

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Merebaknya virus Covid-19 di Indonesia menyebabkan beragam dampak yang dirasakan dalam berbagai bidang kehidupan. Virus corona atau dikenal juga *Severe Acute respiratory Syndrome Coronavirus* (COVID-19) adalah virus yang menyerang sistem pernapasan. Virus ini mulanya diidentifikasi di Wuhan, Tiongkok pada bulan Desember tahun 2019 dan mewabah ke sebagian besar wilayah negara didunia secara masif. Adapun individu yang terserang virus Covid-19 ini ditandai dengan adanya flu, pneumonia, gagal ginjal, sesak napas, sindrom pernapasan akut, batuk, demam diatas 38°C dan sakit atau panas ditenggorokan. Virus ini menyerang segala jenis lapisan usia dan masyarakat, baik bayi, anak-anak, remaja, dewasa, hingga lansia.

Virus corona menyebar dengan sangat cepat dan masif. Menurut WHO dalam laporan ilmiah yang berjudul *Route Of Transmission*, virus Covid-19 menyebar melalui tetesan air liur (*droplets*) atau muntah (*fomites*), atau pernah kontak dekat dengan individu terjangkit virus tanpa adanya pelindung. Transmisi virus Covid-19 terjadi antara yang telah terinfeksi dengan orang tanpa patogen penyakit. Indonesia merupakan salah satu negara dengan tingkat penyebaran virus Covid-19 yang lumayan tinggi. Hal ini menyebabkan pemerintah mengeluarkan beberapa kebijakan seperti *phsycal* dan *social distancing*, *work from home*, Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM), hingga memberlakukan program vaksinasi untuk menekan penyebaran virus mematikan tersebut.

Kondisi ini dirasakan pula oleh mahasiswa yang berada di perguruan tinggi. Seluruh kampus yang ada di Indonesia melaksanakan kebijakan berupa adanya alternatif pembelajaran secara daring. Selain itu, pelaksanaan wisuda yang dijadwalkan pada semester genap periode 2019/2020 harus

diundur atau tetap melaksanakan wisuda namun berupa wisuda secara daring. Bahkan, kebijakan *study at home* yang diterapkan oleh perguruan tinggi memiliki dampak tersendiri bagi mahasiswa semester akhir yang harus menyusun skripsi ditengah situasi pandemi. Mahasiswa mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi pada pandemi Covid-19, kesulitan tersebut diantaranya dilihat dari empat aspek yaitu sulitnya mencari literatur referensi, kesulitan dalam mengambil data, sulitnya dalam proses bimbingan, dan kesulitan dalam proses ujian skripsi.

Berdasarkan studi terdahulu yang dilakukan oleh Ernaningsih Diah Ayu dalam tulisannya yang berjudul “Analisis Kesulitan Mahasiswa Program Pendidikan Biologi FKIP UMS Dalam Penulisan Skripsi Selama Pandemi Covid-19 Tahun Akademik 2019/2020”, ditemukan bahwa mahasiswa Pendidikan Biologi FKIP UMS dalam proses menulis skripsi selama masa pandemi COVID-19 tahun 2019/2020 mengalami beberapa kesulitan. Mahasiswa dengan presentase 78,9% mengalami kesulitan pada proses ujian, 74,5% mahasiswa kesulitan dalam proses bimbingan, 69,67% dalam pengambilan data, dan sebanyak 68,86% dalam pencarian literatur. Senada dengan penelitian tersebut, Yasinta Kurnia Kusumaningrum dalam tulisannya yang berjudul “Pengaruh Resiliensi Terhadap *Subjective Well-Being* Pada Mahasiswa yang Sedang Mengerjakan Skripsi Ditengah Pandemi Covid-19”, menemukan bahwa mahasiswa semester akhir yang menyusun skripsi dimasa pandemi mengalami beberapa hambatan. Hambatan yang dialami dalam situasi pandemi antara lain adalah untuk jenis skripsi dengan tipe eksperimental, mahasiswa kesulitan dalam mendapatkan data primer atau sekunder. Selain itu, mahasiswa juga tidak bisa melakukan penelitian secara langsung karena objek penelitiannya terpaksa tutup, dan kesulitan mencari referensi. Meskipun referensi tersebut bisa didapatkan secara daring, namun timbul hambatan lain dimana tidak semua referensi yang relevan tersedia secara daring.

