

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Semua mahasiswa akhir pastinya disibukkan dengan tugas akhir atau skripsi. Menyelesaikan tugas akhir atau skripsi merupakan salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Sebagian mahasiswa tingkat sarjana menganggap tugas akhir sebagai momok yang menakutkan, padahal tugas akhir merupakan jembatan antara semua ilmu yang telah mereka selesaikan selama ini dengan ilmu yang diaplikasikan dalam bentuk penelitian.<sup>1</sup> Skripsi merupakan tugas akhir yang wajib diambil dan diselesaikan oleh mahasiswa yang bertujuan untuk menguji kemampuan mahasiswa pada penelitian yang sejalan dengan bidang keilmuannya sesuai dengan fenomena permasalahan yang diambil.<sup>2</sup> Penelitian mahasiswa yang mengkaji suatu fenomena tertentu sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku dituangkan dalam skripsi. Menurut standar perguruan tinggi, penulisan skripsi merupakan langkah terakhir dalam menilai prestasi akademik mahasiswa.<sup>3</sup> Di dalam penulisan skripsi ini mahasiswa dituntut untuk mampu menggunakan kemampuan berpikir dan memanfaatkan pengalaman belajar dalam

---

<sup>1</sup> Iswidharmanjaya, *Membuat Skripsi Dengan Open Office* (Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2006).

<sup>2</sup> Peni Ramanda and Dony Darma Sagita, "Stres Akademik Mahasiswa Dalam Menyusun Skripsi Pandemi Covid-19," *Jurnal KOPASTA* 2, no. Stres Akademik, Tesis, Pamademic Covid-19 (2020): 94.

<sup>3</sup> Yafi Sabila Rosyad, "Tingkat Stres Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta Dalam Mengerjakan Skripsi Tahun Akademik 2018/2019," *Cahaya Pendidikan* 5, no. 1 (2019).

menyelesaikan masalah secara ilmiah, dengan cara melakukan penelitian, menganalisis, menarik kesimpulan, dan menulisnya menjadi bentuk karya ilmiah.

Proses penyusunan skripsi memerlukan waktu yang cukup panjang, sehingga seringkali menimbulkan kekhawatiran pada mahasiswa akan ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri. Mahasiswa yang percaya diri terhadap kemampuannya tidak akan takut menghadapi skripsi. Selama penyelesaian tugas akhir skripsi, banyak fenomena yang mungkin muncul dalam pikiran mahasiswa yang dapat menghambat penyelesaian skripsi tersebut. Fenomena yang sering dialami mahasiswa saat menyusun skripsi antara lain keraguan dalam menentukan topik, kebingungan tentang bagaimana memulai, kesulitan menemukan literatur pendukung, sering merasa malas untuk mengerjakan, dan kecemasan menghadapi dosen pembimbing, yang semuanya dapat mempersulit penyelesaian karya tulis ilmiah. Faktor-faktor ini seringkali menyebabkan mahasiswa membutuhkan waktu lebih lama untuk menyelesaikan tugas akhir mereka, bahkan cenderung menunda-nunda pengerjaan skripsi.<sup>4</sup>

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Rismen menyatakan adanya tiga proses yang menjadi kendala dalam menyelesaikan skripsi, yaitu menentukan topik, proses pengumpulan dan pengolahan data, serta proses ujian skripsi. Tidak jarang mahasiswa merasa kesulitan ketika mempersiapkan judul, mengalami hambatan dalam menyusun latar

---

<sup>4</sup> Nur Etika and Wilda Fasim Hasibuan, "Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi," *KOPASTA: Journal of the Counseling Guidance Study Program* 3, no. 1 (2016).

belakang masalah, mencari literatur, maupun dalam membagi waktu antara kuliah dan bimbingan. Tantangan lain ketika mengerjakan skripsi ada dalam proses pengumpulan dan pengolahan data. Mahasiswa perlu menentukan dan menggunakan rumus statistik yang tepat, menginterpretasikan hasil analisis data, menguraikan hasil penelitian ke dalam pembahasan, serta lamanya waktu melakukan penelitian. Pada tahap akhir skripsi, yaitu ujian, muncul perasaan cemas dan khawatir ketika menghadapi para penguji.<sup>5</sup>

