

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Perguruan tinggi merupakan salah satu pendidikan formal di Indonesia yang menyiapkan individu untuk menguasai ilmu pengetahuan dan teknologi agar siap untuk berkompetensi (Aziz & Raharjo, 2013). Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), mahasiswa adalah individu yang sedang belajar di perguruan tinggi. Mahasiswa adalah golongan intelektual yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi dan diharapkan nantinya mampu bertindak sebagai pemimpin yang terampil, baik sebagai pemimpin masyarakat, negara ataupun di dunia kerja (Aryatmi dalam Wijaya, 2016). Mahasiswa adalah golongan intelektual yang dinilai memiliki kecerdasan dalam berfikir dan perencanaan yang baik dalam bertindak.

Mahasiswa sebagai individu yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tugas akademiknya untuk mencapai kompetensi kelulusan yang diharapkan oleh perguruan tinggi. Tugas akademik yang dimiliki oleh mahasiswa antara lain adalah penyelesaian beban studi yang ditetapkan, penyelesaian tugas kuliah, praktikum, dan tugas akhir atau penyusunan skripsi. Skripsi merupakan karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa dalam bentuk desain, penelitian, studi kasus, serta pemecahan masalah keilmuan, sesuai dengan bidang studi yang diambil. Skripsi menjadi persyaratan yang harus ditempuh oleh mahasiswa untuk menyelesaikan pendidikannya pada mahasiswa strata sarjana satu. Mahasiswa yang menulis skripsi dianggap mampu memadukan pengetahuan dan keterampilannya dalam memahami, menganalisis,

menggambarkan, dan menjelaskan masalah yang berhubungan dengan bidang keilmuan yang diambilnya (Andarini & Fatma, 2013).

Mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dituntut untuk mempunyai rasa optimis, semangat hidup yang tinggi, mencapai prestasi dan aktif menyelesaikan masalah akademis dan non akademis (Yesamine dalam Roellyana & Listiyandini, 2016). Mahasiswa diberikan waktu untuk menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu satu semester yang berarti kurang lebih enam bulan, tetapi pada kenyataannya beberapa mahasiswa memerlukan waktu lebih dari enam bulan untuk pengerjaan skripsi (Darmono, 2004). Hal ini sesuai dengan data yang ditemukan pada Mahasiswa UNNES yang sudah mengambil skripsi lebih dari satu semester bahkan lebih. Data mahasiswa yang sudah mendapatkan surat keterangan skripsi dan sedang menenpuh skripsi yaitu, angkatan 2012 terdapat 797 mahasiswa, angkatan 2013 terdapat 1.233 mahasiswa, angkatan 2014 terdapat 3.295 mahasiswa, jadi terdapat 5.325 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Dari data tersebut masih terdapat mahasiswa angkatan 2012 yang berarti sekarang berada pada semester 13, angkatan 2013 yang berarti sekarang berada pada semester 11, dan angkatan 2014 yang berarti sekarang berada pada semester 9 (Pangestu, 2019).

Berdasarkan data tersebut dapat disimpulkan masih terdapat mahasiswa yang tidak dapat menyelesaikan skripsi dalam jangka waktu yang ditentukan, hal ini terjadi karena berbagai faktor. Pada pengerjaan skripsi yang bersifat mandiri menjadi salah satu penyebab kesulitan bagi mahasiswa, dikarenakan kemampuan masing-masing mahasiswa yang terbatas. Selama proses pengerjaan skripsi, sebagian mahasiswa menemukan hambatan baik dari faktor internal atau dalam

diri mahasiswa itu sendiri maupun faktor eksternal yang berasal dari luar diri mahasiswa. Mahasiswa kerap kali dihadapkan pada permasalahan seperti kesulitan dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, dana yang terbatas, serta adanya masalah dalam menghadapi dosen pembimbing (Riewanto dalam Gunawati, Hartati, & Listiara, 2006). Kemudian permasalahan-permasalahan ini akan berdampak pada diri mahasiswa, seperti susah tidur, tidak nafsu makan, timbulnya rasa malas, bahkan hingga dapat memunculkan masalah baru yang dapat mengganggu konsentrasi dalam pengerjaan skripsi.

