

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan era globalisasi dan revolusi industri 4.0 telah menghadirkan perubahan besar-besaran dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dunia pendidikan dan ketenagakerjaan. Persaingan global yang semakin ketat menuntut setiap individu untuk tidak hanya memiliki kompetensi akademik, tetapi juga kesiapan mental, kemampuan adaptasi, dan ketangguhan psikologis. World Economic Forum (2023) menyatakan bahwa mahasiswa kini dituntut memiliki kemampuan seperti *analytical thinking*, *creative thinking*, *digital literacy*, *problem-solving*, dan kemampuan kolaborasi lintas bidang agar mampu bersaing di pasar kerja global yang terus bertransformasi akibat otomasi dan digitalisasi. Tuntutan ini menempatkan mahasiswa tingkat akhir pada posisi yang penuh tantangan dengan tuntutan untuk menyelesaikan studi sekaligus menanggung tekanan untuk membuktikan diri secara akademik maupun profesional.

Mahasiswa tingkat akhir memiliki karakteristik yang secara fundamental berbeda dari mahasiswa di jenjang lainnya. Berdasarkan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012, mahasiswa didefinisikan sebagai individu yang terdaftar dan sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi baik akademi, politeknik, sekolah tinggi, institut, maupun universitas (Florentina et al., 2021). Secara psikologis perkembangan, mahasiswa tingkat akhir berada pada fase *emerging adulthood*, yaitu periode transisi menuju dewasa pada rentang usia 18–29 tahun yang ditandai oleh eksplorasi identitas, ketidakstabilan hidup, dan keterbukaan terhadap berbagai kemungkinan arah hidup (Arnett, 2000; Arnett & Mitra, 2020; dalam Yerofeyeva et al., 2024). Berbeda dengan mahasiswa tingkat awal yang masih berada pada fase orientasi dan penyesuaian terhadap lingkungan perkuliahan, mahasiswa tingkat akhir menghadapi tuntutan yang jauh lebih kompleks secara bersamaan seperti menyelesaikan skripsi sebagai syarat kelulusan, menjalani praktik kerja lapangan, dan mempersiapkan diri memasuki dunia kerja (Sagita & Rhamadona, 2021; Aulia & Panjaitan, 2019). Andriani dan Listyandini (2017) menegaskan bahwa penambahan tanggung jawab yang terjadi secara bersamaan inilah yang menjadi faktor utama pembebanan psikologis pada mahasiswa tingkat akhir.

Merujuk pada Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow, setiap individu memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi secara bertahap sebelum dapat mencapai potensi terbaiknya. *Self esteem* menempati posisi keempat dalam hierarki tersebut sebagai kebutuhan yang harus terpenuhi sebelum individu dapat mencapai aktualisasi

diri, yakni kondisi di mana seseorang mampu mewujudkan potensi terbaiknya secara optimal. Aktualisasi diri pada mahasiswa tingkat akhir tercermin dalam keberhasilan menyelesaikan skripsi dan menapaki fase kehidupan berikutnya. Namun sebelum *self esteem* itu sendiri dapat terpenuhi, kebutuhan ketiga dalam hierarki Maslow yakni *social needs* yang harus lebih dahulu terpenuhi yang salah satunya terwujud melalui dukungan sosial. Dengan demikian, dalam konteks mahasiswa tingkat akhir, rantai kebutuhan dukungan sosial → *self esteem* → aktualisasi diri membentuk hubungan yang tidak dapat dipisahkan dan menjadi landasan teoritis utama yang melatarbelakangi penelitian ini.

Self esteem didefinisikan oleh Rosenberg (dalam Orth & Robins, 2022) sebagai penilaian subjektif individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup rasa berharga, kompeten, dan mampu dalam menghadapi berbagai tantangan hidup. Rosenberg (dalam Orth & Robins, 2022) lebih lanjut menyatakan bahwa *self esteem* memiliki dua aspek utama, yaitu *self-liking* dan *self-competence*. Bagi mahasiswa tingkat akhir, *self-liking* menentukan sejauh mana mahasiswa merasa dirinya layak untuk berhasil menyelesaikan studi, sementara *self-competence* menentukan seberapa kuat keyakinan mahasiswa bahwa ia mampu melewati setiap hambatan dalam proses pengerjaan skripsi.