Penelitian yang dilakukan oleh Cahyo menyatakan bahwa banyaknya permasalahan yang dialami oleh mahasiswa dalam proses mengerjakan skripsi bisa menjadi *stressor* yang akhirnya menyebabkan mahasiswa mengalami stres dan menurunnya motivasi yang ada pada dirinya. Hal tersebut menunjukkan adanya *stressor* yang disebabkan oleh tuntutan dan tekanan akademik sehingga berdampak pada masa studinya dan dalam kegiatan sehari-hari.<sup>6</sup> Selain itu mahasiswa yang ragu akan kemampuan yang dimiliki dirinya akan menghambat proses pengerjaan skripsi. Mahasiswa akan merasa malas dan mudah menyerah dalam proses pengerjaan skripsi. Hal ini juga disampaikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Broto bahwa kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa selama proses menyusun skripsi akan menjadi tekanan bagi mahasiswa sehingga bisa mengalami stres.<sup>7</sup>

---

<sup>5</sup> Sefna Rismen, "Analisis Kesulitan Mahasiswa Dalam Penyelesaian Skripsi Di Prodi Pendidikan Matematika STKIP PGRI," *Lemma: Letters of Mathematics Education* 1, no. 2 (2016).

<sup>6</sup> B. H. D. F Cahyo, "Stres Pada MAHASISWA Penulis Skripsi" (2016).

<sup>7</sup> HDFC Broto, "Stres Pada Mahasiswa Penulis Skripsi (Studi Kasus Pada Salah Satu Mahasiswa

Stres merupakan kondisi yang muncul ketika situasi yang diinginkan tidak sejalan dengan kondisi biologis, psikologis, atau sosial individu.<sup>8</sup> Stres merupakan respons manusia yang tidak spesifik terhadap setiap tuntutan kebutuhan yang ada di dalam dirinya.<sup>9</sup> Stres juga biasa diartikan sebagai tekanan, ketegangan atau gangguan yang tidak menyenangkan yang berasal dari luar diri seseorang. Penelitian yang dilakukan oleh Nirwana menyatakan bahwa stres yang dialami mahasiswa akan berdampak secara fisik, emosional, kognitif, maupun interpersonal seperti dampak fisik pada mahasiswa yaitu mengeluhkan tidur tidak teratur, pusing, makan tidak teratur dan kelelahan; aspek emosi yang dikeluhkan seperti gelisah, ketakutan, mudah marah; aspek kognitif seperti mengeluhkan mudah lupa, mudah melakukan kesalahan, sulit menemukan ide; aspek interpersonal misalnya minder dan suka menyendiri.<sup>10</sup> Stres yang dihadapi mahasiswa yang sedang menyelesaikan tugas akhir atau skripsi adalah stres akademik.<sup>11</sup>

Stres akademik merupakan suatu kondisi dimana individu merasa gelisah, khawatir, tertekan, dan resah karena kesulitan dalam mengatur batasan. Stres akademik adalah perasaan gelisah, khawatir, dan tertekan karena adanya tekanan dan tuntutan dari dosen atau orang tua dalam

---

Program Studi Bimbingan Dan Konseling Universitas Sanata Dharma),” *Universitas Sanata Dharma Yogyakarta* (2016).

<sup>8</sup> D Yikealo and W Tareke, “Stress Coping Strategies among College Students: A Case in the College of Education,” *Eritrea Institute of Technology Abstract: September* (2018): 1–17.

<sup>9</sup> Hans Selye, “The Stress of Life” (1976).

<sup>10</sup> Nirwana Nirwana, “Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Efikasi Diri Mahasiswa Semester Akhir S1 Keperawatan Reguler,” *Jurnal Medika: Karya Ilmiah Kesehatan* 4, no. 2 (2019).

