

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia berperan sebagai subjek pembangunan yang harus dikembangkan potensinya agar tercipta subjek pembangunan yang berkualitas. Aspek penting dalam subjek pembangunan adalah pendidikan, salah satunya di tingkat perguruan tinggi. Dimana sarana komponennya saling berinteraksi dalam menunjang sistem pendidikan mahasiswa. Dalam pembelajarannya, mahasiswa harus mampu belajar sendiri serta dapat menganalisis permasalahan yang terjadi di kegiatan pembelajaran. Karena mahasiswa didominasi oleh individu fase dewasa awal, yang merupakan transisi dari masa remaja menuju masa dewasa dengan rentang usia antara 18 hingga 25 tahun. Pada masa ini dianggap badai topan, karena adanya keinginan untuk menentukan pilihan ataupun keinginan masing-masing. Jika hal ini dapat berjalan dengan lancar dan terarah sesuai rencana yang telah ditentukan akan membuat individu menjadi seseorang yang bertanggung jawab, tetapi jika hal tersebut tidak berjalan serta tidak terarah dengan baik bisa menyebabkan konflik atau tekanan tersendiri bagi individu.¹

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nur Etika dan Wilda Fasim Hasibuan menunjukkan adanya beberapa tekanan atau masalah yang dihadapi mahasiswa ketika mengerjakan tugas perkuliahan ataupun skripsi, seperti kesulitan dalam menentukan judul, kurangnya referensi serta rendahnya motivasi dalam pengerjaan tugas ataupun skripsi, dan bagi mahasiswa yang bekerja akan menimbulkan kelelahan juga sulitnya membagi waktu antara perkuliahan dan pekerjaan.² Selain itu, berdasarkan penelitian Hapsari dalam Syakira Alfiani, dkk menunjukkan bahwa sebanyak 45,3% mahasiswa tingkat akhir mengalami stres saat mengerjakan skripsi, stres juga dapat menurunkan motivasi dan mengurangi

¹ Mulyadi,dkk, “Penerapan Teknik Manajemen Diri dapat Mengurangi Kebiasaan Prokrastinasi Akademik Mahasiswa STKIP Muhammadiyah Enrekang, *EDUMASPUL: Jurnal Pendidikan*, Vol. 1, No. 2 Oktober 2017, hlm 93.

² Nur Etika dan Wilda Fasim Hasibuan, “Deskripsi Masalah Yang Sedang Menyelesaikan Skripsi, *Jurnal KOPASTA*: 3, no. 1, 2016, hlm 42-44.

konsentrasi sehingga dapat mengganggu dalam penyelesaian skripsi.³

Kekurangmampuan mahasiswa untuk menyelesaikan perkuliahan tepat waktu, dipengaruhi oleh faktor emosional, psikologis, dan sosial mahasiswa yang berkaitan dengan kemampuan berupaya untuk mengatasi dan menyelesaikan skripsi yang dihadapinya. Perjuangan dalam menyusun skripsi tidaklah mudah seperti mengerjakan sebuah laporan dari salah satu mata kuliah. Dalam mengerjakan skripsi dibutuhkan kemauan atau niat, motivasi dan semangat belajar yang tinggi, kerja keras serta membutuhkan dukungan atau semangat dari orang-orang terdekat seperti keluarga teman dan lain sebagainya. Ada berbagai upaya yang dilakukan oleh mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi, antara lain memilih jalan pintas melalui biro jasa skripsi, menjalani bimbingan intensif secara terjadwal, tetapi ada beberapa juga yang tidak bertahan lama dalam menjalani bimbingan hingga akhirnya menambah atau mengambil cuti beberapa semester karena merasa belum siap dan bahkan ada menyibukkan diri dengan cara bekerja.⁴