Selain itu, dalam penelitian tersebut juga ditemukan bahwa bimbingan daring dirasa kurang efektif karena terkendala oleh terbatasnya waktu dan

terjadi miskomunikasi karena sulit memahami koreksian dosen pembimbing hanya lewat pesan teks saja. Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditengah pandemi ini juga merasa bosan dengan kegiatan dirumah saja karena membuat mahasiswa yang mengerjakan skripsi di rumah sulit megembangkan inspirainya, kurang memadainya jaringan dan kuota internet bagi beberapa mahasiswa, bahkan ada beberapa universitas sengaja menunda penyusunan skripsi karena pandemi Covid-19 dan baru akan dilanjutkan pada semester selanjutnya. Bahkan, jika proses pengerjaan skripsi tersebut ditunda pada semester selanjutnya, maka hal tersebut menimbulkan hambatan baru bagi mahasiswa semester akhir yang harus mengeluarkan biaya pembayaran uang kuliah ekstra ditengah perekonomian yang mulai melemah.

Hambatan lainnya berkenaan dengan dampak Covid-19 yang dirasakan oleh mahasiswa semester akhir yang sedang menyusun skripsi, dapat diidentifikasi dari petisi online yang ditujukan kepada Majelis Rektor Perguruan Tinggi Negeri Indonesia serta Nadiem Makarim selaku Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Indonesia. Petisi tersebut diunggah pada Maret 2020 disitus [change.org](https://www.change.org) yang ditulis oleh mahasiswa dan telah ditandatangani oleh ribuan mahasiswa lainnya. Dari petisi tersebut, dapat dinilai bahwa dampak Covid-19 terhadap kesulitan proses penyusunan skripsi juga dirasakan oleh hampir lima puluh ribu mahasiswa yang menandatangani petisi tersebut. Salah satu tuntutan adalah mahasiswa mendesak pemerintah untuk membuat suatu kebijakan agar mengganti sistem penyelesaian skripsi, sehingga mahasiswa masih tetap bisa menyelesaikan tugas akhirnya tanpa harus menunda hingga semester selanjutnya.

Beragam dampak pandemi berupa hambatan yang dirasakan oleh mahasiswa tersebut, dapat menimbulkan stres. Stres merupakan respon fisik atau psikis sebagai akibat dari tekanan-tekanan atau ketidaksesuaian antara tuntutan yang diterima dengan kemampuan yang dimiliki. Jika dikaitkan dengan problematika yang timbul sepanjang kebijakan pelaksanaan *psysical distancing* dan perkuliahan daring diperguruan tinggi, maka stres pada mahasiswa dapat terlihat dari respon fisik atau psikis akibat mengalami

kebingungan untuk mencari jalan keluar menyelesaikan skripsi dengan segala keterbatasan yang ada. Sementara itu, mahasiswa yang sedang menyusun skripsi pada saat situasi pandemi juga mengalami perasaan dilematis, dimana mereka memiliki tuntutan untuk lulus tepat waktu, namun kondisi penelitian dilapangan tidak mendukung dan terbatas untuk menyelesaikan skripsi dengan cepat.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan terhadap mahasiswa BKI semester akhir tahun akademik 2017 yang sedang dalam proses mengerjakan skripsi, beberapa mahasiswa mengalami kesulitan dan perasaan tidak nyaman dalam mengerjakan skripsi dimasa pandemi. Mereka merasa gelisah ketika memikirkan jalan keluar untuk menyelesaikan skripsi ditengah pandemi, mengalami kebingungan dalam menyusun sistematika penulisan skripsi karena tidak dapat berkonsultasi dengan dosen pembimbing secara langsung, dan bagi beberapa mahasiswa rantau yang sedang berada didaerah asalnya terkadang kesulitan mendapat sinyal untuk mencari referensi secara online. Tidak adanya interaksi akademik secara langsung juga menyebabkan motivasi mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi menjadi berkurang.