Secara ideal, mahasiswa tingkat akhir seharusnya mampu menghadapi serangkaian tuntutan akademik dan persiapan karir dengan kondisi psikologis yang sehat, termasuk kepercayaan diri dan penilaian positif terhadap kemampuan dirinya,

memiliki rasa kendali atas hidup, dan memiliki makna serta arah dalam hidup (Gisela, E. S., dkk., 2025). Dalam aspek *self-competence*, mahasiswa tingkat akhir seharusnya meyakini bahwa dirinya memiliki kemampuan akademik yang cukup untuk menyelesaikan skripsi dan menghadapi tantangan dalam proses bimbingan. Dalam aspek *self-liking*, mahasiswa seharusnya merasa dirinya berharga dan layak untuk berhasil, sehingga tidak mudah menyerah saat menghadapi hambatan akademik. Kondisi *self esteem* yang optimal inilah yang seharusnya dimiliki oleh setiap mahasiswa tingkat akhir sebagai bekal psikologis untuk melewati fase akademik yang paling menuntut dalam perjalanan pendidikan mereka.

Namun kenyataannya gambaran *self esteem* mahasiswa tingkat akhir menunjukkan kondisi yang berbeda. Pada tingkat internasional, Orth dan Robins (2022) dalam meta-analisis lintas budaya menemukan bahwa individu yang berada pada masa *emerging adulthood* yang mencakup mahasiswa tingkat akhir, merupakan kelompok yang paling rentan mengalami fluktuasi *self esteem* karena berada di titik transisi identitas yang paling tidak stabil. Pada tingkat nasional, Kemendikbudristek (2022) mencatat bahwa sekitar 34% mahasiswa tingkat akhir di Indonesia mengalami tekanan psikologis pada tingkat sedang hingga tinggi. Survei BKM FISIP Universitas Indonesia (2024) terhadap 371 mahasiswa menemukan bahwa lebih dari 47% berada pada kategori kecemasan berat hingga sangat berat 45,2% secara spesifik menyatakan masalah kepercayaan diri sebagai sumber tekanan personal yang paling signifikan.

Survei SMCCU UNESA (2024) terhadap 1.219 mahasiswa turut menunjukkan bahwa 21,9% berada pada tingkat gangguan mental berat dan 43,5% pada kategori sedang.

Pada tingkat yang lebih spesifik, penelitian yang secara langsung mengukur *self esteem* mahasiswa tingkat akhir di Indonesia secara konsisten menunjukkan pola yang mengkhawatirkan. Mutia et al. (2024) menemukan bahwa dari 192 mahasiswa tingkat akhir sebesar 56,8% berada pada kategori *self esteem* sedang, dan sebesar 16,7% dalam kategori rendah. Sibarani et al. (2025) pada mahasiswa Universitas Bhayangkara Jakarta Raya yang sedang mengerjakan skripsi menemukan bahwa 74% berada pada kategori *self esteem* sedang dan 8% rendah. Lathifah dan Navion (2025) pada mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung turut menemukan bahwa 77% berada pada kategori *self esteem* sedang dan 3% rendah. Simbolon dan Huwae (2024) turut menegaskan bahwa kondisi *self esteem* yang belum optimal pada mahasiswa tingkat akhir merupakan permasalahan yang perlu ditangani secara serius karena berdampak langsung pada kemampuan mereka menyelesaikan studi. Tiga penelitian dari tiga institusi yang berbeda ini secara seragam menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir di Indonesia berada pada kategori *self esteem* sedang hingga rendah.

Untuk memperoleh gambaran awal yang lebih kontekstual, peneliti melakukan wawancara informal kepada beberapa mahasiswa tingkat akhir angkatan 2021 Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang sedang menyusun skripsi. Hasilnya menunjukkan bahwa mahasiswa yang tidak mendapatkan dukungan atau apresiasi dari

orang-orang terdekat atas progres yang telah dilakukan cenderung meragukan kemampuannya sendiri, mengalami penurunan kepercayaan diri, dan menghindari bimbingan karena takut dinilai tidak kompeten. Sebaliknya, mahasiswa yang merasakan dukungan kuat dari keluarga, teman, maupun dosen pembimbing merasa lebih termotivasi dan produktif dalam menyelesaikan skripsi.