Apabila mahasiswa tingkat akhir tidak mampu menghadapi ataupun mengatasi berbagai tekanan tersebut akan mudah mengalami kecemasan hingga stres. Mahasiswa yang dapat mengatasi stres akan lebih mudah dalam proses belajar. Shankland, dkk dalam Elsavina Risky, Zulharman dan Devi Risma berpendapat bahwa “mahasiswa yang mampu mengatasi berbagai tuntutan sebagai mahasiswa di perguruan tinggi menunjukkan rendahnya rasa cemas, kepuasan hidup yang lebih besar, dan prestasi akademik yang lebih baik”.⁵ Untuk mengatasi hal tersebut, mahasiswa perlu memiliki strategi coping. Strategi coping sendiri merupakan upaya yang dilakukan individu secara sadar dan terencana untuk mengatasi stres yang dihadapi. Dan setiap individu memiliki caranya masing-

³ Syakrina Alfirani Abdullah,dkk, “Perfeksionisme dan Strategi Coping: Studi pada Mahasiswa Tingkat Akhir”, *MEDIAPSI* 3, no. 1(2017): 10.

⁴ Sulis Mariyanti dan Yosepin Karnawati, Model Strategi Coping Penyelesaian Studi sebagai Efek Stresor serta Implikasinya terhdap Waktu Penyelesaian Studi Mahasiswa Universitas Esa Unggul: Studi pada Mahasiswa Universitas Esa Unggul yang telah Menyelesaikan Skripsi, *Seminar Psikologi dan Kemanusiaan*, 379.

⁵ Elsavina Rizky, Zulharman, dan Devi Risma, Hubungan Efikasi Diri Dengan Coping Stres Pada Mahasiswa Angkatan 2012 Fakultas Kedokteran Universitas Riau, *JOM FK* 1, no. 2 (2014): 2.

masing dalam melakukan strategi coping untuk menghadapi tekanan ataupun konflik.⁶

Contoh lain seperti yang dipublikasikan oleh KOMPAS pada tanggal 12 Juli 2020 mengenai seorang mahasiswa di Samarinda, diduga gantung diri karena depresi kuliah 7 tahun tak kunjung lulus dan skripsi selalu ditolak dosen pembimbing.⁷ Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa tersebut menggunakan strategi coping berpusat emosi yang cenderung negatif dengan melakukan penghindaran dalam menghadapi masalah.

Data tersebut memiliki arti bahwa strategi coping memiliki faktor yang berbeda antar individu, karena salah satu faktor yang mempengaruhinya adalah tipe kepribadian. Pada penelitian ini, tipe kepribadian difokuskan pada dua tipe kepribadian yaitu tipe kepribadian ekstrovert dan tipe kepribadian introvert. Kepribadian menurut Eysenck merupakan keseluruhan pola tingkah laku aktual maupun potensial dari organisme yang ditentukan oleh keturunan dan lingkungan. Menurut Jung, terdapat berbagai tipe kepribadian yang terbentuk dalam dua sikap yaitu, ekstrovert dan introvert. Tipe kepribadian ekstrovert merupakan individu yang dipengaruhi oleh dunia objektif atau dunia di luar dirinya yang orientasinya tertuju pada pemikiran, perasaan, serta tindakannya dipengaruhi oleh dunia luar atau lingkungan. Sedangkan tipe kepribadian introvert merupakan individu yang dipengaruhi oleh dunia subjektif atau dunia di dalam dirinya sendiri yang memiliki orientasi tertuju ke dalam baik pikiran, perasaan, ataupun penyesuaian diri dengan lingkungan luar yang kurang baik, cenderung memiliki jiwa tertutup, kesulitan dalam bergaul serta tidak terlalu pandai untuk berkomunikasi dengan orang lain.⁸

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saadu pada 240 mahasiswa Kwara State University, sebanyak 53% atau sebanyak 127 subjek dalam menghadapi stres akademik

⁶ Ema Hidayati, "Strategi Coping Stres Perempuan dengan HIV/AIDS", *SAWA: Jurnal Studi Gender*, 9, No. 1 Oktober 2013, hlm 94.

