

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Komunikasi adalah transmisi ide dan informasi dari satu orang ke orang lain untuk membuat mereka mengerti atau mempengaruhi mereka. Dalam bidang pendidikan, peningkatan pengetahuan tentang dunia secara keseluruhan adalah hasil dari komunikasi; oleh karena itu, meningkatkan keterampilan komunikasi adalah salah satu cara untuk mencapai tujuan akhir pendidikan. Komunikasi yang efektif antara dosen dan mahasiswa atau mahasiswa dan dosen merupakan bagian integral dari proses pembelajaran di perguruan tinggi (Herlangga, 2020).

Perguruan tinggi merubah status dari siswa menjadi mahasiswa. Status ini di Indonesia dipandang lebih daripada siswa sehingga tuntutan terhadap mahasiswa menjadi lebih tinggi. Menurut H. Herlangga (2020), mahasiswa merupakan individu yang bersekolah di perguruan tinggi selama kurun waktu tertentu dan memiliki tugas untuk berusaha keras dalam studinya. Persepsi masyarakat terhadap siswa dan periode yang dijalannya menyebabkan mahasiswa memiliki berbagai tuntutan akademik (Melenia *et al*, 2020).

Bagi mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi dituntut untuk menyelesaikan studinya dalam jangka waktu yang telah ditentukan. Baik itu tuntutan dari orang tua yang ingin segera melihat putra-putrinya memperoleh gelar yang dapat mereka banggakan, tuntutan dari pihak akademik,

dorongan dari teman, dosen, maupun keinginan dari diri sendiri. Tuntutan, dorongan maupun keinginan dari pihak ini akan mempengaruhi motivasi mahasiswa dalam memandang penyelesaian studi sesuai batas waktu yang ditentukan atau tidak.

Kedudukan penyusunan skripsi sebagai salah satu sistem evaluasi akhir di Pendidikan Tinggi telah ditetapkan dan diatur dalam Peraturan Pemerintah No 30/1990 pasal 15 ayat (2) yaitu: Ujian dapat diselenggarakan melalui ujian semester, ujian akhir program studi, ujian skripsi, ujian tesis dan ujian disertasi. Pernyataan tersebut ditegaskan kembali pada pasal 16 ayat (1) yaitu ujian skripsi diadakan dalam rangka penilaian hasil belajar pada akhir studi untuk memperoleh gelar sarjana. Peraturan Pemerintah No: 30/1990 juga mengandung pengertian bahwa penyusunan skripsi sebagai tugas akhir bukanlah syarat mutlak kelulusan namun diserahkan pihak perguruan tinggi, sehingga dapat diartikan bahwa prasyarat penyusunan skripsi adalah salah satu ciri suatu perguruan tinggi, Suhapti dan Wimbari (dalam Faella Hanika Fachroza, 2020).

Kenyataan yang ada untuk menyelesaikan studi tidaklah mudah, untuk lulus dari pendidikan tingginya (memperoleh gelar kesarjanaan) mahasiswa harus menghadapi berbagai tantangan, kendala dan hambatan. Permasalahan yang dihadapi mahasiswa dalam menyelesaikan studi adalah pengelolaan waktu atau disiplin waktu. Mengelola waktu berarti mengarah pada pengelolaan diri dengan berbagai cara yang bertujuan untuk mengoptimalkan waktu yang dimiliki. Artinya seseorang menyelesaikan pekerjaan dibawah waktu yang tersedia sehingga

mencapai hasil yang memuaskan, Douglass & Douglass (dalam Sitti Hadijah Ulfa, 2020).

