BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di lingkungan perguruan tinggi, mahasiswa kerap menghadapi berbagai tuntutan yang mempengaruhi proses belajar dan penyelesaian studi. Dalam proses akademiknya, mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan berbagai studi di perguruan tinggi guna mendapatkan gelar sarjana. Selama menjalani pendidikan di perguruan tinggi, mahasiswa terus menetapkan target dan menghadapi berbagai tantangan untuk menyelesaikan studi mereka dengan sukses (Sari & Arjanggi, 2019). Sebagai individu yang menempuh pendidikan di perguruan tinggi, mahasiswa memiliki tanggung jawab selama proses perkuliahan hingga menyelesaikan studinya. Mahasiswa tidak terlepas dari aktivitas belajar dan kewajiban mengerjakan berbagai tugas akademis maupun non-akademis. Oleh karena itu, mereka perlu memanfaatkan waktu yang tersedia sebaik mungkin agar dapat menyelesaikan tugas tepat waktu (Avico & Mujidin, 2014).

Penyelesaian akademik adalah hal yang diharapkan para mahasiswa, karena mereka ingin berhasil dalam pencapaian studinya secara tepat waktu dan dengan nilai yang baik. Ketuntasan akademik merupakan perubahan perilaku yang mencakup peningkatan pengetahuan, perbaikan sikap, serta pengembangan keterampilan yang terjadi setelah seseorang menyelesaikan proses pembelajaran (Pratiwi, 2015). Prestasi akademik mahasiswa mencakup durasi studi, Indeks Prestasi Kumulatif (IPK), serta kemampuan menyelesaikan tugas tepat waktu dengan hasil yang memuaskan merupakan sebuah ketuntasan akademik (Barriyah & Sari, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh Saputra menyatakan bahwa pencapaian akademik yang optimal merupakan prestasi yang diharapkan oleh banyak pihak, tidak hanya mahasiswa itu sendiri, tetapi juga orang tua, dosen, serta institusi perguruan tinggi tempat mahasiswa menjalani pendidikan (Saputra et al., 2013). Pendidikan tinggi merupakan tahap penting dalam pengembangan akademik

dan profesional individu. Namun, proses penyelesaian studi di perguruan tinggi sering kali dihadapkan dengan berbagai tantangan yang dapat mempengaruhi efektivitas mahasiswa dalam menyelesaikan studi mereka seperti adanya tuntutan tugas, dosen, lingkungan sekitar, maupun diri sendiri. Pada kenyataannya, mahasiswa mengalami banyak tantangan dan hambatan dalam menyelesaikan studi yang sedang dijalaninya (Puspitaningrum, 2018).

Banyak mahasiswa yang dalam proses penyelesaian studinya merasa terlalu banyak beban, sehingga menyebabkan mereka mengalami perasaan yang negatif, seperti ketegangan, kecemasan, stres, kebosanan, kurang percaya diri, kehilangan semangat, dan rasa frustrasi. Dalam aspek akademik, tekanan, dan tuntutan yang bersumber dalam kegiatan akademik disebut sebagai stres akademik (Taufik T et al., 2013). Dalam pengertiannya, stres akademik adalah kondisi di mana mahasiswa merasa tidak mampu menghadapi tuntutan akademik dan menganggap tuntutan tersebut sebagai beban yang mengganggu (Merry & Mamahit, 2020). Sudarman (dalam Asni & Sagita, 2019) mengungkapkan mahasiswa sering menghadapi berbagai masalah saat belajar, seperti rasa bosan dan malas, kesulitan mengatur waktu, kurangnya minat terhadap mata kuliah atau dosen tertentu, kendala keuangan, lingkungan pergaulan, tempat tinggal, serta masalah asmara. Permasalahan akademik yang muncul bisa berupa keterlambatan dalam studi, lambat dalam belajar dan berpikir, rendahnya motivasi belajar, kebiasaan buruk dalam belajar, ketidakstabilan emosi, serta kondisi mental dan emosional yang kurang sehat (Abidin, 2009). Selama proses pembelajaran, mahasiswa akan terus menghadapi berbagai tantangan, baik yang berasal dari dalam dirinya maupun dari lingkungan sekitar (Paais, 2017).