Menurut Puspitaningrum (2018) banyak mahasiswa yang merasa bahwa mengerjakan skripsi adalah hal yang berat sehingga hal tersebut menimbulkan ketegangan dalam diri, kehilangan motivasi, kekhawatiran, stress, rendah diri pada mahasiswa sehingga menyebabkan tingginya afek negatif dan rendahnya afek positif yang kemudian akan berdampak pada kebahagiaan. Gloaguen, Cottraux, Cucherat, dan Blackburn (1998) menjelaskan bahwa manfaat dari kebahagiaan adalah secara kognitif dan tingkah laku dapat mengatasi perasaan-perasaan negatif dan depresi. Peningkatan tingkat kebahagiaan pada diri individu dapat bermanfaat dan memberi dampak positif pada kesehatan individu yang menjadi lebih baik, memiliki nafsu makan, kualitas tidur, memori, dan hubungan interpersonal yang baik, hingga akhirnya kesehatan mental juga baik (Moghadam, Rezaei, Ghaderi, & Rostamian, 2016). Seligman (2005) menjelaskan kebahagiaan merupakan konsep yang mengacu pada emosi positif yang dirasakan individu serta aktivitas-aktivitas positif yang disukai oleh individu tersebut, perasaan yang dapat dirasakan berupa perasaan senang, tenang, memiliki kedamaian dan mampu berfungsi secara

optimal dalam kehidupannya baik sebagai individu, anggota masyarakat, dan negara. Menurut Mustofa (dalam Herbyanti, 2009) kebahagiaan adalah kesenangan, kesukaan, dan kepuasan hati tentang segala peristiwa yang terjadi. Franklin (2010) melihat bahwa kebahagiaan adalah suatu cara hidup bukan keadaan sementara yang bisa datang dan pergi.

Menurut Seligman (2005) ada tiga aspek dari kebahagiaan, yaitu: (1) Kepuasan akan masa lalu yang dapat memaafkan semua peristiwa pahit yang terjadi di masa lalu, (2) Optimis akan masa depan, optimis dan harapan memberikan kekuatan dalam menghadapi depresi, sehingga ketika terjadi masalah individu dapat membentuk sikap visioner, (3) Kebahagiaan pada masa sekarang adalah kenikmatan dan kepuasan yang dirasakan individu pada saat ini. Tingkat Kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi beragam. Menurut Yesamine (dalam Roellyana & Listiyandini, 2016) mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi mempunyai masalah yang lebih berat dibandingkan mahasiswa baru atau tingkat awal.

Permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi ini dapat menyebabkan kondisi psikologis yang tertekan yang kemudian berdampak pada kebahagiaan. Berbagai permasalahan yang dihadapi mahasiswa ketika mengerjakan skripsi dapat menimbulkan tingginya afek negatif, rendahnya afek positif dan rendahnya kepuasan hidup yang berdampak pada kebahagiaan (Fitriana, 2018). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Prasetya (2020) yang menjelaskan bahwa dari 100 mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi yang menjadi responden dalam penelitian kebahagiaan

10 orang (10%) berada pada kategori rendah, dan 83 orang (83%) berada pada kategori sedang, dan sisanya hanya 7 orang (7%) yang berada pada kategori tinggi. Secara keseluruhan pada penelitian tersebut kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi berada pada kategori sedang, sehingga dapat disimpulkan bahwa mahasiswa memiliki kebahagiaan dalam kategori sedang.

Hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti pada bulan Maret 2021 kepada 8 mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Berdasarkan hasil wawancara didapatkan hasil yang merujuk pada aspek kebahagiaan menurut Seligman (2005), yaitu aspek kepuasan masa lalu, 6 dari 8 mahasiswa belum merasa puas dengan proses pengerjaan skripsi sebagai mahasiswa. Hal ini dikarenakan selama proses menuju pengambilan mata kuliah skripsi telah ada beberapa mata kuliah prasyarat untuk mengerjakan bab 1 hingga bab 3 seperti mata kuliah penyusunan proposal penelitian. Harapannya pada saat mengambil skripsi mahasiswa dapat langsung melanjutkan penelitiannya, namun pada kenyataannya 6 dari 8 mahasiswa masih harus merevisi dari bab 1 sehingga menimbulkan pemikiran gagal dan telah menyia-nyaiakan waktu sehingga tidak merasa puas akan hal itu, dan menjadi kurang bahagia.