<sup>11</sup> Dony Darma Sagita, Daharnis Daharnis, and Syahniar Syahniar, “Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa,” *Jurnal Bikotetik (Bimbingan Dan Konseling: Teori Dan Praktik)* 1, no. 2 (2017): 43–52.

bentuk pencapaian nilai yang tinggi, batas waktu tugas yang dipenuhi secara efektif dan tepat, dan situasi yang tidak mendukung.<sup>12</sup> Stres akademik masih menjadi sebuah masalah yang dapat mengganggu dan memengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis mahasiswa.<sup>13</sup> Saat akhir masa studinya, mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan studi yang juga merupakan salah satu pemicu stres akademik mahasiswa. Penelitian yang dilakukan oleh Yusuf & Yusuf menyebutkan beberapa faktor yang memengaruhi stres akademik, meliputi *self efficacy*, *hardiness*, *optimisme*, motivasi berprestasi, prokrastinasi, dukungan sosial.<sup>14</sup> Beberapa dampak negatif dari stress akademik yang dapat disebabkan berupa menghindari mengerjakan skripsi dan menunda banyak waktu untuk menulis skripsi, menimbulkan berbagai penyakit mental hingga fisik lainnya seperti sakit kepala, gangguan saraf di leher, cepat merasa lelah, mudah berkeringat, gangguan tidur, dan pola makan tidak teratur.<sup>15</sup>

Menurut data World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, prevalensi stres cukup tinggi dimana hampir lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia. Prevalensi mahasiswa tingkat akhir dalam menyusun skripsi di

---

<sup>12</sup> Hantoro Adhi Mulya and Endang Sri Indrawati, "Hubungan Antara Motivasi Berprestasi Dengan Stres Akademik Pada Mahasiswa Tingkat Pertama Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro Semarang," *Jurnal Empati* 5, no. 2 (2016): 296–302.

<sup>13</sup> K Jayasankara Reddy, Karishma Rajan Menon, and Anjana Thattil, "Academic Stress and Its Sources among University Students," *Biomedical and pharmacology journal* 11, no. 1 (2018): 531–537.

<sup>14</sup> Nur Mawakhira Yusuf and Jannatul Ma'wa Yusuf, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Stres Akademik," *Psyche 165 Journal* (2020): 235–239.

<sup>15</sup> Yahya Eko Nopiyanto et al., "Stress Level of Physical Education Students in Writing Thesis," *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani* 6, no. 2 (2022): 216–221.

dunia yang mengalami stres didapatkan sebesar 38% - 71%, Asia sebesar 39,6% - 61,3% sedangkan prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sendiri didapatkan sebesar 36,7- 71,6%.<sup>16</sup> Berdasarkan data BPS tahun 2019, sebesar 61,3% mahasiswa tingkat akhir di Indonesia mengalami stres, dimana stress pada mahasiswa karena menyusun skripsi.<sup>17</sup>

Berdasarkan hasil observasi atau pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap beberapa mahasiswa Universitas Islam Negeri Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang sedang dalam masa pengerjaan skripsi, mereka mengalami stres dengan beberapa ciri diantaranya merasakan pusing dan sakit kepala, sering mengeluh, malas, menunda-nunda pengerjaan skripsi, berkurangnya semangat dan motivasi diri sendiri untuk segera menyelesaikan skripsi, sering menghindar dan malah melakukan hal lain yang menurut mereka lebih menyenangkan. Selain itu, peneliti juga melakukan wawancara dari 4 mahasiswa UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung bahwa diperoleh beberapa masalah atau kendala yang sering dialami selama penyusunan skripsi pada mahasiswa tingkat akhir antara lain banyaknya mahasiswa yang mengalami kesulitan mencari judul atau topik penelitian, revisi skripsi yang sangat banyak ketika melakukan bimbingan, kesulitan untuk bertemu dengan dosen pembimbing, kesulitan dalam mencari bahan referensi, malas mengerjakan skripsi dan mengatur waktu antara mengerjakan skripsi dan aktivitas yang

---

<sup>16</sup> WHO, "Mental Health: Strengthening Our Response."

<sup>17</sup> BPS, "Prevalensi Gangguan Jiwa" (2019).

lain. Berbagai masalah atau kendala tersebut menyebabkan mahasiswa menjadi kehilangan motivasi sehingga mengalami kecemasan-kecemasan dalam diri individu yang berakibat pada keterlambatan dalam penyusunan skripsi. 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 skripsi.