Kesenjangan antara kondisi ideal dan realita ini menjadi pertanda bahwa ada variabel psikologis yang perlu mendapat perhatian, adalah *self esteem*. *Self esteem* merupakan penilaian subjektif individu terhadap dirinya sendiri yang mencakup rasa berharga, kompeten, dan mampu dalam menghadapi berbagai tantangan hidup (Rosenberg dalam Orth & Robins, 2022). Merujuk pada Teori Hierarki Kebutuhan Abraham Maslow, *self esteem* merupakan kebutuhan keempat yang harus terpenuhi sebelum individu dapat mencapai aktualisasi diri, yaitu kondisi di mana seseorang mampu mewujudkan potensi terbaiknya. Namun untuk mencapai *self esteem* tersebut, kebutuhan ketiga yakni *social needs* yang salah satunya terwujud melalui dukungan sosial, harus lebih dahulu terpenuhi. Aktualisasi diri pada mahasiswa tingkat akhir tercermin dalam keberhasilan menyelesaikan studi dan menapaki fase kehidupan berikutnya.

Rendahnya atau belum optimalnya *self esteem* mahasiswa tingkat akhir ini membawa serangkaian konsekuensi. Secara perilaku, mahasiswa dengan *self esteem* rendah cenderung pesimis, takut gagal, dan lebih memilih menghindari tugas daripada menghadapinya, sehingga menciptakan pola prokrastinasi akademik yang semakin

memperburuk kondisi psikologisnya (Awwad et al., 2022 dalam Wijaya, 2024). Kondisi ini turut berdampak pada progres skripsi yang tersendat, karena mahasiswa menghindari bimbingan dan cenderung menunda penyelesaian tugas akhirnya (Maharani et al., 2024). Simbolon dan Huwae (2024) menegaskan bahwa *self esteem* memiliki hubungan yang sangat penting terhadap tingkat stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir, dan bahwa peningkatan *self esteem* dapat menjadi strategi preventif yang efektif. Apabila dibiarkan tanpa penanganan, stres akademik yang kronis berisiko berkembang menjadi gangguan kecemasan, depresi, hingga penurunan motivasi yang dapat berujung pada keinginan untuk menghentikan studi (CPMH Fakultas Psikologi UGM, 2023). Sebaliknya, mahasiswa tingkat akhir yang berhasil membangun *self esteem* yang tinggi menunjukkan profil psikologis yang jauh lebih adaptif, motivasi belajar lebih kuat, manajemen waktu lebih baik, dan lebih percaya diri menghadapi tantangan akademik (Widiyawati et al., 2025). Penelitian Lathifah dan Navion (2025) juga membuktikan secara empiris bahwa *self esteem* berpengaruh positif dan signifikan terhadap resiliensi akademik mahasiswa tingkat akhir ($R^2 = 0,382$, $p < 0,05$), artinya 38,2% kemampuan bertahan dari tekanan akademik ditentukan oleh tinggi-rendahnya *self esteem*.

Self esteem tidak terbentuk dengan sendirinya, melainkan dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti salah satunya yang dibahas pada penelitian ini yakni dukungan sosial. Merujuk kembali pada hierarki kebutuhan Maslow, kondisi *self esteem* yang sedang hingga rendah pada mahasiswa tingkat akhir tidak dapat

dilepaskan dari sejauh mana kebutuhan sebelumnya telah terpenuhi. Dalam buku *The Science of Psychology: An Appreciative View (2010)* Sarafino mendefinisikan dukungan sosial sebagai persepsi individu bahwa dirinya dicintai, dihargai, dan menjadi bagian dari suatu jaringan sosial yang peduli dan siap membantu dalam menghadapi permasalahan hidup. Sibarani et al. (2025) secara eksplisit menyatakan bahwa di antara berbagai faktor yang berpotensi menjaga stabilitas *self esteem* selama pengerjaan skripsi serta termasuk pengalaman akademik sebelumnya dan strategi *coping* yaitu dukungan sosial dari teman dan dosen pembimbing terbukti memainkan peran yang paling dominan.