Ketika individu menerima suatu beban seperti tugas akhir dan mereka tidak merasa yakin bisa menyelesaikannya, maka hal tersebut dapat memunculkan tekanan pada individu yang mengalaminya. Tidak terkecuali mahasiswa yang sedang menyusun skripsi ditengah pandemi. Kondisi pandemi yang menyebabkan segala hal berkaitan dengan proses penyusunan skripsi terbatas, sangat mungkin dapat menyebabkan mahasiswa menjadi tertekan secara mental dan menyebabkan stres. Namun, masing-masing individu memiliki kemampuan untuk mengatur diri sendiri untuk mengatasi hambatan yang dihadapinya.

Keyakinan seorang individu akan kompetensinya atas kapasitas beban yang diberikan, mencapai tujuan dan mengatasi sebuah hambatan disebut sebagai efikasi diri. Menurut Bandura (dalam Zulkaidah, 2007) efikasi diri merupakan keyakinan seseorang akan kemampuan atau kompetensi yang dimilikinya untuk mengorganisasi dan melakukan berbagai tindakan yang

diperlukan dalam mencapai tingkat kinerja tertentu. Dalam perspektif Islam, manusia harus yakin akan kemampuannya dapat mengatasi kesulitan, sebab Allah SWT telah menegaskan dalam Al-Qur'an bahwa setiap manusia tidak akan diberikan ujian melainkan sesuai dengan kemampuannya. Allah SWT berfirman dalam Q.S Al-Baqarah ayat 286:

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۗ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ ۗ وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۗ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ الْكَافِرِينَ

Artinya:

“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Dia mendapat pahala (dari kebajikan) yang dikerjakannya dan dia mendapat siksa (dari kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa), “Ya Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami melakukan kesalahan. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani orang-orang sebelum kami. Ya Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya. Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami, maka tolonglah kami menghadapi orang-orang kafir.”

Ayat tersebut jelas menyatakan bahwa setiap orang akan mendapatkan pahala dan siksaan atas segala perbuatan baik dan buruknya. Selain itu, ayat diatas dapat disimpulkan bahwa setiap orang hendaknya harus yakin akan kemampuan yang ia miliki dalam menghadapi kesulitan yang dialami. Karena, Allah SWT tidak akan membebani kesulitan bagi seseorang yang diatas kemampuannya. Dalam kaitannya dengan efikasi diri bagi mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi di masa pandemi, mahasiswa harus senantiasa berfikir positif bahwa kesulitan yang dialami selama menyusun skripsi dapat

dihadapi karena kesulitan tersebut masih sesuai dengan kemampuannya. Mahasiswa hendaknya bersikap optimis dan yakin akan kemampuan dirinya dalam menghadapi masalah, sebab Allah SWT telah menegaskan bahwa semua umat-Nya pasti dapat menghadapi segala permasalahan dalam kehidupannya.

Dengan memupuk sikap optimis dan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri tersebut dapat menjadi salah satu cara untuk menyeimbangkan antara hambatan yang dihadapi mahasiswa penyusun skripsi dimasa pandemi dan hasil yang maksimal. Sehingga, akan muncul motivasi dan semangat untuk menyelesaikan skripsi tepat waktu. Efikasi diri menjadi faktor yang cukup penting agar tingkat stres mahasiswa tidak terlalu tinggi dalam menghadapi keterbatasan dan kesulitan dalam menyusun skripsi dimasa pandemi. Oleh karena itu, efikasi diri diperlukan agar membantu individu untuk mengatasi beban yang ia terima, sehingga mengurangi stres yang dirasakan individu.