⁷ Zakaria Demon, "Mahasiswa Gantung Diri di Samarinda, Diduga Depresi Kuliah 7 Tahun Tak Lulus, Skripsi sering Ditolak Dosen, tanggal 12 Juli 2020 <https://regional.kompas.com/read/2020/07/12/1912501/mahasiswa-gantung-diri-di-samarinda-diduga-depresi-kuliah-7-tahun-tak-lulus>

⁸ Putri Puspitasari Ika dan Sapto Irawan, "Hubungan Antara Tipe Kepribadian dengan Interaksi Sosial Karang Taruna Dukuh Klarisan Kelurahan Tanduk Kecamatan Ampel Kabupaten Boyolali", *Jurnal Mimbar Ilmu* 24, no. 1 (2019): 90.

menggunakan *problem focused coping* dan 47% atau sebanyak 113 subjek lainnya dalam menghadapi stres akademik menggunakan *emotion focused coping*. Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa tipe kepribadian A yang menggunakan *problem focused coping* dengan karakter yang agresif dan tidak sabaran, cenderung memiliki prestasi akademik jika dibandingkan dengan mahasiswa yang menggunakan *emotion focused coping*. Karena mahasiswa yang menggunakan *problem focused coping* cenderung percaya diri akan kemampuan belajarnya, memiliki sifat gigih, tegas dan mampu mengendalikan dirinya dalam situasi stres.⁹

Hal ini sesuai dengan kondisi yang dialami mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018 IAIN Kudus. Bimbingan Konseling Islam atau BKI merupakan salah satu program studi di fakultas Dakwah dan Komunikasi Islam IAIN Kudus. Mahasiswa Bimbingan Konseling Islam angkatan 2018, tergolong mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Ada beberapa kondisi yang dialami oleh mahasiswa BKI 2018, yaitu kesulitan dalam menentukan judul, motivasi yang rendah dalam mengerjakan skripsi, sulit membagi waktu antara perkuliahan dan pekerjaan untuk mahasiswa yang bekerja. Kondisi tersebut dapat memberikan dampak positif dan negatif bagi mahasiswa.

Adapun dampak negatif yang ditimbulkan, seperti yang dipaparkan oleh dua mahasiswa BKI angkatan 2018, yaitu menghambat segala aktivitas karena selalu terpikirkan mengenai skripsi, bahkan di alam bawah sadar pun masih dihantui oleh skripsi, dan hal tersebut membuat hidup terasa tidak tenang.¹⁰ Sedangkan dampak positifnya yaitu menjadikan individu yang produktif, bahkan saat tidak sengaja bertemu dengan teman atau saat “nongkrong” pun akan berdiskusi soal skripsi, dapat mengingat kembali materi yang sudah terlupakan, mendapatkan uang saku khususnya bagi mahasiswa rantau, menambah relasi serta wawasan dari adanya kegiatan penelitian.¹¹

⁹ Usman Tunde Saadu dan Adedayo Adesokan, “Personality Types and Coping Strategies as Correlates of Student’s Academic Achievement”, *Journal of Educational and Social Research* 3, no. 5 (2013): 22, terj. by google translate.

¹⁰ Hasil wawancara dengan CAW dan NNA pada tanggal 21 September 2021.

