

BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang Masalah

Setiap manusia pasti memiliki hambatan yang harus dilalui dalam hidupnya. Salah satu hambatan itu dapat terjadi pada masa pendidikan, seperti saat di bangku kuliah. Bagi mahasiswa yang sedang menjalani pendidikan di perguruan tinggi, mereka dituntut untuk dapat menyelesaikan masa studinya dalam waktu yang telah ditentukan. Tuntutan yang dirasakan oleh mahasiswa didapat dari berbagai pihak, seperti pihak akademik atau universitas, keinginan orang tua yang ingin melihat anaknya mendapatkan gelar sarjana, dan dorongan dari teman maupun keinginan dari diri sendiri.

Tahap terakhir yang harus dilalui oleh mahasiswa tingkat akhir dalam masa kuliah adalah penyelesaian skripsi. Skripsi merupakan tugas akhir yang berwujud karya tulis ilmiah yang wajib ditulis dan dibuat oleh mahasiswa tingkat akhir berdasarkan hasil penelitian lapangan atau studi kepustakaan sesuai dengan program studinya (Apipudin et al, 2021). Wakhyudin & Putri (2020) berpendapat bahwa skripsi adalah penugasan akademik yang harus dihadapi oleh setiap mahasiswa S1 yang melibatkan suatu kemampuan, baik kemampuan inteligen maupun kemampuan emosional. Perjuangan menyusun skripsi tidaklah mudah seperti mengerjakan sebuah laporan dari salah satu matakuliah tertentu. Menulis skripsi membutuhkan data yang valid, motivasi belajar, semangat belajar, kerja keras, dan membutuhkan suport dari orang-orang terdekat seperti keluarga, pacar, sahabat (Dela et al, 2019).

Penelitian dari Saputri (2020) mengungkapkan informasi bahwa pada tahun 2020 mahasiswa tingkat akhir semester 14 atau angkatan tahun 2012, masih terdapat 77 orang pembuat skripsi yang aktif dari 1.193 mahasiswa di salah satu universitas di Indonesia. Berdasarkan hasil wawancara dari beberapa mahasiswa tersebut, mahasiswa mengalami stres yang berkaitan dengan penetapan judul skripsi, pengawasan staf pengajar yang sangat sibuk, kesulitan mencari sumber yang relevan, tidak menemukan jurnal yang sesuai dengan judul

artikel penelitian, kurang mendapat dukungan dari orang lain dan tidak mengetahui cara memanfaatkan waktu dengan baik. Selanjutnya didukung oleh wawancara yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung terkait masalah atau kendala yang sering dialami. Mahasiswa mengaku mengalami kesulitan untuk bertemu dengan dosen pembimbing, adanya penolakan judul skripsi yang diajukan kesulitan dalam mencari dan mendapatkan bahan referensi, lambannya dosen dalam memeriksa dan mengoreksi, dosen terlalu sibuk dan kurang jelas memberi bimbingan, serta lamanya waktu mengembalikan kertas kerja dan berbagai kesulitan lainnya. Apabila kesulitan yang dihadapi siswa tersebut tidak segera diatasi dapat menimbulkan stres. Proses yang dilalui mahasiswa saat mengerjakan skripsi membuat mereka rentan mengalami stres.

Stres merupakan bentuk interaksi antara individu dengan lingkungan, dinilai individu sebagai sesuatu yang membebani atau melampaui kemampuan yang dimilikinya, serta mengancam kesejahteraannya. Lebih lanjut dikatakannya bahwa stres merupakan respons spesifik yang dilakukan tubuh terhadap semua tuntutan nonspesifik (Ekawarna, 2018). Faktor-faktor yang mempengaruhi stress yaitu faktor fisik, faktor keluarga, faktor sekolah, dan faktor sosial (Andiarna & Kusumawati, 2020). Azizah, et al (2023) mengungkapkan bahwa stres adalah suatu tekanan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Hal tersebut berarti bahwa segala persoalan atau masalah di luar kontrol individu dapat menyebabkan perasaan yang tidak enak atau kecemasan yang berpengaruh terhadap jiwa raga individu tersebut. Maka dapat dikatakan bahwa stres merupakan respons individu terhadap keadaan, kondisi atau kejadian yang dapat memicu stres (stresor), yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Keadaan stress membutuhkan solusi untuk segera ditindaklanjuti agar tidak berubah menjadi stress serius. Cara yang dapat digunakan oleh mahasiswa saat merasa stress dalam mengerjakan skripsi yaitu untuk melakukan perilaku *coping*.

Pitaloka & Mamahit (2021) mengungkapkan bahwa *Coping* adalah perilaku yang terlihat dan tersembunyi yang dilakukan seseorang untuk mengurangi atau menghilangkan ketegangan psikologi dalam kondisi yang penuh stres. *Coping stress* yang berada di kalangan mahasiswa yaitu bermacam-macam, tergantung pada kemampuan setiap individu yang melakukan *coping stress*. *Coping stress* adalah upaya pengelolaan kognitif dan perilaku individu terhadap kondisi yang menekan dari lingkungannya (Andriyani, 2019). Kemampuan individu dalam menanggapi stressor yang terjadi dapat membantu dirinya mengelola jarak dan tuntutan yang ada, dengan menggunakan strategi *coping* dalam menghadapi masalahnya yang baik. *Coping stress* itu sendiri terdapat 2 tipe bentuk coping stress yaitu *problem focused coping*, saat coping diarahkan pada masalah yang dihadapi, dan *emotional focused coping*, saat coping diarahkan pada perasaan dan reaksi emosional (Lazarus & Folkman, 1984). Selanjutnya terdapat berbagai penelitian yang menemukan bahwasanya ada beberapa faktor yang mempengaruhi *coping stress* salah satunya yaitu kelekatan orang tua (Sukmawati et al, 2018).