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai **“Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Tingkat Stres Mahasiswa Semester Akhir Dalam Menyusun Skripsi di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Pada Mahasiswa Jurusan BKI Angkatan 2017 IAIN Syekh Nurjati Cirebon)”**.

B. Rumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, masalah yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Pandemi Covid-19 berpengaruh pada segala sendi kehidupan, tak terkecuali pada bidang pendidikan. Bagi mahasiswa semester akhir, menyusun skripsi ditengah pandemi dapat menyebabkan reaksi psikologis berupa stres.
- b. Mahasiswa yang menyusun skripsi pada masa pandemi mengalami perasaan kebingungan memikirkan bagaimana cara menyelesaikan

skripsi ditengah wabah pandemi, sementara keadaan membuat penelitian secara langsung dilapangan tidak dapat atau sulit dilakukan.

2. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, maka peneliti memberikan pembatasan masalah dalam penelitian ini. Hal ini dilakukan agar permasalahan yang diteliti tidak meluas pada permasalahan yang lain dan tetap fokus pada tujuan penelitian. Adapun pembatasan masalah yang akan menjadi fokus utama permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana efikasi diri mempengaruhi tingkat stres mahasiswa semester akhir yang menyusun skripsi pada masa pandemi Covid-19.

3. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan diatas, maka penulis merumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah :

- a. Bagaimana gambaran efikasi diri mahasiswa BKI semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19?
- b. Bagaimana tingkat stres mahasiswa BKI semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19?
- c. Apakah ada pengaruh yang signifikan antara efikasi diri terhadap tingkat stres mahasiswa semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian yang ingin dicapai berdasarkan masalah yang dirumuskan diatas diantaranya adalah :

- a. Mengetahui gambaran efikasi diri mahasiswa BKI semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19.
- b. Mengetahui tingkat stres mahasiswa BKI semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19.

- c. Memahami pengaruh yang ditimbulkan oleh efikasi diri terhadap tingkat stres mahasiswa BKI semester akhir angkatan 2017 yang menyusun skripsi di masa pandemi Covid-19.

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan atau manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangan ilmiah dan memperkaya dan kepustakaan Bimbingan dan Konseling Islam serta menambah referensi untuk penelitian selanjutnya terkait efikasi diri dan tingkat stres mahasiswa semester akhir dimasa pandemi.

2. Manfaat Praktis

- a. Menambah wawasan dan pengetahuan penulis terkait tingkat stres mahasiswa pada masa pandemi Covid-19, serta menjadi pengalaman berharga bagi peneliti untuk meningkatkan kemampuan dalam mengkaji suatu permasalahan.
- b. Penelitian ini diharapkan bisa digunakan menjadi referensi untuk mengurangi tingkat stres bagi mahasiswa yang menyusun skripsi dimasa pandemi.
- c. Diharapkan Institut Pendidikan dapat cepat tanggap untuk memberikan kebijakan yang sesuai untuk membantu mengatasi permasalahan mahasiswa yang menyusun skripsi dimasa pandemi.

E. Penelitian Terdahulu

Berkenaan dengan tingkat stres mahasiswa semester akhir yang menyusun skripsi dimasa pandemi, penelitian terdahulu yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Retno Permatasari, dkk (2020) dalam tulisannya yang berjudul “Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19” menemukan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi selama masa pandemi mengalami

dampak psikologis berupa stres, cemas dan gelisah saat berkomunikasi, takut, kesulitan untuk tidur, dan jenuh. Stres yang dirasakan mahasiswa bimbingan konseling yang menulis skripsi termasuk pada kategori tinggi dan diakibatkan oleh *personal stressor*. Hal ini disebabkan beragam hambatan yang dilalui mahasiswa, seperti sulit bertemu dosen pembimbing, cemas saat berkomunikasi dengan dosen pembimbing, lingkungan yang kurang kondusif karena pandemi COVID-19 serta mahasiswa merasa lelah saat menyusun skripsi dikarenakan proses pengerjaan skripsi yang terlalu lama.