Menurut Habeeb dan Koochacki (dalam Ambarwati et al., 2019) secara global, persentase mahasiswa yang mengalami stres akademik berkisar antara 38-71%, sedangkan di Asia berada pada angka 39,6-61,3%. Di Indonesia, penelitian Fitasari menunjukkan bahwa tingkat stres akademik pada mahasiswa berkisar antara 36,7-71,6%. Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 juga mencatat peningkatan gangguan mental emosional sebesar 7% pada penduduk Indonesia berusia ≥15 tahun. Sementara

itu, penelitian di Universitas Muhammadiyah Magelang menemukan bahwa mayoritas mahasiswa (57,4%) mengalami stres akademik pada tingkat sedang, sedangkan 7% mengalami stres berat (Ambarwati et al., 2017).

Permasalahan akademik ini merupakan pengalaman manusiawi yang normal dan umum dikalangan mahasiswa saat mereka mulai beradaptasi dengan lingkungan yang menjadi bagian rutin dalam hidup mereka (Ambarwati et al., 2017). Hal ini juga sejalan dengan wawancara detikJabar pada Rabu (7/9/2022) dengan Limijati Elvine Gunawan, yang merupakan ahli kesehatan jiwa RSIA yang mengatakan bahwa masa transisi usia anak-anak, remaja hingga dewasa yang memiliki sejumlah tanggung jawab sangat rentan mengalami stres, seperti permasalahan keluarga yang menuntut mereka untuk memiliki tanggung jawab sebagai orang dewasa hingga tuntutan akademik. Beberapa faktor yang menyebabkan mahasiswa mengalami stres akademik meliputi ujian, keterampilan belajar, kebiasaan menunda tugas, serta tuntutan akademik yang tinggi (Olejnik dan Holscuch, dalam Sagita et al., 2017). Sejalan dengan wawancara yang dilakukan (Merry & Mamahit, 2020) dengan beberapa mahasiswa perguruan tinggi swasta di Jakarta. Dalam wawancara tersebut, sebagian dari mereka mengaku mengalami gejala stres, seperti kesulitan tidur hingga menjadi perokok, serta merasa bahwa materi perkuliahan terlalu sulit dan berjumlah sangat banyak. Dalam wawancara juga disebutkan bahwa mereka lebih memilih menghindari usaha untuk memahami mata kuliah yang dianggap sulit.

Kecenderungan seseorang dalam menghadapi sebuah hambatan, kesulitan, atau kegagalan dapat terlihat dari sikap yang diambil oleh orang tersebut dengan memilih untuk menyerah dan tidak meneruskan perjuangan untuk mencapai kesuksesan. Sejalan dengan pendapat Siang (2009), hambatan dalam menyelesaikan studi dapat berasal dari dua faktor utama: (1) faktor internal, seperti kurangnya minat atau motivasi dalam diri mahasiswa serta rendahnya kemampuan akademik dalam mengungkapkan ide atau menyelesaikan masalah, dan (2) faktor eksternal, seperti kesulitan memahami materi, keterbatasan akses terhadap literatur atau data, serta berbagai kendala lain yang berasal dari lingkungan luar. Adapula penelitian yang menunjukan hasil

yang signifikan mengenai perilaku malas belajar yang terdiri dari kebiasaan belajar, waktu belajar, dan suasana lingkungan berpengaruh terhadap prestasi belajar mahasiswa (Paais, 2017). Dalam situasi tertentu, mahasiswa membutuhkan bantuan dari orang lain untuk mengatasi masalah akademiknya. Jika tidak ditangani, hal ini dapat memengaruhi motivasi mereka dalam meraih prestasi akademik yang diinginkan serta berdampak pada kondisi psikologis mereka (Paais, 2017). Oleh karena itu, mahasiswa sebagai makhluk sosial yang mempunyai kecenderungan dengan bagaimana mereka dapat berinteraksi, berkumpul, berdiskusi dan semacamnya. Mahasiswa memerlukan pihak lain untuk bertukar pikiran, bermusyawarah, dan menemukan solusi dalam setiap permasalahan. Dalam pencapaiannya tersebut, mahasiswa memerlukan faktor-faktor pendukung untuk mencapai hal-hal tersebut seperti suasana, kenyamanan, dan keamanan yang dalam artian dapat mendukung proses kegiatan mahasiswa.