Berbagai hambatan dan tekanan yang dialami mahasiswa selama menyusun skripsi menunjukkan bahwa mereka sedang berada dalam situasi yang menantang secara psikologis dan akademik.<sup>18</sup> Ketika tekanan tersebut tidak diimbangi dengan kemampuan untuk mengelola stres dan strategi koping yang baik, maka akan berdampak pada penurunan motivasi serta meningkatnya risiko stres akademik.<sup>19</sup> Salah satu faktor penting yang dapat membantu mahasiswa tetap fokus dan mampu menyelesaikan tugas akhir mereka adalah adanya motivasi berprestasi yang tinggi.<sup>20</sup> Motivasi berprestasi dapat menjadi kekuatan internal yang mendorong mahasiswa untuk tetap berusaha mencapai tujuannya meskipun menghadapi berbagai rintangan, termasuk kelelahan mental dan tuntutan akademik yang berat.<sup>21</sup>

---

<sup>18</sup> Nirwana, "Hubungan Antara Tingkat Stres Dengan Efikasi Diri Mahasiswa Semester Akhir S1 Keperawatan Reguler."

<sup>19</sup> Cahyo, "Stres Pada MAHASISWA Penulis Skripsi."

<sup>20</sup> David C. McClelland, "Human Motivation" (2009).

<sup>21</sup> Sagita, Daharnis, and Syahniar, "Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa."

Dengan memiliki motivasi berprestasi, mahasiswa tidak hanya mampu mengembangkan strategi dalam menyusun skripsi secara lebih terarah, tetapi juga meningkatkan daya tahan psikologis mereka terhadap stres yang dihadapi selama proses penyusunan skripsi.<sup>22</sup>

Motivasi berprestasi adalah kondisi fisik yang ada pada diri mahasiswa dimana hal tersebut dapat mendorongnya untuk melakukan kegiatan tertentu agar tujuan yang diinginkannya dapat tercapai.<sup>23</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Sing dan Jain mengatakan motivasi berprestasi adalah kebutuhan individu untuk memenuhi tujuan yang diinginkan, tujuan tersebut bersifat realistis atau dapat disebut juga dengan kebutuhan untuk sukses.<sup>24</sup> Kekuatan motivasi dapat mempengaruhi stres akademik, menurut McClelland adanya motivasi berprestasi dapat membuat mahasiswa lebih mengetahui apa yang akan dicapai sehingga mahasiswa tersebut mempunyai rencana atau strategi dalam menghadapi resiko-resiko yang akan dihadapi, mahasiswa juga dapat lebih berpikir positif bahwa semua tugas akademik nantinya akan berguna bagi masa depannya.<sup>25</sup> Motivasi berprestasi menuntut individu agar meningkatkan kemampuannya agar dapat menghasilkan apa yang menjadi tujuan individu tersebut.<sup>26</sup> Motivasi berprestasi juga membuat individu

---

<sup>22</sup> McClelland, "Human Motivation."

<sup>23</sup> A Mirdanda, "Motivasi Berprestasi & Disiplin Peserta Didik Serta Hubungannya Dengan Hasil Belajar" (2018).

<sup>24</sup> Neetu Singh and N Jain, "Effects of Infographic Designing on Image Processing Ability and Achievement Motivation of Dyscalculic Students," in *Proceedings of the International Conference for Young Researchers in Informatics, Mathematics and Engineering. Kaunas, Lithuania*, vol. 1852, 2017, 45–53.

<sup>25</sup> D. C McClelland, "Human Motivation" (2009).

<sup>26</sup> Sagita, Daharnis, and Syahniar, "Hubungan Self Efficacy, Motivasi Berprestasi, Prokrastinasi

mempunyai rencana untuk mencapai tujuan, membuat individu bekerja secara efisien, dan individu akan dapat menyelesaikan masalah atau rintangan yang dihadapi dengan mudah.<sup>27</sup>