¹¹ Hasil wawancara dengan AH dan EU pada tanggal 21 September 2021.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa dua mahasiswa Bimbingan Konseling Islam dalam menghadapi stres ketika mengerjakan skripsi ada yang mencari dukungan sosial dengan cara berdiskusi dan ada juga yang melakukan penghindaran dengan cara melakukan hal-hal yang disukai, seperti “nongkrong”, bepergian ke tempat yang disukai, dan mengistirahatkan fisik juga pikiran.¹² Hasil wawancara tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki strategi coping yang berbeda antara satu dengan yang lainnya, dimana mahasiswa yang mencari dukungan sosial termasuk dalam strategi coping berfokus pada masalah, sedangkan yang melakukan penghindaran dengan cara bepergian ke tempat yang disukai termasuk dalam strategi coping yang berpusat pada emosi. Hal ini sesuai dengan pendapat Lazarus dan Folkman dalam Nadhilla Safitri dan Marsilia Arianti, strategi coping dibedakan menjadi dua yaitu strategi yang berpusat pada masalah (*problem focussed coping*), atau yang biasa disebut dengan strategi kognitif, yakni dimana individu mengambil tindakan untuk mengatasi masalahnya melalui berpikir logis serta berusaha memecahkan masalah dengan curhat dan mengambil pelajaran dari proses perenungan. Sedangkan strategi coping yang berpusat pada emosi (*emotion focussed coping*) merupakan strategi pemberian respon secara emosional. Individu dengan strategi ini merupakan bentuk usaha yang dilakukan untuk mengurangi emosi negatif dengan cara menghindari masalah, penyalahan diri (*self blaming*), dan penyesalan diri.¹³

Reaksi terhadap stres yang ditunjukkan tiap mahasiswa satu dengan yang lain berbeda, hal disebabkan oleh faktor tipe kepribadian. Kecenderungan tipe kepribadian yang dimiliki tiap mahasiswa mempengaruhi respon dalam menghadapi tekanan atau situasi yang menyebabkan stres. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Cut Metia terhadap remaja wanita di SMA Nurul Azizi Medan memilih strategi coping dalam bentuk *problem focused coping* yang lebih baik dalam mengatasi masalah bentuk tubuh yang di hadapi tipe kepribadian ekstrovert. Dari penelitian ini menunjukkan bahwa tipe kepribadian mempengaruhi pemilihan strategi coping yang terlihat bahwa tipe kepribadian ekstrovert dengan karakteristik optimis, memiliki banyak teman, mampu

¹² Hasil wawancara pra-penelitian dengan ASKR dan SA pada tanggal 21 September 2021.

¹³ Nadhilla Safitri dan Marsilia Arianti, Bentuk Pertahanan Diri dan Strategi Coping Mahasiswa Korban Kekerasan Dalam Pacaran, *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia* 4, no. 1 (2019), 13.

beradaptasi dengan lingkungan, memiliki pandangan yang positif terhadap stres, serta memiliki sifat yang agresif dan tidak mampu mengontrol emosi, cenderung menggunakan strategi coping *problem focused coping* karena memiliki penekanan terhadap dukungan sosial serta memiliki pemikiran yang positif terhadap situasi yang menimbulkan stres. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Taylor bahwa kepribadian optimistik dapat dihubungkan dengan kecenderungan penggunaan strategi coping *problem focused coping* yang mempertimbangkan dukungan sosial serta penekanan pada pandangan positif terhadap kondisi yang dapat menimbulkan stres tersebut.

Sedangkan tipe kepribadian introvert pada remaja wanita di SMA Nurul Azizi Medan, memiliki karakteristik lebih tertutup, suka menyendiri, pemalu, mawas diri, serta sebelum membuat rencana sebelum dilaksanakan, sebelum melangkah ia akan melihat dan memikirkannya terlebih dahulu, dan memiliki sikap curiga. Sikap tersebut cenderung menggunakan strategi coping *emotion focused coping* karena memiliki kecemasan serta perasaan pesimis akan dirinya sendiri serta dalam mengatasi permasalahan cenderung menghindari tekanan. Hal ini sesuai dengan pendapat Tanumidjojo yang mengemukakan bahwa individu dengan kepribadian yang memiliki kepuasan tersendiri akan dirinya sendiri, mudah dituntun, memiliki fungsi ego yang lemah. Ataupun individu yang memiliki kecemasan akan dirinya sendiri, memiliki ego yang kuat, namun cenderung melakukan penghindaran dari tekanan cenderung menggunakan *emotion focused coping*.¹⁴