Pada aspek kebahagiaan pada masa sekarang, semua mahasiswa merasa takut dalam pengerjaan skripsi yang tidak bisa selesai dalam satu semester. Pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi terdapat berbagai hambatan dalam proses pengerjaan skripsi tersebut. Hambatan-hambatan tersebut seperti dosen pembimbing yang sulit ditemui, sulit mencari referensi, tidak adanya teman berdiskusi untuk menyelesaikan kebingungan yang dihadapi, kemudian juga ada

tekanan-tekanan dari luar seperti tuntutan untuk dapat menyelesaikan skripsi dengan cepat dari orang tua. Berbagai hambatan tersebut kemudian menciptakan masalah dan ketakutan-ketakutan baru bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi, seperti susah tidur, kurangnya nafsu makan yang dikarenakan stres berkepanjangan kemudian hal ini menyebabkan mahasiswa kurang bahagia.

Pada aspek optimisme masa depan, dari hasil wawancara 6 dari 8 mahasiswa selama proses pengerjaan skripsi juga telah banyak memikirkan bagaimana masa depannya, maksudnya kehidupan setelah selesai pengerjaan skripsi atau wisuda. 6 dari 8 mahasiswa merasa bingung dalam memilih pekerjaan yang akan dilakukan nantinya, kemudian juga mahasiswa merasa takut tidak dapat menemukan pekerjaan. Hal-hal ini menyebabkan mahasiswa merasa pesimis akan masa depannya, yang kemudian menyebabkan mahasiswa banyak berfikir mengenai hal-hal buruk yang mungkin akan terjadi, sehingga dapat menyebabkan mahasiswa kurang bahagia. Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa masih terdapat masalah pada diri subjek yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi karena tidak memenuhi aspek-aspek kebahagiaan.

Pada beberapa penelitian, kebahagiaan berkorelasi terhadap beberapa hal, seperti pemaafan dan dukungan sosial. Pada penelitian yang dilakukan oleh Afifah (2018) menunjukkan adanya hubungan positif antara pemaafan dengan kebahagiaan pada remaja yang tinggal di panti asuhan. Semakin tinggi pemaafan, maka semakin tinggi kebahagiaan yang dirasakan, begitu pula sebaliknya. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Khalif dan Abdurrohim (2019) menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan

kebahagiaan pada narapidana di lapas perempuan kelas II A Semarang. Semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pula kebahagiaan yang dirasakan, sebaliknya semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pula kebahagiaan yang dirasakan narapidana. Berdasarkan dua penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa individu yang memiliki tingkat kebahagiaan yang rendah merupakan individu yang kurang memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya, dimana individu yang kurang bahagia tidak mudah memaafkan ataupun tidak memiliki dukungan sosial yang baik.

Menurut Carr (2004) terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan, yaitu kepribadian, budaya, politik, pernikahan, dukungan sosial, persahabatan, pertemanan, kesehatan, agama, dan spritualitas. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi kebahagiaan tersebut, peneliti memilih faktor dukungan sosial keluarga sebagai variabel bebas dalam penelitian ini, karena adanya korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Danty (2016) yang membuktikan semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu maka akan semakin bahagia pula individu tersebut. Menurut Diener (dalam Mardayeti, 2013) menyebutkan bahwa salah satu sumber yang paling penting dari kebahagiaan adalah adanya hubungan pribadi yaitu persahabatan, pernikahan, keintiman, dan dukungan sosial.

Dukungan sosial adalah informasi atau umpan balik dari orang lain yang menunjukkan bahwa seseorang dicintai dan diperhatikan, dihargai, dan dihormati, dan dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik (King dalam Rismelina, 2020). Dukungan sosial dapat diberikan oleh keluarga, teman,

komunitas, atau bahkan binatang peliharaan (Taylor dalam Ramadhani, 2014). Namun, dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga merupakan yang lebih penting daripada dari teman (Chi & Chou, 2001). Menurut Friedman (1998) keluarga merupakan sekumpulan orang yang dihubungkan oleh perkawinan, adopsi dan kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial dari individu-individu yang ada di dalamnya terlihat dari pola interaksi yang saling ketergantungan untuk mencapai tujuan bersama. Kurniasari dan Indrawati (2013) mendefinisikan dukungan sosial keluarga adalah segala bentuk bantuan dan pertolongan yang diperoleh individu melalui interaksi dengan individu lain didalam keluarga yang menyebabkan individu merasa nyaman baik secara fisik maupun psikologis.

Sarafino (1998) mengemukakan dukungan sosial meliputi empat aspek, yaitu;

- (1) Dukungan emosional, dukungan ini melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu sehingga individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. Dukungan ini meliputi perilaku seperti memberikan perhatian dan afeksi serta bersedia mendengarkan keluh kesah orang lain.
- (2) Dukungan penghargaan, dukungan ini melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain.
- (3) Dukungan instrumental, bentuk dukungan ini melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan barang-barang pokok.
- (4) Dukungan informasi, dukungan ini berupa saran, penghargaan dan umpan balik tentang bagaimana menyelesaikan suatu permasalahan.