Relevansi dukungan sosial terhadap *self esteem* mahasiswa telah dikonfirmasi secara konsisten oleh berbagai penelitian. Hidayat et al. (2021) menemukan bahwa dukungan sosial berpengaruh negatif signifikan terhadap stres akademik mahasiswa ($\beta = -0,458$), artinya stres akademik cenderung menurun ketika dukungan sosial tinggi. Sahira et al. (2024) dalam penelitian terhadap 203 mahasiswa keperawatan Universitas Nasional Jakarta menemukan hubungan yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan harga diri mahasiswa ($p = 0,049 < 0,05$). Wadin dan Subardjo (2026) membuktikan adanya korelasi positif yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial dengan *self esteem* ($r = 0,669$, $p = 0,000 < 0,05$). Nichlah et al. (2026) juga menemukan bahwa dukungan sosial berhubungan positif signifikan dengan *self esteem* mahasiswa ($p < 0,05$) mahasiswa yang mendapatkan dukungan sosial memadai mampu mempertahankan penilaian diri yang positif meskipun menghadapi tekanan di

lingkungan akademiknya. Ketiga penelitian ini secara kolektif membuktikan bahwa dukungan sosial bukan sekadar salah satu faktor pendukung, melainkan salah satu prediktor langsung yang membentuk *self esteem*.

Kajian terhadap literatur psikologi lima tahun terakhir menunjukkan bahwa penelitian mengenai dukungan sosial dan *self esteem* telah dilakukan pada berbagai populasi, seperti remaja yang mengalami *fatherless* (Wadin & Subardjo, 2026), mahasiswa yang mengalami kesepian di era digital (Nichlah et al., 2026), serta mahasiswa keperawatan tingkat akhir (Sahira et al., 2024). Meskipun demikian, kajian yang secara spesifik menguji hubungan antara dukungan sosial dan *self esteem* dengan berfokus pada mahasiswa tingkat akhir dalam konteks pengerjaan skripsi di lingkungan perguruan tinggi di Indonesia masih terbatas. Kebaruan (*novelty*) penelitian ini terletak pada spesifikasi populasi yang lebih kontekstual dan relevan dengan dinamika akademik mahasiswa tingkat akhir yang sesungguhnya, sekaligus memberikan bukti empiris baru dalam konteks institusional yang belum banyak diteliti sebelumnya.

Urgensi penelitian ini semakin kuat mengingat kondisi psikologis mahasiswa tingkat akhir yang rentan, tuntutan global yang terus meningkat, serta data-data empiris yang secara konsisten menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa tingkat akhir di Indonesia belum memiliki *self esteem* yang optimal. Tanpa pemahaman yang memadai tentang faktor-faktor yang membentuk *self esteem* yang salah satunya adalah dukungan sosial, upaya peningkatan kesejahteraan psikologis mahasiswa akan sulit dilakukan secara tepat sasaran. Oleh karena itu, penelitian ini hadir untuk menguji secara empiris

hubungan antara dukungan sosial sebagai variabel bebas dan *self esteem* sebagai variabel terikat pada mahasiswa tingkat akhir, sehingga hasilnya dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis yang lebih efektif di lingkungan perguruan tinggi.

B. Tujuan Penelitian dan Manfaat Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial dengan *self esteem* pada mahasiswa tingkat akhir, serta mengetahui arah hubungan dukungan sosial dengan *self esteem* pada mahasiswa tingkat akhir.

1. Manfaat Teoritis
 - a. Penelitian diharapkan bisa berkontribusi dalam perkembangan ilmu dan teknologi, khususnya pada bidang psikologi klinis terutama pada topik dukungan sosial dan *self esteem* di Indonesia.
 - b. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai gambaran tambahan untuk memahami secara teoritis mengenai pentingnya kebutuhan *self esteem* pada mahasiswa tingkat akhir.
2. Manfaat Praktis
 - a. Penelitian diharapkan bisa membantu memahami lebih jelas dan runtut mengenai bagaimana dukungan sosial mempengaruhi *self esteem*, yang selanjutnya dapat digunakan untuk meningkatkan potensi diri dan mengenali diri dengan baik bagi pembaca.

- b. Penelitian ini juga dapat digunakan untuk landasan tambahan untuk melakukan intervensi atau penambahan layanan dukungan baik untuk diri sendiri maupun kepada keluarga, teman, maupun mahasiswa tingkat akhir bagi dosen pengajar atau pihak kampus.