Berdasarkan uraian dari penelitian terdahulu diatas menunjukkan bahwa strategi coping sangat penting bagi mahasiswa tingkat akhir (mahasiswa BKI angkatan 2018 IAIN Kudus) yang sedang mengerjakan skripsi, karena dapat membantu mengatasi dan mengendalikan situasi atau masalah yang dialami dan dianggap sebagai hambatan atau ancaman yang bersifat merugikan selama pengerjaan skripsi. Melihat fakta-fakta dengan teori dan penelitian yang ada, maka peneliti ingin mengkolerasikan antara variabel tipe kepribadian dan strategi coping. Sehingga muncullah pembahasan dengan judul “Hubungan Tipe Kepribadian dengan Strategi Coping pada Mahasiswa”.

¹⁴ Cut Metia, “Strategi Coping terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau dari Tipe Kepribadian pada Remaja Wanita”, *PERSONIFIKASI*, no. 2, (2012): 47.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini, sebagai berikut:

1. Bagaimana tipe kepribadian pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus ?
2. Bagaimana strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus?
3. Adakah hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui tipe kepribadian yang dimiliki oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus.
2. Mengetahui strategi coping yang dilakukan oleh mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus.
3. Mengetahui hubungan antara tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa Bimbingan Konseling Islam Angkatan 2018 IAIN Kudus.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat atau kegunaan sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Lembaga pendidikan, diharapkan dapat menambah khasanah keilmuan bimbingan konseling islam yang berkaitan dengan tipe kepribadian dan strategi coping.
- b. Mahasiswa, diharapkan dapat menambah wawasan mengenai tipe kepribadian dan strategi coping.
- c. Peneliti, memberikan pengetahuan baru serta menambah wawasan mengenai, hubungan tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Lembaga pendidikan, diharapkan dapat memberikan sumbangsih pemikiran bahwa tipe kepribadian mahasiswa mempengaruhi strategi coping yang dilakukan mahasiswa untuk menghadapi tekanan atau masalah.

- b. Mahasiswa, diharapkan dapat menjadi bacaan dan acuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas atau penelitian yang akan dilakukan.
- c. Peneliti, sebagai upaya pengembangan keilmuan tentang ke-BKI-an yang mengenai hubungan tipe kepribadian dengan strategi coping pada mahasiswa.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika pendahuluan dimaksudkan untuk mempermudah dalam memahami isi skripsi. Adapun sistematika penulisan dalam skripsi, yaitu:

1. Bagian awal terdiri dari halaman judul, pengesahan majelis penguji ujian munaqosyah, pernyataan keaslian skripsi, abstrak, motto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar Tabel, dan tabel gambar.
2. Bagian isi terdiri dari lima bab, dimana satu bab dengan bab yang lainnya saling berhubungan karena merupakan satu kesatuan yang utuh, lima bab tersebut sebagai berikut:

BAB I Pendahuluan

Bab ini berisi latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penelitian.

BAB II Landasan Teori

Bab ini mengulas tentang deskripsi teori, penelitian terdahulu, kerangka berpikir, dan hipotesis.

BAB III Metode Penelitian

Bab ini menjelaskan tentang jenis dan pendekatan yang digunakan dalam penelitian, *setting* penelitian, populasi dan sampel, desain dan definisi operasional variabel, teknik pengumpulan data dan analisis data.

BAB IV Hasil Penelitian dan Pembahasan

Bab ini menjelaskan tentang hasil penelitian yang berupa gambaran objek penelitian, analisis data yang berupa uji validitas, uji reabilitas, uji pra syarat dan uji hipotesis, serta pembahasan.

BAB V Penutup

Bab ini menjelaskan mengenai simpulan dan saran-saran

3. Bagian akhir meliputi daftar pustaka, daftar riwayat hidup dan lampiran-lampiran.