Dalam tulisan lain yang berjudul “Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi? Studi Kualitatif Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa” karya Firmanto Adi Nurcahyo dan Tience Debora Valentina, ditemukan bahwa pandemi menjadi sumber stres pada mahasiswa, yang perlu dihadapi agar skripsi tetap dapat dikerjakan. Namun, dalam penelitiannya penulis juga menemukan mahasiswa yang memandang pandemi sebagai tantangan yang melatih keterampilan dalam mengolah stres dengan cara-cara yang kreatif. Menyelesaikan skripsi selama masa pandemi menjadi bagian bermakna bagi pencapaian tujuan hidup mahasiswa.

Sementara itu, dalam jurnal yang ditulis oleh Sri Utami, Anna Rufaidah, dan Afiatin Nisa yang berjudul “Kontribusi *self-efficacy* terhadap stres akademik mahasiswa selama pandemi Covid-19 periode April-Mei 2020” ditemukan bahwa *Self-efficacy* atau efikasi diri berpengaruh secara signifikan terhadap tingkat stres akademik mahasiswa di masa pandemi Covid-19 periode April-Mei 2020. Kontribusi yang diperlihatkan oleh *self-efficacy* memiliki arah yang negatif, artinya jika *self-efficacy* meningkat maka stres akademik menurun. Hasil ini makin menguatkan hasil-hasil penelitian terdahulu bahwa efikasi diri berhubungan erat dengan stres akademik mahasiswa secara umum dalam mengerjakan tugas kuliah. Dalam kondisi normal saja, banyak penelitian yang membuktikan bahwa *self-efficacy* berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa, penelitian ini membuktikan bahwa dampak yang ditimbulkan oleh kondisi pandemi Covid-19 juga sangat berpengaruh terhadap tingkat stres mahasiswa. Apalagi jika stressor ditambah

pula dengan kondisi menyusun skripsi bagi mahasiswa akhir. Persamaan antara penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sama-sama meneliti mengenai tingkat stres mahasiswa semester akhir penyusun skripsi dimasa pandemi. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah penelitian ini meneliti variabel bebas berupa efikasi diri mahasiswa semester akhir dimasa pandemi.

Adapun ringkasan mengenai perbandingan pada penelitian ini dengan penelitian terdahulu, dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1.1 Perbandingan Penelitian Terdahulu

No.	Penulis	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Retno Permatasari, dkk.	Studi Deskriptif Dampak Psikologis Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas PGRI Banyuwangi Dalam Penyusunan Skripsi di Masa Pandemi Covid-19	Meneliti tingkat stres mahasiswa, yang dalam penelitian terdahulu berupa dampak psikologis.	Penelitian ini meneliti tingkat stres mahasiswa sebagai variabel terikat dengan efikasi diri sebagai variabel bebasnya.
2.	Firmanto Adi Nurcahyo & Tience Debora	Menyusun Skripsi Di Masa Pandemi? Studi Kualitatif Kesejahteraan	Meneliti tingkat stres mahasiswa, yang dalam penelitian	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, serta meneliti variabel

	Valentina	Psikologis Mahasiswa	terdahulu berupa kesejahteraan psikologis.	lain berupa efikasi diri mahasiswa selain tingkat stres mahasiswa.
3.	Sri Utami, dkk	Kontribusi <i>Self-efficacy</i> Terhadap Stres Akademik Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19 Periode April-Mei 2020	Meneliti dua variabel yang sama pada kondisi pandemi Covid-19, yaitu efikasi diri mahasiswa dan tingkat stres mahasiswa.	Tempat dan subjek penelitian berbeda.