Inriani (2019) mengungkapkan bahwa pengembangan kelekatan, orang tua akan menggunakan pola asuh, dengan tujuan pola asuh dapat membuat adanya kelekatan yang akan dikembangkan dalam ingatan seseorang karena orang tua merupakan figure yang mendasar dalam kehidupan setiap orang. Kelekatan merupakan hubungan awal yang tercipta antara anak dan orangtua yang menyebabkan pada pertumbuhan hubungan sepanjang hidup (Purnama & Wahyuni, 2017). Kelekatan membuat anak-anak merasa memiliki keluarga yang hangat, sehingga dapat mengungkapkan keluh kesahan yang dialaminya (Sari et al., 2018). Kelekatan orangtua sangat bermanfaat bagi anak untuk mendapatkan perlindungan, rasa aman, juga membantu anak untuk melakukan *coping* terhadap kejadian penyebab stres (Sukmawati et al., 2018). Dalam membentuk kesejahteraan emosional seorang anak yang baik tergantung pada kualitas kelekatan antara anak dan orangtuanya.

Berdasarkan hal ini, maka penulis mengemukakan gagasan bahwa, kelekatan orangtua adalah ikatan paling awal yang terbentuk antara anak dan

orangtua yang berdampak pada pembentukan hubungan yang berlanjut sepanjang hidup. Sukmawati et al (2018) mengungkapkan bahwasanya keterikatan yang kokoh antara anak dengan orangtua dapat menyangga seseorang dari kecemasan dan perasaan-perasaan depresi pada masa remaja sebagai akibat dari masa transisi dari masa anak-anak menuju masa remaja. Dengan demikian kelekatan pada anak yang dibentuk sejak kecil hingga menuju remaja akan menjadi pondasi anak dalam melewati masa masa pengenalan lingkungan baru dikemudian hari dan dapat mensituasikan keadaan emosionalnya dengan baik.

Nurwela dan Israfil (2022) mengungkapkan bahwa keberhasilan dalam pola asuh orang tua, pemenuhan tanggung jawab perkembangan emosi, lingkungan hidup yang baik, dapat menghindari kejadian stress pada anak. Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku coping stress individu dapat dibantu dengan bimbingan, dorongan, dan instruksi dari orang-orang terdekatnya, terutama dari orang tua. Pemenuhan kebutuhan anak yang diberikan oleh orang tuanya tidak terlepas dari membesarkan individu yang siap dan mantap dalam mengatasi dan mengelola masalah masa depan (Sarwono, 2011).

Berdasarkan penjelasan latar belakang di atas menunjukkan bahwa kelekatan memiliki hubungan dengan pola asuh orang tua dan coping stres individu, sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan kelekatan terhadap pola asuh orang tua dan coping stress pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di UIN SATU”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Terdapat masalah yang dialami oleh mahasiwa yang sedang mengerjakan skripsi di UIN SATU Tulungagung yakni mereka cenderung mengalami stress akibat adanya masalah dalam proses pengerjaan skripsi.

- b. Diperlukan adanya coping stres agar individu dapat mengatasi stres akibat permasalahan dalam mengerjakan skripsi.
- c. Individu yang kurang memiliki kelekatan dengan orang tua rentan mengalami kesulitan dalam coping stres.
- d. Kelekatan diyakini mempengaruhi bagaimana individu dalam mengelola stresnya.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara kelekatan dengan coping stres (emotion focused coping) pada mahasiswa yang Menyusun skripsi di UIN SATU?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelekatan dengan coping stress (problem focused coping) pada mahasiswa yang Menyusun skripsi di UIN SATU?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui apakah terdapat hubungan antara kelekatan dengan coping stres (emotion focused coping) pada mahasiswa yang Menyusun skripsi di UIN SATU.
- 2) Mengetahui apakah terdapat hubungan antara kelekatan dengan coping stress (problem focused coping) pada mahasiswa yang Menyusun skripsi di UIN SATU.

1.5 Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, diantaranya:

1. Manfaat Teoritis
 - a) Hasil dari penelitian ini diharapkan bermanfaat untuk menambah referensi mengenai strategi coping yang digunakan untuk mengatasi stres yang dialami oleh mahasiswa saat menyusun skripsi.
 - b) Manfaat teoritis penelitian ini adalah dapat menambahkan perkembangan ilmu pengetahuan psikologi yang diteliti, yaitu

menegenai hubungan kelekatan dengan *coping stress*, khususnya mahasiswa yang menyusun skripsi.

c) Dapat menjadi referensi bagi penelitian-penelitian berikutnya tentang topik-topik psikologi Pendidikan dan psikologi sosial

2. Manfaat Praktis

a) Hasil Penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan baru tentang bagaimana kelekatan dapat berhubungan dengan coping stres yakni cara mahasiswa mengatasi stres yang timbul saat menyusun skripsi.

b) Pada orangtua dapat membangun kelekatan seperti komunikasi yang baik, membangun kepercayaan, dan tidak membuat anak terasingkan kepada anak yang Menyusun skripsi. Sehingga hal ini akan menciptakan kelekatan orangtua dengan cara positif dan untuk meningkatkan coping stres.