Dalam konteks ini, dukungan sosial memainkan peran krusial sebagai penguat yang membantu mahasiswa mengatasi berbagai hambatan akademik dan non-akademik. Menurut Sarafino (dalam Hanapi & Agung, 2018) dukungan sosial merujuk pada tindakan memberikan kenyamanan, perhatian, atau penghargaan kepada orang lain. Dukungan sosial dalam ranah akademik meliput bantuan yang diterima mahasiswa dari keluarga, teman, dosen, dan institusi pendidikan itu sendiri. Dalam lingkungan perguruan tinggi, keberadaan lembaga kesejahteraan mahasiswa menjadi salah satu bentuk dukungan sosial yang disediakan untuk membantu mahasiswa dalam menghadapi berbagai permasalahan akademik maupun non-akademik.

Universitas Nasional sendiri memiliki layanan kesejahteraan mahasiswa yang di dalamnya terdapat Badan Konseling Mahasiswa, pelayanan konseling ini senantiasa menyediakan psikolog dari Badan Konseling Universitas Nasional dan biasanya dilakukan secara langsung tatap muka dengan psikolognya di ruangan Badan konseling yang terletak di Lantai 4 blok.1. Universitas Nasional. Adapun cara lain dengan mengakses website resmi Universitas Nasional bagi mahasiswa yang ingin berkonsultasi ataupun bimbingan secara langsung yang disediakan dalam bentuk online. Berikut

program kerja yang dilakukan oleh Badan Konseling Universitas Nasional, diantaranya:

a. Menjaga Kesehatan Mental Mahasiswa dengan memberikan tes kesehatan mental secara berkala, menganalisa hasilnya, dan memberikan laporan ringkasan hasil tes kepada Universitas Nasional dan Mahasiswa
b. Memberikan bantuan psikologis dan memantau kesehatan mental mahasiswa dengan Indeks Prestasi Kumulatif dibawah atau sama dengan 3.0 atau mahasiswa pindah jurusan. Lalu melakukan sesi konseling berkala dua minggu hingga satu bulan untuk melihat perubahan berkala pada mahasiswa.
c. Adanya fasilitas dan pelayanan yang diberikan terhadap mahasiswa penyandang disabilitas.

Layanan Bimbingan Konseling Mahasiswa

Fasilitas dan Pelayanan kepada mahasiswa disabilitas

Gambar 1. 1 Layanan Kesejahteraan Mahasiswa di Universitas Nasional

Sumber www.unas.ac.id

Universitas Nasional sebagai institusi pendidikan tinggi memiliki berbagai program dan layanan yang dirancang untuk mendukung kesejahteraan mahasiswa, baik dalam aspek akademik maupun non-akademik. Berbagai fasilitas seperti layanan bimbingan konseling, pusat karier, serta kegiatan organisasi kemahasiswaan disediakan untuk memastikan mahasiswa dapat

menyelesaikan studi mereka dengan baik. Namun, efektivitas layanan ini tentu bergantung pada sejauh mana mahasiswa merasa terbantu dan terfasilitasi oleh berbagai program yang ditawarkan. Berdasarkan survei yang dilakukan Universitas Nasional mengenai kepuasan mahasiswa terhadap layanan kesejahteraan