Ferrari (dalam Lestariningsih, 2021) berpendapat banyak faktor yang mendasar individu melakukan penundaan waktu dalam menyelesaikan pekerjaan. Faktor tersebut adalah faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal adalah lingkungan yang berada di luar individu. Lingkungan di luar individu tersebut meliputi kondisi lingkungan yang mendasarkan hasil akhir dan lingkungan yang laten. Sedangkan faktor internal meliputi kondisi fisik dan kondisi psikologis individu. Kondisi fisik pekerja dapat digambarkan sebagai riwayat kesehatan yang dimiliki atau penyakit yang pernah dialami. Sedangkan yang dimaksud kondisi psikologis individu mencakup wilayah aspek kepribadian yang dimiliki seseorang misalnya, motivasi, *self esteem*, tingkat kecemasan, *self control* dan efikasi diri. (Sitti Hadijah Ulfa, 2020)

Pada umumnya, mahasiswa mengalami kesulitan dalam tulis menulis, kemampuan akademik yang tidak memadai, adanya kurang ketertarikan mahasiswa pada penelitian, kegagalan mencari judul skripsi, kesulitan mencari literatur dan bahan bacaan, serta kesulitan menemui dosen pembimbing. Mahasiswa dituntut pula untuk lebih dewasa dalam pemikiran, tindakan, serta perilakunya, karena semakin tinggi pendidikan, semakin tinggi pula tekanan-tekanan yang dihadapi dalam segala aspek (Savira, 2021:1). Akibatnya kesulitan-kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi perasaan negatif yang akhirnya dapat menimbulkan stres sehingga kehilangan motivasi yang akhirnya dapat menyebabkan mahasiswa

menunda penyusunan skripsinya, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsinya dalam beberapa waktu, Mu'tadin (dalam I Made, 2019).

Stres adalah gangguan *homeostasis* yang menyebabkan perubahan pada keseimbangan fisiologis yang dihasilkan dari adanya rangsangan terhadap fisik maupun psikologis. Kupriyanov dan Zhdanov (dalam Santoso. H, 2021) stres yang ada saat ini adalah sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan stres sudah menjadi bagian hidup yang tidak bisa terelakkan. Baik di lingkungan sekolah, kerja, keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh seseorang. Stres juga bisa menimpa siapapun termasuk anak-anak, remaja, dewasa, atau yang sudah lanjut usia.

Istilah stres muncul sekitar awal abad keempat belas, istilah stres bisa ditemukan, namun pengertiannya masih pada “kesulitan atau penderitaan yang begitu berat”. Istilah stres tersebut pun masih berdasarkan penekanan yang belum secara sistematis Lazarus (dalam D. Andriani, 2020). Kemudian pada abad kedelapan belas hingga awal abad kesembilan belas, kata stres dipahami sebagai kekuatan, tekanan, ketegangan atau usaha yang kuat diberikan pada sebuah objek material atau pada seseorang "organ atau kekuatan mental" Hinkle (dalam S. Wijayanti, 2023). Pada abad kesembilan belas, istilah stres juga sebenarnya sudah mulai digunakan dalam ilmu kesehatan dan sosial, Bartlett (dalam Adwi Aprilia, 2022). Namun istilah stres baru dikaitkan pada kondisi manusia di bidang kajian-kajian ilmiah sejak tahun 1930. Kemudian selama abad kesembilan belas hingga abad kedua puluh, istilah stres dan tekanan pun mulai dianggap sebagai penyebab

permasalahan dalam kesehatan secara fisik maupun psikologis (Hinkle, 1970 dalam S.Wijayanti, 2023).

Menurut Herman (dalam Akhmadi, 2019) agar terhindar dari stres maka seseorang harus mampu memelihara komunikasi interpersonal yang akrab, hangat, produktif dengan orang lain, perlu keterampilan dasar komunikasi, yaitu a) mampu saling memahami, yang mencakup sikap percaya, membuka diri, keinsafan diri dan penerimaan diri, b) mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara tepat dan jelas seperti sikap hangat dan rasa senang serta kemampuan mendengarkan, c) mampu saling menerima dan memberi dukungan atau saling menolong, d) mampu memecahkan konflik dan masalah antar pribadi yang lain yang mungkin muncul dalam komunikasi melalui cara-cara konstruktif.

