

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Skripsi yaitu sebuah persyaratan yang harus diselesaikan untuk mendapatkan gelar strata S-1, lalu untuk menyusun skripsi ini membutuhkan kemampuan afektif dan kognitif.¹ Sehingga mahasiswa dalam proses menyusun skripsi harus bisa menjaga kestabilan mental dan bisa mengontrol motivasi. Pada penelitian Adil & Aurell dijelaskan bahwa terdapat riset nasional yang dilakukan oleh *America University Health Association* terdapat mahasiswa yang berjumlah lebih dari 90.000 dari 117 kampus menunjukkan bahwa mahasiswa semester akhir memiliki perasaan yang sedih, lelah mentalnya, sering putus asa, dan bingung dengan apa yang sedang dilakukan atau bahkan sampai ada yang depresi.² Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi memiliki beban yang berat dalam mengerjakan skripsinya dan memiliki tuntutan supaya segera memiliki gelar starta S-1.

Ada dua faktor yang menjadikan mahasiswa kesulitan dalam menyusun skripsi, yaitu faktor eksternal dan faktor internal.³ Faktor eksternal yang menyebabkan mahasiswa kesulitan dalam menyusun skripsinya adalah mahasiswa kesulitan dalam mencari jurnal atau buku untuk dijadikan

¹ Rahyono, Kiat Menyusun Skripsi di Perguruan Tinggi, (Jakarta: Penaku, 2010)

² Adil & Aurell, Hubungan Antara Dukungan Sosial Keluarga dengan Self Compassion pada Mahasiswa yang sedang Menegerjakan Skripsi, *Skripsi Thesis*, (2022)

³ Prabowo, Kesejahteraan Psikologis Remaja Sekolah, "*Jurnal Ilmiah*" 4, No. 2 (2016), 246-260, doi:<https://doi.org/10.22219/jipt.v4i2.3527>

referensinya, jarang melakukan bimbingan dengan dosen pembimbingnya, lamanya respond yang diberikan oleh dosen pembimbing karena sibuk, dan keterbatasan waktu dan dana saat melakukan penelitian. Sedangkan faktor internal yang menyebabkan mahasiswa sulit untuk menyusun skripsinya adalah kurangnya motivasi atau semangat yang dimilikinya, memiliki anggapan bahwa tugas akhir yang sulit dikerjakan yaitu skripsi, hal ini menyebabkan adanya rasa kurang percaya diri terhadap kemampuan yang dimiliki, tidak dapat memajemen waktu, merasa bahwa mengerjakan skripsi adalah beban sehingga membuat individu malas untuk mengerjakan skripsi, memiliki keterbatasan dalam mengemukakan ide, dan proses revisi berulang-ulang.

Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah memiliki hambatan saat menyusun skripsi. Hambatan tersebut yaitu kesulitan mengatur waktu, sulit melawan rasa malas, dan mudah tergoda dengan ajakan teman untuk ngopi, sehingga waktu untuk mengerjakan skripsinya tertunda. Selain itu, ada juga yang mengalami masalah keluarga, tidak memiliki fasilitas yang memadai seperti laptopnya rusak, dan sering terdistraksi sampai lupa bahwa sedang mengerjakan skripsi. Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah juga sering merasa bingung untuk menentukan topik atau subjek penelitian, kesulitan memahami dan mengikutoi arahan dari dosen pembimbing, serta kesusahan dalam mencari data penelitiannya. Hamabatan-hambatan tersebut menunjukkan bahwa mereka tidak dapat mengontrol dirinya karena mudah tergoda ajakan temannya, tidak dapat keluar dari zona

nyamannya, merasa cemas karena takut tidak bisa menyelesaikan skripsi dengan tepat waktu serta merasa bersalah kepada orang tuanya, stress mengikuti permintaan atau arahan dosen pembimbing, tidak bisa fokus karena ada masalah keluarga, dan kurangnya motivasi yang membuat dirinya kurang semangat. Selain itu terdapat juga mahasiswa yang semangat untuk mengerjakan skripsi karena mendapatkan dukungan dari teman dan keluarganya, dapat fokus dan tenang mengerjakan skripsi di tempat yang sepi seperti perpustakaan dengan mendengarkan musik sholawat, dan memiliki keinginan lulus tepat waktu yang menyebabkan individu menjadi lebih semangat.

Mahasiswa mengalami kesulitan dan tekanan dalam menyusun skripsi mengakibatkan *psychological well-being* yang dimilikinya terganggu.⁴ Ryff mengemukakan bahwa *psychological well-being* adalah kondisi individu yang dapat mencapai potensi yang dimilikinya dan merasakan kebahagiaan, kepuasan hidup, serta bebas dari gejala depresi.⁵ Ryff mengemukakan bahwa terdapat enam aspek penting dalam *psychological well-being* yaitu memiliki tujuan dalam hidup (*pupose in life*), menguasai lingkungan (*environmental mastery*), pribadi yang tumbuh (*personal growth*), mandiri (*auotonomy*), penerimaan dalam diri (*self acceptance*) dan hubungan positif dengan orang

⁴ Aulia & Ria, Kesejahteraan Psikologis dan Tingkat Stress pada Mahasiswa Tingkat Akhir, "Jurnal Keperawatan Jiwa (JKJ) Persatuan Perawat Nasional Indonesia", No. 2 (2019), 127-134. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/view/4980>