Berdasarkan survei yang dilakukan pada Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional periode 2023-2024 terhadap kepuasan mahasiswa terhadap pelayanan di Universitas Nasional. Didapati responden mahasiswa berjumlah 326 orang dari berbagai program studi, diantaranya Sarjana Sosiologi 50 Responden, Sarjana Administrasi Publik 48 responden, Sarjana Ilmu Komunikasi 100 responden, Sarjana Ilmu Politik 48 responden, Sarjana Hubungan Internasional 46 responden, Magister Ilmu Politik 12 orang, Magister Administrasi Publik 12 orang, dan Doktoral Ilmu Politik 10 orang. Ditemukan bahwa survei kepuasan tentang Fisip Universitas Nasional terhadap layanan mahasiswa termasuk bantuan administrasi, konseling, dan fasilitas umum sebanyak 83,2%. Sedangkan pada kategori kinerja dosen dalam menyampaikan materi, memberikan bimbingan, dan respons terhadap pertanyaan mahasiswa didapati sebanyak 55,3% dan dosen memberikan dukungan dalam hal panduan dan bimbingan bagi mahasiswa sebanyak 63,2%. (FISIP, Universitas Nasional)

Hasil survei kepuasan layanan yang dilakukan terhadap 326 mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, ditemukan bahwa masih terdapat kesenjangan antara jumlah mahasiswa yang mendapatkan manfaat dari layanan kampus dengan total mahasiswa aktif Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Nasional. Jumlah responden ini menunjukkan bahwa masih banyak mahasiswa yang belum terjangkau oleh layanan kesejahteraan mahasiswa, baik dalam bentuk bimbingan akademik, konseling, maupun pendampingan lainnya. Ketimpangan ini mengindikasikan bahwa tidak semua mahasiswa memiliki pemahaman dan kesadaran yang cukup mengenai keberadaan serta manfaat dari berbagai layanan yang telah disediakan oleh kampus. Berdasarkan data dari Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDIKTI), menunjukkan bahwa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

jenjang Sarjana S1 pada kisaran tahun 2021-2023 memiliki jumlah mahasiswa terbanyak di Universitas Nasional. Berikut tabel data jumlah mahasiswa Fisip Universitas Nasional periode tahun 2021-2023 yang terdiri dari :

Program Studi	Jumlah Mahasiswa			
	Ganjil 2021/2022	Genap 2021/2022	Ganjil 2022/2023	Genap 2022/2023
Adm. Publik	757	590	663	590
Hub. Internasional	487	469	493	489
Ilmu Komunikasi	2253	2100	2563	2290
Ilmu Politik	287	213	286	255
Sosiologi	461	438	522	484
Jumlah	4245	3810	4527	4108

Tabel 1. 1 Data Jumlah Mahasiswa Aktif Fisip Universitas Nasional Periode tahun 2021/2022 sampai 2022/2023

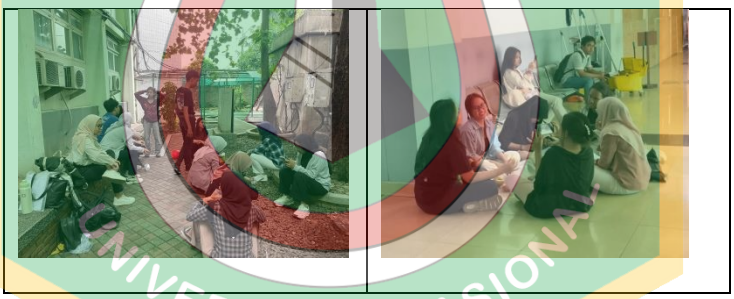
Sumber https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/

Dapat dilihat dengan banyaknya jumlah mahasiswa aktif Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik dan pastinya dengan latar belakang yang beragam, dinamika dukungan sosial antar teman sebaya menjadi semakin kompleks dan menarik untuk diteliti. Karena dengan jumlah tersebut, interaksi sosial dan dukungan antar mahasiswa menjadi aspek penting dalam membantu mereka menjalani kehidupan perkuliahan. Dalam hal ini, peran dukungan sosial teman sebaya menjadi semakin relevan, terutama dalam hal berbagi informasi, memberikan motivasi, serta membantu dalam menyelesaikan berbagai permasalahan akademik maupun non-akademik. Dukungan ini tidak hanya terjadi dalam lingkup pertemanan dekat, tetapi juga dalam kelompok belajar, organisasi mahasiswa, hingga komunitas akademik yang lebih luas.