Lebih lanjut menurut Rakhmat (2021) komunikasi interpersonal yang efektif menyebabkan dua individu yang tergabung dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka, dan kesenangan. Komunikasi interpersonal yang berjalan tidak efektif, maka menyebabkan pelaku komunikasi mengembangkan sikap ketidaksenangan dan menutup diri. Sikap menutup diri dapat memicu individu untuk menarik diri dari lingkungan pergaulan (*withdrawl*). Sikap ketidaksenangan dapat menyebabkan ketegangan pada individu. Adanya ketegangan, dan sikap menarik diri dari lingkungan pergaulan mengindikasikan adanya gejala stres pada diri individu. Kegagalan dalam komunikasi menyebabkan terjadinya perselisihan pendapat yang terjadi akibat adanya kesalahan dalam menginterpretasi arti pesan. Adanya kesalahan dalam interpretasi pesan menunjukkan bahwa komunikasi yang ada tidak berjalan efektif,

sehingga menyebabkan adanya ketegangan. Ketegangan yang berlangsung secara terus menerus dapat berkembang menjadi stres. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Saudia (2020) komunikasi interpersonal dapat berjalan secara efektif karena adanya keterbukaan, empati, perilaku positif, kesamaan, bersikap yakin dan orientasi pada orang lain.

Hubungan antara komunikasi interpersonal dengan stres kerja bersifat negatif. Artinya semakin rendahnya komunikasi interpersonal seseorang maka stres yang timbul semakin tinggi, sebaliknya seseorang yang dapat menjalin komunikasi dengan baik maka dapat menekan timbulnya stres, Chairani (2019). Dalam konteks komunikasi interpersonal, teori Jendela Johari membantu meningkatkan efektivitas komunikasi dengan mendorong keterbukaan dan umpan balik, dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip dari Jendela Johari, Individu dapat memperbaiki hubungan interpersonal mereka, meningkatkan kepercayaan, dan mengurangi kesalahpahaman.

Teori keterbukaan diri sering dikenal dengan teori “Jendela Johari”. Joseph Luft dan Harry Ingham mengembangkan hipotesis ini pada tahun 1955. Dalam sudut pandang ini, “setiap orang dapat mengetahui dan tidak mengetahui tentang dirinya atau orang lain” ditekankan. Sebenarnya berasal dari gabungan nama kedua ahli tersebut, istilah Johari merujuk pada orang yang ibarat sebuah ruangan dengan empat serambi, Floyd (dalam S. Ahmad 2022). Pada teori jendela Johari terdapat empat bagian dalam diri manusia, yaitu area terbuka (*open area*), area buta (*blind area*), area tersembunyi (*hidden area*), dan area tidak diketahui (*unknown area*). Area terbuka (*open area*) menggambarkan keadaan atau hal yang diketahui diri

sendiri dan orang lain. Hal-hal tersebut meliputi sifat-sifat, perasaan-perasaan, dan motivasi-motivasinya. Orang yang “*Open*” bila bertemu dengan seseorang akan selalu membuka diri dengan menjabat tangan atau secara formal memperkenalkan diri bila berjumpa dengan seseorang. Diri yang terbuka, mengetahui kelebihan dan kekurangan diri sendiri demikian juga orang lain diluar dirinya dapat mengenalinya. Area buta (*blind area*) disebut buta karena orang itu tidak mengetahui tentang sifat-sifat, perasaan-perasaan dan motivasi-motivasinya sendiri padahal orang lain melihatnya. Sebagai contoh, ia bersikap seolah-olah seorang yang sok akrab, padahal orang lain melihatnya begitu berhati-hati dan sangat tertutup, tampak formal dan begitu menjaga jarak dalam pergaulan. Orang ini sering disebut sebagai seseorang yang buta karena dia tidak dapat melihat dirinya sendiri, tidak jujur dalam menampilkan dirinya namun orang lain dapat melihat ketidakjelasannya. Area tersembunyi (*hidden area*) yaitu bagian dalam diri yang saya sendiri tahu, tetapi orang lain tidak. Hal ini sering teramati, ketika seseorang menjelaskan mengenai keadaan hubungannya dengan seseorang. “Saya ingat betul bagaimana rasanya dikhianati pada waktu itu, padahal aku begitu mempercayainya”. Luka hati masa lalunya tidak diketahui orang lain, tetapi ia sendiri tak pernah melupakannya. Area tidak diketahui (*unknown area*) dikatakan tidak diketahui karena baik diri sendiri, maupun orang lain dalam kelompoknya tidak mengetahui hal itu secara individu. Sepertinya semua serba misterius, misalnya soal kematian, jodoh dll.