⁵ Ryff, Psychological Well-Being in Adult Life, "Current Direcations in Psychological Science" 4, No. 4 (1995), 99-104

lain (*positive relation with others*).⁶ Beberapa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* antara lain dukungan sosial, faktor demografis, *locus of control*, dan evaluasi pengalaman hidup

Berdasarkan penelitian Aini menunjukkan bahwa faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* adalah dukungan sosial.⁷ Adapun presentase kontribusinya adalah 93,1%. Dukungan sosial yang didapatkan oleh subjek dengan kategori tingkat tinggi terdapat pada dukungan sosial dari gurunya dengan presentase 49,9% dan dari keluarganya dengan presentase 47%. Sedangkan *psychological well-being* yang dimiliki subjek dengan kategori yang tinggi terdapat pada aspek hubungan positif dengan orang lain dengan presentase 61,81%, *purpose in life* dengan presentase 58,18%, *environmental mastery* dengan presentase 52,7%, dan *personal growth* dengan presentase 50,90%. Dukungan sosial dari lingkungan sekitar berperan penting dalam meningkatkan *psychological well-being*.⁸ Ketika mahasiswa memiliki *social support* maka *psychological well-being* cenderung meningkat, sehingga penting bagi mahasiswa untuk memiliki *social support*.⁹ Dukungan sosial ini membuat mahasiswa menjadi lebih semangat dalam mengerjakan skripsinya. Mahasiswa yang mengalami peningkatan *psychological well-being* dapat

⁶ Ryff, Happiness is Everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being, "Journal of Personality and Social Psychology" 57, No. 6 (1989), 1069-1081

⁷ Aini, Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being di Pesantren Mambaul Ulum Karang Anom Pamekasan, "Undergraduate Thesis", (2016), Retrieved from <http://etheses.uin-malang.ac.id/3689/>

⁸ Adyani et.al, Perceived Social Support And Psychological Well-Being Among Interstate Students At Malikussaleh University, "Jurnal Ilmiah Psikologi" 3, No. 2 (2018), 98-104, doi:<https://doi.org/10.23917/indigelnous.v3i2.6591>

⁹ Luo et.al, International Students Perceived Language Competence, Domestic Student Support, and Psychological Well-Being at a U.S. University." *Journal of International Students* 9, No. 4 (2019), 954-971, doi: <https://doi.org/10.32674/jis.v0i0.605>

disebabkan karena mendapatkan dukungan sosial.¹⁰ Dukungan sosial yang berupa bantuan materi, perhatian, dan apresiasi, dapat membantu individu untuk menghadapi situasi yang sulit dan meningkatkan kemampuan adaptasinya. *Social support* bertujuan untuk meningkatkan *psychological well-being* individu dengan memberikan bantuan yang berupa memberikan semangat dan perhatian untuk mencegah kecemasan, meningkatkan harga diri, dan mengurangi stress.¹¹ Apabila *psychological well-being* individu akan meningkat jika memiliki *social support* yang tinggi.¹²

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini mencakup:

1. Hambatan mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN SATU yang sedang menyusun skripsi.
2. Kondisi *psychological well-being* mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN SATU saat menyusun skripsi.
3. Dukungan sosial yang dimiliki mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab dan, Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi.

Penelitian ini membahas mengenai pengaruh *social support* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Fakultas Ushuludin, Adab, dan

¹⁰ Eva et.al, Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa dengan Religiusitas sebagai Moderator. “*Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling*” 5, No. 3 (2020), 122-131, doi:<http://dx.doi.org/10.17977/um001v5i32020p122>

¹¹ Johnson, Social support and psychological well-being, (1991)

¹² Ardiani et.al, Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Psychological Well-Being pada Remaja Laki-Laki Berkonflik Hukum. “*Jurnal Ilmiah Multidisiplin*” 2, No. 7 (2024), 673-679, doi:<https://doi.org/10.5281/zenodo.12716147>

Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi, dengan sampel mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini mencakup:

1. Bagaimana pengaruh *social support* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN SATU?
2. Bagaimana tingkat *psychological well-being* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi?
3. Bagaimana tingkat *social support* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh *social support* terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi.
2. Untuk mengetahui tingkat *psychological well-being* pada Mahasiswa Fakultas Ushuluddin, Adab, dan Dakwah UIN SATU yang sedang menyusun skripsi.
3. Untuk mengetahui tingkat *social support* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin Adab Dan Dakwah UIN SATU yang menyusun skripsi.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian secara umum dibagi menjadi dua, yaitu manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis, mengenai pejelannya adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi mengenai pemahaman terkait mekanisme *social support* dalam meningkatkan *psychological well-being*, selain itu dapat dijadikan sebagai landasan teoritis untuk penelitian selanjutnya yang membahas tentang *social support* dan *psychological well-being* pada populasi lain.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini memiliki manfaat praktis yang dapat memberikan informasi mengenai dukungan sosial yang efektif kepada keluarga ataupun teman-teman mahasiswa yang sedang berproses menyusun skripsi, dapat dijadikan sebagai dasar untuk melakukan sebuah edukasi tentang *social support* dan *psychological well-being* bagi mahasiswa maupun yang lainnya.