Menurut penelitian yang dilakukan oleh McClelland mengatakan bahwa seseorang yang memiliki motivasi berprestasi dapat dilihat dari beberapa karakteristik antara lain memiliki rasa tanggung jawab terhadap pekerjaan, tekun dalam melakukan pekerjaan meskipun menemui rintangan, kreatif, inovatif, optimis, membutuhkan umpan balik, mempunyai rasa ingin tahu yang tinggi, tidak suka membuang waktu, bekerja keras agar hasil yang didapat sesuai dengan harapan.<sup>28</sup> Berdasarkan beberapa karakteristik tersebut dapat diketahui bahwa motivasi berprestasi dapat mengarahkan seseorang untuk berbuat lebih baik. Motivasi berprestasi memberikan peran yang besar bagi mahasiswa menyelesaikan skripsi dengan optimal, seperti yang dikemukakan oleh McClelland bahwa seseorang akan memiliki motivasi berprestasi yang tinggi, apabila dihadapi oleh permasalahan dan tugas yang sulit akan menyelesaikannya dengan baik. Apabila seseorang berhasil menyelesaikan tugas yang sulit maka seseorang akan lebih antusias dalam menyelesaikan tugas yang lebih berat lagi.<sup>29</sup> Mahasiswa yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan memunculkan kesadaran bahwa dorongan

---

Akademik Dan Stres Akademik Mahasiswa.”

<sup>27</sup> McClelland, “Human Motivation.”

<sup>28</sup> Ibid.

<sup>29</sup> Mega Isvandiana Purnamasari and Nisa Rachmah Nur Anganthi, “Hubungan Self-Efficacy, Dan Motivasi Berprestasi Dengan Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi” (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2014).

diperlukan untuk mencapai sebuah kesuksesan. Selain motivasi berprestasi, faktor lain yang turut memengaruhi keberhasilan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi adalah dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan sekitarnya. Dukungan ini dapat menjadi pelengkap dari dorongan internal mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik, sehingga mampu menjaga keseimbangan emosional dan meningkatkan ketahanan psikologis saat menghadapi tantangan akademik.<sup>30</sup>

Dukungan sosial adalah bentuk perhatian, penghargaan, pertolongan maupun semangat yang berasal dari orang yang memiliki hubungan dekat seperti keluarga, teman maupun orang lain dengan tujuan membantu seseorang yang sedang menghadapi permasalahan.<sup>31</sup> Dukungan sosial pada umumnya menggambarkan peranan atau pengaruh yang dapat ditimbulkan oleh orang lain yang berarti bagi seseorang. Dukungan sosial yang diberi beraneka macam dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informatif, dan penghargaan.<sup>32</sup> Ketika mahasiswa mengalami kesulitan atau permasalahan dalam hidup, teman sebaya bisa memberi dukungan dalam bentuk informasi yang berguna, yaitu dengan memberikan saran maupun petunjuk arahan untuk menyelesaikan masalah. Broman menyatakan dukungan sosial efektif membantu mengatasi tekanan psikologis pada masa-masa sulit dan menekan.<sup>33</sup> Mahasiswa yang

---

<sup>30</sup> T. W Sarafino, E. P., & Smith, *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7th Ed.)*, 2011.

<sup>31</sup> & Inayah Puspa, R., "Dukungan Sosial Dan Kesehatan Mental Remaja" (2023).

<sup>32</sup> Febri Endra Budi Setyawan, *Pendekatan Pelayanan Kesehatan Dokter Keluarga (Pendekatan Holistik Komprehensif)* (Zifatama Jawara, 2019).

<sup>33</sup> T. W Taylor, S. E., Peplau, L. A., Sears, D. O., & B.S., *Health Psychology (Tenth Edition)*(10th

menerima dukungan sosial dari lingkungan sekitarnya baik secara lisan atau non lisan akan mampu membantu mengurangi level tingkatan stres akademik mahasiswa tersebut.<sup>34</sup>

Dukungan sosial merupakan elemen penting yang mempengaruhi kesejahteraan individu, terutama bagi mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyusun skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Sarafino dan Smith menyatakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi dukungan sosial yang diterima, yaitu faktor penerima dukungan, faktor penyedia dukungan, komposisi dari struktur jaringan sosial.<sup>35</sup> Faktor penerima dukungan mencakup karakteristik individu seperti, yang berperan dalam bagaimana seseorang menerima dan memanfaatkan dukungan yang ada. Sementara itu, faktor penyedia dukungan meliputi kualitas dan kuantitas dukungan yang diberikan oleh teman, keluarga, dan dosen, yang dapat meningkatkan motivasi dan kepercayaan diri mahasiswa. Komposisi dari struktur jaringan sosial juga sangat penting, karena jaringan yang kuat dan beragam dapat memberikan akses yang lebih baik terhadap sumber daya dan informasi yang dibutuhkan selama proses penyusunan skripsi. Dengan demikian, motivasi berprestasi yang tinggi dapat berkontribusi pada penerimaan dukungan sosial yang lebih efektif, yang pada gilirannya dapat membantu mahasiswa mengatasi

---

*Ed.*), 2018.