Berdasarkan hasil observasi pengamatan yang dilakukan oleh penulis sekitar pukul 13:00 wita, tanggal 27 Mei 2024 di Gedung Fisip Unwira, terhadap beberapa mahasiswa angkatan 2019 semester sepuluh, prodi ilmu komunikasi yaitu Yonatan

Koro Hama dan Keba Penggoam yang sedang dalam masa pengerjaan skripsi, terkadang membutuhkan waktu yang cukup lama untuk menyelesaikan studinya, dengan alasan kurang berminat dalam hal penelitian, sulit menentukan judul penelitian, sulit mendapatkan referensi serta merasa cemas untuk bertemu dengan dosen pembimbing.

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti ingin meneliti lebih lanjut mengenai komunikasi interpersonal mahasiswa yang berjudul “**Komunikasi Interpersonal Mahasiswa yang Mengalami Stres dalam Tahap Menyelesaikan Skripsi (Studi Kasus pada Mahasiswa Angkatan 2019 Ilmu komunikasi Fisip Unwira)**”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, pertanyaan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: bagaimana Komunikasi Interpersonal Mahasiswa yang Mengalami Stres dalam Tahap Menyelesaikan Skripsi (*Studi Kasus pada Mahasiswa angkatan 2019 Ilmu Komunikasi Fisip Unwira*).

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui Komunikasi Interpersonal Mahasiswa yang Mengalami Stres dalam Tahap Menyelesaikan Skripsi (*Studi Kasus pada Mahasiswa Angkatan 2019 Ilmu Komunikasi Fisip Unwira*).

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Akademis**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan dan memberikan kontribusi pada keterampilan komunikasi yang secara intrinsik terkait dengan kebutuhan untuk mempromosikan komunikasi interpersonal yang efektif

dalam ilmu pengetahuan, terutama antara mahasiswa dan dosen dan antara dosen dan mahasiswa.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

Penelitian ini berguna bagi penulis untuk lebih memahami dan mengapresiasi apa yang telah diajarkan ketika menjadi mahasiswa teori komunikasi jurnalistik. Penelitian ini juga dapat dianggap sebagai gudang ilmu untuk referensi di masa depan bagi pembaca dan diri sendiri.

### **1.5 Kerangka Pikiran, Asumsi dan Hipotesis**

Di bawah ini adalah kerangka pemikir, asumsi, dan hipotesis dari penelitian.

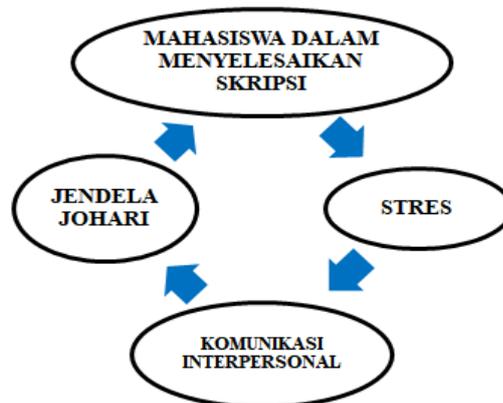
#### **1.5.1 Kerangka Pemikiran**

Menurut Mc Gahie (dalam Hayati, 2020), setiap penelitian memiliki teori atau metodologi penelitian yang digunakan sebagai salah satu alat atau strategi utama dalam memvalidasi temuan penelitian.

