebesar -0,578 dengan $p = 0,000$ ($p < 0,005$) yang artinya terdapat korelasi negative yang sangat signifikan antara asertivitas dengan tingkat stres. Maka kesimpulan dalam penelitian ini yaitu semakin tinggi asertivitas maka tingkat stres yang di miliki semakin ringan, dan jika semakin rendah asertivitas maka tingkat stress yang di miliki semakin tinggi. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan di teliti yaitu variabel yang digunakan sama yaitu asertivitas dan juga stres. Lalu, perbedaan penelitian ini dengan

penelitian yang akan di teliti yaitu berupa sampel dan metodologi yang digunakan.¹⁴

2. Penelitian ini dilakukan oleh Albertin Waruwu pada tahun 2021 dengan judul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Stres pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Fakultas Psikologi Universitas Medan Area”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dukungan keluarga dengan stress pada mahasiswa dalam menyusun skripsi. Adapun sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 52 orang. Teknik pengambilan data yang digunakan yaitu *purposive sampling* dengan 2 skala yaitu skala dukungan keluarga dan skala stress. Hasil dari penelitian ini yaitu memperoleh r sebesar -0,379 dengan signifikansi antara dukungan keluarga dan stress yang mana semakin tinggi dukungan keluarga maka semakin rendah stress yang di alami. Kemudian sebaliknya jika semakin rendah dukungan keluarga maka semakin tinggi tingkat stress yang dirasakan. Adapun persamaan dari penelitian ini dengan penelitian yang akan di teliti yaitu untuk variabel dependen yaitu stress. Lalu, untuk perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan di teliti yaitu berupa variabel independen yaitu dukungan keluarga dan asertivitas dan sampel yang digunakan.¹⁵
3. Penelitian ini dilakukan oleh M. Yohanes Christian Aritonang dan Siswati pada tahun 2020 dengan judul “Hubungan Antara *Happiness*

¹⁴ Oda dan Yuni Maria Astuti, “*Hubungan Asertivitas dengan Tingkat Stress Pada Mahasiswa dalam Menyusun Skripsi di STIK Stella Maris Makasar.2016*”

¹⁵ Albertin Waruwu, “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Stress pada Mahasiswa yang Menyusun Skripsi di Fakultas Psikoogi Universitas Medan Area,” *Universitas Medan Area*, 2021.

dengan Asertivitas Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro”. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan happiness dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 208 orang. Analisis data yang digunakan yaitu dengan analisis regresi sederhana dengan hasil koefisien korelasi menunjukkan $r = 0,550$ dengan tingkat signifikansi $p=0,000$ ($p<0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara happiness dengan asertivitas mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Adapun persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu sampel yang digunakan yaitu mahasiswa akhir yang sedang menyusun skripsi serta metodologi yang digunakan yaitu kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Lalu, perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu variabel yang digunakan serta sampel yang akan diteliti.¹⁶

4. Penelitian ini dilakukan oleh Siti Zulfa Afriyana, Mulyati, Hamiyati pada tahun 2020 dengan judul “Hubungan Asertivitas dan Motivasi dengan Keterampilan Manajemen Waktu dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa”. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran tentang hubungan asertivitas dan motivasi dengan keterampilan manajemen waktu dalam penyusunan skripsi pada mahasiswa akhir. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan jumlah sampel sebanyak 177

¹⁶ M. Yohanes Christian Aritonang dan Siswati, “Hubungan Antara Happiness dengan Asertivitas Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Fakultas Hukum Universitas Diponegoro,” *Jurnal Empati* 9 (2020): 363–69.

orang. Hasil dari penelitian ini yaitu r hitung $>$ r table dari asertivitas dengan keterampilan manajemen waktu yaitu sebesar $0,274 > 0,143$ dan r hitung $>$ r table dari motivasi keterampilan manajemen waktu sebesar $0,455 > 0,143$. Hasil uji t dengan signifikansi $0,05$ diperoleh t hitung $>$ t table yaitu $6,47 > 1,65$ dari variabel asertivitas dan keterampilan manajemen waktu, dari hasil ini dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi positif dan hubungan yang signifikan antara asertivitas dan motivasi dengan keterampilan manajemen waktu.¹⁷ Adapun persamaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu variabel independen asertivitas. Lalu, perbedaan pada penelitian ini dengan penelitian yang akan diteliti yaitu berupa metode penelitian yang digunakan, sampel penelitian serta variabel dependen yang digunakan.

G. Hipotesis

Hipotesis merupakan dugaan sementara yang kebenarannya akan di uji melalui penelitian.¹⁸ Hipotesis penelitian ini sebagai berikut:

1. H_a : Terdapat hubungan asertivitas dengan stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi.

¹⁷ Siti Zulfa Afriyana, Mulyati, dan Hamiyati, "Hubungan Asertivitas dan Motivasi dengan Keterampilan Manajemen Waktu dalam Penyusunan Skripsi Mahasiswa," *Jurnal Kesejahteraan Keluarga dan Pendidikan* 7 (20): 74–86.

¹⁸ Ruhayat Taufik, "Hipotesis Penelitian Kuantitatif," *Prespektif Jurnal Ilmu Administrasi*, 2021, 97.

2. H₀ : Tidak terdapat hubungan asertivitas dengan stres akademik pada mahasiswa angkatan 2020 Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Antasari Banjarmasin dalam menyusun skripsi.

H. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika penulisan di dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. BAB I PENDAHULUAN, berisi penjelasan mengenai latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, signifikansi penelitian, definisi operasional, penelitian terdahulu, hipotesis, sistematika penulisan,
2. BAB II KAJIAN TEORI DAN KERANGKA PIKIR, berisi definisi teoritik dan variabel asertivitas dan stress akademik, tinjauan teoritik mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi, aspek-aspek, ciri-ciri, faktor-faktor yang mempengaruhi, pandangan Islam tentang asertivitas dan stress akademik serta kerangka pikir dalam penelitian ini.
3. BAB III METODE PENELITIAN, berisi penjelasan mengenai, jenis dan pendekatan penelitian, lokasi penelitian, subjek dan objek penelitian, populasi dan sampel penelitian, data dan sumber data, teknik pengumpulan data, instrument penelitian, desain pengukuran, teknik pengolahan dan analisis data, prosedur penelitian.
4. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN, berisi pembahasan mengenai gambaran umum lokasi, data demografis responden, uji validitas dan reliabilitas, kategorisasi variabel, uji asumsi dasar, uji hipotesis, kontribusi variabel, pembahasan, keterbatasan penelitian.

5. BAB V PENUTUP, berisi kesimpulan dan rekomendasi pada penelitian yang dilakukan