<sup>34</sup> S Pajariato, H., Kadir, A., Galugu, N., Sari, P., dan Februanti, "Study From Home In The Middle Of The COVID-19 Pandemic: Analysis Of Religiosity, Teacher, and Parents Support Against Academic Stress" (2020).

<sup>35</sup> T. W Sarafino, E. P., & Smith, "Health Psychology: Biopsychosocial Interactions (7th Ed.)" (2011).

tantangan akademik yang mereka hadapi.

Berdasarkan penjelasan diatas, dari kesulitan-kesulitan yang dialami oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi dan banyaknya fenomena tentang dampak dari menyusun skripsi maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut fenomena tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi. Sejauh ini peneliti menemukan beberapa hasil penelitian terkait stres yang dialami oleh mahasiswa yang mengerjakan skripsi. Penelitian menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam mengurangi stres akademik. Mahasiswa dengan motivasi berprestasi yang tinggi cenderung lebih mampu mengelola stres dan memiliki strategi efektif dalam menyelesaikan tugas akademik.

Selain itu, dukungan sosial dari lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan dosen, turut memainkan peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi stres dan meningkatkan motivasi mereka. Dengan demikian penting diperhatikan bahwa stres akademik penting untuk diteliti dan dalam penelitian ini mengangkat tentang pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir yang menyusun skripsi. Maka peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang menyusun skripsi, serta untuk

memberikan wawasan yang dapat membantu mahasiswa dalam mengatasi tantangan yang mereka hadapi selama proses penyusunan skripsi.

## **B. Identifikasi Masalah dan Batasan Masalah**

Merujuk pada latar belakang permasalahan yang telah dipaparkan, dapat disimpulkan beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Adanya tekanan akademik dari tugas akhir memicu stres akademik yang berdampak pada kesehatan fisik, emosional, kognitif, dan interpersonal mahasiswa.
2. Mahasiswa tingkat akhir mengalami tekanan akademik yang ditandai oleh gejala fisik (seperti pusing dan sakit kepala), penurunan motivasi, serta perilaku menunda-nunda pengerjaan skripsi.
3. Kurangnya keyakinan diri pada mahasiswa tingkat akhir dalam menyelesaikan skripsi, seperti kesulitan menentukan judul, revisi yang banyak ketika melakukan bimbingan, hambatan bertemu dosen pembimbing, kesulitan mengakses referensi, serta ketidakmampuan mengatur waktu antara skripsi dan aktivitas lainnya. Hal ini menyebabkan mahasiswa cenderung malas dan mudah terdistraksi oleh kegiatan yang dianggap lebih menyenangkan.

Ditinjau dari identifikasi masalah tersebut, diketahui urgensi penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mengkaji peran variabel motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik

mahasiswa tingkat akhir. Namun, salah satu keterbatasan dalam penelitian ini terletak pada metode pengumpulan data yang menggunakan kuesioner, sehingga data yang diperoleh sangat bergantung pada persepsi subjektif masing-masing responden dalam menafsirkan dan menjawab setiap item pernyataan yang disajikan.

### **C. Rumusan Masalah**

1. Adakah pengaruh yang signifikan motivasi berprestasi terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
2. Adakah pengaruh yang signifikan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?
3. Adakah pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung?

### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui pengaruh motivasi berprestasi terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
2. Untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung.
3. Untuk mengetahui pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik mahasiswa tingkat akhir UIN Sayyid Ali

Rahmatullah Tulungagung.

## **E. Kegunaan Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Dari perspektif teoritis, penelitian ini memiliki potensi untuk memperluas pemahaman tentang pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap stres akademik pada mahasiswa tingkat akhir di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Temuan dari penelitian ini juga dapat menjadi sumbangan penting sebagai tambahan referensi bagi penelitian-penelitian yang akan datang.