Kerangka berpikir, menurut Sugiyono (2020), merupakan model konseptual dan kemudian dijadikan teori tentang berbagai faktor, baik faktor yang berasal dari penelitian maupun yang didefinisikan sebagai masalah yang spesifik. Dari hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa proses pengumpulan data adalah penerapan prosedur yang mengajukan pertanyaan-pertanyaan selama proses penelitian dan mengarahkan peneliti pada isu dan alasan yang memotivasi untuk melakukan penelitian yang dimaksud. Metodologi penelitian didasarkan pada pengamatan, fakta, dan data empiris. Penelitian harus diorientasikan sedemikian rupa sehingga tidak terjebak pada apa yang sedang dipelajari. Sehubungan dengan hal tersebut, peneliti mengulas sebuah analisis studi kasus

mengenai komunikasi interpersonal mahasiswa yang mengalami stres dalam tahap menyelesaikan skripsi.

Peneliti menerapkan teori jendela Johari, yang menyatakan bahwa persepsi diri dipengaruhi oleh persepsi diri dan perolehan persepsi diri dari orang lain. Jika orang lain melihat, mereka akan melihat aspek-aspek dari diri mereka yang dapat dan tidak dapat mereka pahami. Dengan demikian, sesuai dengan Johari Window teori, fokus penelitian ini adalah komunikasi interpersonal mahasiswa yang mengalami stres dalam tahap menyelesaikan skripsi.



### 1.5.2 Asumsi

Asumsi merupakan konsep inti dari penelitian yang didefinisikan oleh peneliti sendiri, menurut Mukthazar (2020), asumsi adalah anggapan atau dugaan sementara yang kebenarannya belum dapat dibuktikan dan memerlukan pembuktian secara langsung. Oleh karena itu, asumsi dari penelitian ini adalah komunikasi interpersonal mahasiswa yang mengalami stres saat mengerjakan skripsi dipengaruhi oleh berbagai teknik yang menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami stres yang lebih intens dan menghambat proses studi skripsi.

### 1.5.3 Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris. Menurut Ismael Nurdin dan Sri Hartati (2019), hipotesis adalah suatu kesimpulan sementara yang belum final yang merupakan konstruksi penelitian terhadap masalah penelitian. Dengan demikian hipotesis dari penelitian ini adalah, mahasiswa mengalami stres dalam menyelesaikan skripsi karena kurangnya pembukaan diri dan lebih sering merahasiakan segala masalah yang menjadi hambatan dalam proses mengerjakan skripsi. Dengan indikator penilaian stres menggunakan teori Johari Window, yaitu area terbuka (*open area*), area tertutup (*hidden area*), area buta (*blind area*) dan area tidak diketahui (*unknown area*). Stres dan komunikasi interpersonal dapat mempengaruhi keempat kuadran ini dengan cara yang berbeda. Misalnya, saat seseorang mengalami stres, mereka mungkin menjadi kurang terbuka dan lebih banyak menyembunyikan perasaan atau pikiran mereka meningkatkan *hidden area*. Selain itu, stres juga bisa membuat seseorang kurang peka terhadap umpan balik dari orang lain, yang dapat memperbesar *blind area*. Sebaliknya, komunikasi interpersonal yang baik dan terbuka dapat membantu mengurangi stres dengan membagi beban emosional dan meningkatkan pemahaman bersama. Komunikasi yang efektif dapat memperluas *open area*, karena orang menjadi lebih terbuka satu sama lain dan lebih sadar akan diri mereka sendiri dan orang lain. Dengan memanfaatkan Jendela Johari, individu dan kelompok dapat bekerja sama untuk meningkatkan komunikasi, mengurangi stres, dan membangun hubungan yang lebih baik dan lebih produktif.