Dukungan sosial dapat diperoleh dari beberapa sumber, menurut Goetlieb (dalam Ristianti, 2011) menyatakan ada dua macam sumber hubungan dukungan sosial, yaitu hubungan professional yakni bersumber dari para ahli seperti konselor, psikiater, psikolog, dokter maupun pengacara, serta hubungan nonprofessional, yakni bersumber dari orang-orang terdekat seperti teman, keluarga maupun relasi. Dukungan sosial dapat meringankan beban yang ada dalam diri individu, karena antar individu dapat saling tolong menolong dan memberikan dukungan satu sama lain. Oleh karena itu menurut Smet (1994) dukungan sosial sangat diperlukan oleh siapa saja dalam berhubungan dengan orang lain demi melangsungkan hidup di tengah-tengah masyarakat.

Dukungan sosial berkorelasi dengan sejumlah variabel psikologis, seperti yang diungkapkan oleh Saputri dan Indrawati (2011) bahwa semakin tinggi dukungan sosial yang diterima individu maka akan semakin rendah tingkat depresi individu. Selain itu, Okthavia (2014) mengungkapkan terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan *selfesteem* pada penderita pasca stroke. Penelitian lain yang dilakukan oleh Miraj (2020) juga mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang sangat signifikan antara dukungan sosial keluarga terhadap optimisme mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Purnamaningsih (1993) mengungkapkan adanya komunikasi dan hubungan yang hangat antara orang tua dengan anak akan membantu anak dalam memecahkan masalah. Menurut Adicondro dan Purnamasari (2011) dukungan dari keluarga yang berupa penerimaan, perhatian, dan rasa percaya akan meningkatkan kebahagiaan. Korelasi yang positif antara dukungan sosial dengan kebahagiaan

pada mahasiswa juga diungkapkan oleh Harijanto dan Setiawan (2017) dimana semakin tinggi dukungan sosial yang diterima mahasiswa perantau di Surabaya maka akan semakin bahagia pula mahasiswa perantau tersebut dan begitu pula sebaliknya.

Berdasarkan beberapa penelitian tersebut diketahui banyaknya manfaat yang diperoleh dari dukungan sosial yang diberikan oleh keluarga dan juga kebahagiaan, peneliti menemukan penelitian yang menghubungkan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan yaitu penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Fauziah (2020) yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada narapidana di Lapas Kelas I Semarang. Semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka akan semakin bahagia individu, dan begitu pula sebaliknya. Berdasarkan penelitian tersebut dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan efektif sebesar 46,6% terhadap kebahagiaan. Hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Fauziah (2020) diharapkan dapat menjadi tambahan ilmu pengetahuan dan sumbangan ilmiah, sehingga peneliti selanjutnya dapat semakin mengembangkan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial, psikologi positif, dan psikologi forensik yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga dan kebahagiaan pada narapidana.

Perbedaan pada penelitian yang dilakukan oleh Nasution & Fauziah (2020) dengan penelitian ini yaitu pada faktor kebahagiaan yang mana pada penelitian ini menggunakan faktor kebahagiaan Carr (2004) sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Fauziah dan Nasution (2020) menggunakan faktor kebahagiaan Seligman

(2005). Perbedaan lain terdapat pada subjek penelitian, yang mana penelitian oleh Fauziah dan Nasution (2020) menggunakan narapidana di Lapas Kelas I Semarang sebagai subjek penelitian, sedangkan dalam penelitian ini menggunakan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi sebagai subjek penelitian. Kemudian perbedaan juga terdapat pada teori dukungan sosial keluarga yang digunakan, dalam penelitian yang dilakukan oleh Fauziah dan Nasution (2020) mengacu pada teori dukungan sosial keluarga oleh Kurniasari dan Indrawati (2013) sedangkan penelitian ini mengacu pada teori dukungan sosial keluarga oleh Francis dan Setiadarma (2004). Oleh karena itu peneliti memilih dukungan sosial keluarga dan kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi karena ingin mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan pengetahuan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi sosial dan psikologi positif yang berhubungan dengan dukungan sosial keluarga dan kebahagiaan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada pihak-pihak yang terkait, seperti memberi informasi yang berguna bagi mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dalam meningkatkan kebahagiaan dengan cara penelitian ini akan dipublikasikan di media massa *online*.