### **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis penelitian ini dapat memberikan wawasan dan informasi kepada lembaga pendidikan yang terkait tentang bagaimana motivasi berprestasi dan dukungan sosial memengaruhi stres akademik mahasiswa yang menyusun skripsi.

## **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui stres akademik mahasiswa tingkat akhir di UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung yang dipengaruhi oleh variabel motivasi berprestasi dan dukungan sosial. Lokasi penelitian berfokus pada lingkungan akademik UIN Sayyid Ali Rahmatullah Tulungagung. Dalam penelitian ini, motivasi berprestasi dan dukungan sosial merupakan variabel bebas, sedangkan stres akademik merupakan variabel terikat. Fokus utama penelitian ini adalah untuk mengkaji pengaruh motivasi berprestasi dan dukungan sosial terhadap

stres akademik mahasiswa tingkat akhir.

### **G. Penegasan Variabel**

1. Stres akademik merupakan suatu kondisi individu yang timbul karena banyaknya tekanan atau tuntutan akademik yang melebihi kapasitas kemampuannya sehingga individu merasa terbebani. Sedangkan dalam penelitian ini pengertian stres akademik merupakan respons negatif yang dialami mahasiswa tingkat akhir akibat ketidakseimbangan antara tuntutan akademik dan kemampuan mereka dalam mengatasinya.
2. Motivasi berprestasi merupakan daya penggerak untuk mencapai taraf prestasi belajar yang setinggi mungkin demi pengharapan kepada dirinya sendiri. Sedangkan dalam penelitian ini pengertian motivasi berprestasi merupakan dorongan dalam diri mahasiswa yang mendorong mahasiswa tingkat akhir untuk mencapai keberhasilan berdasarkan standar keunggulan tertentu.
3. Dukungan sosial merupakan hadirnya orang-orang tertentu yang secara pribadi memberikan nasehat, motivasi, arahan dan menunjukkan jalan keluar ketika individu mengalami masalah dan pada saat mengalami kendala dalam melakukan kegiatan secara terarah guna mencapai tujuan. Sedangkan dalam penelitian ini pengertian dukungan sosial merupakan bentuk kenyamanan, perhatian, dan bantuan yang diterima mahasiswa tingkat akhir dari orang-orang di sekitarnya, seperti keluarga, teman, dan lingkungan sosial, yang berperan dalam

membantu menghadapi tekanan serta meningkatkan kesejahteraan psikologis dan hubungan interpersonal.

## **H. Sistematika Penulisan**

Untuk memudahkan pemahaman dan pengetahuan mengenai pembahasan dalam skripsi ini secara keseluruhan, perlu disajikan sistematika yang berfungsi sebagai kerangka dan panduan penulisan. Berikut adalah sistematika penulisan skripsi ini.

### **1. Bagian awal**

Bagian ini berisi tentang halaman sampul depan, halaman judul, lembar persetujuan, lembar pengesahan, pernyataan keaslian karya, motto, lembar persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar tabel, daftar lampiran, serta abstrak.

### **2. Bagian utama**

Bab I membahas mengenai latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, ruang lingkup penelitian, penegasan variabel serta sistematika penulisan.

Bab II membahas mengenai landasan teori yang mencakup teori yang relevan dengan variabel penelitian, penelitian terdahulu yang relevan, kerangka berpikir, serta hipotesis penelitian (dugaan sementara).

Bab III membahas mengenai metodologi penelitian yang mencakup pendekatan dan jenis penelitian, lokasi penelitian, variabel dan pengukuran, populasi, sampling dan sampel penelitian, instrumen

penelitian, teknik pengumpulan data, analisis data serta tahapan penelitian.

Bab IV membahas mengenai hasil penelitian yang mencakup deskripsi data dari masing-masing variabel penelitian dan hasil pengujian hipotesis.

Bab V membahas mengenai pembahasan penelitian berdasarkan hasil temuan penelitian dan dibandingkan dengan penelitian terdahulu yang relevan mengenai topik serupa.

Bab VI membahas mengenai penutup yang mencakup kesimpulan dan saran.

### **3. Bagian akhir**

Berisi tentang daftar rujukan, lampiran serta daftar riwayat hidup.