Menurut Clark & Zimmerman (2014) dalam proses belajar ada faktor dari lingkungan sosial teman sebaya yang mempengaruhi proses belajar mahasiswa. Teman sebaya senantiasa menjadikan individu lebih mampu mengontrol diri dalam proses belajar (Sari & Arjanggi, 2019). Dukungan

sosial dari teman sebaya memiliki peran penting dalam membentuk sikap individu, membimbing mereka menuju pendekatan pembelajaran yang lebih efektif, serta membantu dalam memahami proses belajar di perguruan tinggi (Hafzan et al., 2015).

Berdasarkan hasil pra-observasi yang peneliti telah lakukan di berbagai titik tempat para mahasiswa berkumpul bersama teman-temannya. Mahasiswa sering kali merasa lebih nyaman berbagi pengalaman dan mencari solusi bersama teman sebaya dibandingkan dengan pihak lain, termasuk tenaga profesional di lembaga bimbingan konseling. Hal ini dapat terjadi karena adanya kesamaan pengalaman, tingkat pemahaman yang lebih dekat, serta hubungan yang lebih informal dan fleksibel. Dalam situasi seperti ini, keberadaan dukungan sosial dari teman sebaya menjadi semakin krusial. Teman sebaya dapat berperan sebagai sumber dukungan alternatif yang lebih mudah diakses dan lebih dekat secara emosional, baik dalam memberikan bantuan akademik, berbagi pengalaman, maupun menjadi tempat berbagi keluh kesah.



Gambar 1. 2 Pra-Observasi dengan sekumpulan mahasiswa

Sumber: Dokumentasi Pribadi

Oleh sebab itu, dengan memahami peran dukungan sosial sebagai sumber dukungan emosional dan praktis, serta pemahaman bahwa dukungan sosial dapat berfungsi sebagai pelindung terhadap masalah kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan dengan lebih detail bagaimana elemen-elemen tertentu dari dukungan sosial dapat memberikan manfaat yang signifikan. Dengan demikian, penelitian ini berupaya memahami bagaimana dukungan sosial teman sebaya berperan dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik, baik dalam hal penyelesaian tugas,

menghadapi tekanan studi, maupun menjaga keseimbangan antara kehidupan akademik dan sosial. Melalui penelitian ini, diharapkan dapat ditemukan pola-pola dukungan sosial yang efektif, faktor-faktor yang memengaruhi intensitas dan kualitas dukungan antar mahasiswa, serta bagaimana peran teman sebaya dapat semakin dioptimalkan sebagai salah satu bentuk dukungan sosial yang signifikan dalam lingkungan perguruan tinggi. Hal ini juga penting untuk memberikan wawasan lebih lanjut mengenai bagaimana interaksi sosial mahasiswa dapat berkontribusi terhadap keberhasilan akademik mereka, serta sebagai bahan evaluasi bagi institusi pendidikan tinggi dalam mengembangkan strategi dukungan yang lebih komprehensif bagi mahasiswanya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka peneliti akan merumuskan pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Apa saja bentuk dukungan sosial yang diterima mahasiswa dari teman sebaya dalam menghadapi tantangan studi di perguruan tinggi?
2. Sejauh mana dukungan sosial teman sebaya berkontribusi terhadap penyelesaian masalah akademik mahasiswa?
3. Apa saja faktor-faktor yang medukung keberadaan dan efektivitas dukungan sosial di antara teman sebaya di lingkungan kampus?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi bentuk-bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh teman sebaya.
2. Menganalisis bagaimana dukungan sosial teman sebaya dapat berkontribusi terhadap penyelesaian masalah akademik mahasiswa dalam studi di perguruan tinggi.
3. Menilai faktor-faktor yang dapat membentuk tingkat dukungan sosial antar teman sebaya di lingkungan kampus.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini dapat memberikan bantuan pemahaman maupun perkembangan ilmu sosial dalam memahami peran dukungan sosial dalam ranah akademik, terutama dukungan sosial yang diberikan antar teman sebaya sebagai faktor pendukung dalam aktivitas akademik guna menyelesaikan studi. Dengan memahami lebih dalam tentang bagaimana dukungan sosial mempengaruhi keberhasilan akademik, diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berharga bagi para pendidik, pembuat kebijakan, dan pihak-pihak terkait dalam menciptakan lingkungan akademik yang suportif agar terbentuk suasana belajar yang positif, meningkatkan motivasi bagi kesuksesan mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

   - Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dengan menjadi media baca dan pembelajaran bagi para pembaca mengenai dukungan sosial yang diberikan teman sebaya dalam ranah akademik.
   - Menjadi acuan bagi pihak universitas dalam merancang program-program yang mendukung interaksi sosial dan kolaborasi antar mahasiswa.
   - Menyediakan informasi bagi peneliti selanjutnya mengenai aspek sosial dalam pendidikan tinggi.

1.5 Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi dapat dibagi menjadi 3 (Tiga) bagian dan terdiri dari 5 (lima) bab dan setiap bab tersebut memiliki sub-bab yang berbeda-beda untuk menjelaskan tentang topik penelitian.

1. **Bagian Muka**

   Pada bagian ini berisikan cover skripsi yang memuat, logo Universitas Nasional, judul penelitian, serta memuat identitas peneliti sesuai dengan panduan dan kebijakan kampus. Dalam

halaman berikutnya berisi seluruh kebutuhan adminstrasi skripsi dan juga daftar isi, daftar tabel, dan daftar lampiran.

2. **Bagian Isi**

   a. **BAB I PENDAHULUAN**

      Bab ini berisikan pengantar dan menjadi awal dari pembahasan pada skripsi ini. Pada bagian pendahuluan ini, skripsi yang peneliti buat terdiri atas lima sub-bab diantaranya, yaitu latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, kegunaan penelitian, dan sistematika penulisan.

   b. **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

      Bab ini berisikan mengena penelitian terdahulu yang membahas seputar penelitian ini, definisi konseptual dan kerangka teori yang menggunakan teori Dukungan Sosial yang dikemukakan oleh Sheldon Cohen, serta yang terakhir ialah kerangka pemikiran.

   c. **BAB III METODELOGI PENELITIAN**

      Bab ini menjelaskan uraian mengenai metode penelitian yang digunakan, diantaranya metode dan jenis penelitian, teknik pengumpulan data, teknik pengolahan data serta analisis data yang dilakukan oleh peneliti.

   d. **BAB IV HASIL PENELITIAN**

      Bab ini memuat luaran penelitian yang diperoleh berdasarkan perumusan masalah dan pemaparan hasil penelitian yang telah ditemukan di lapangan serta pembahasan mengenai data yang sudah didapat. Selain itu, bab ini memberikan deskripsi hasil wawancara dengan informan sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan dalam proses penelitian.

   e. **BAB V PENUTUP**

      Bagian ini merupakan bagian penutup pada penelitian yang didalamnya memuat kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dikaji sebelumnya serta adanya saran dari peneliti sebagai bahan evaluasi.

UNIVERSITAS NASIONAL

3. **Bagian Akhir**

   a. **DAFTAR PUSTAKA**

      Daftar Pustaka merinci bahan bacaan yang dijadikan rujukan dalami penelitian dan penyusunan skripsi. Di dalamnya dapat mencakup referensi dari buku, jurnal, hasil penelitian, artikel, berita, dan sumber-sumber lain yang digunakan dalam penelitian.

   b. **LAMPIRAN**

      Lampiran mengandung informasi dan keterangan yang diperlukan selama pelaksanaan penelitian, seperti pedoman wawancara, transkrip wawancara, dokumentasi, dan data lain yang dapat melengkapi isi skripsi

UNIVERSITAS NASIONAL