

Sugiyono. 2006. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.

Widiyanti, Ninik, Yulius Waskita. 1987. *Kejahatan dalam Masyarakat dan Pencegahannya*. Jakarta: Bina Aksara.

HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL DOSEN PEMBIMBING DENGAN EFIKASI DIRI MAHASISWA YANG MENGONTRAK SKRIPSI LEBIH DARI DUA SEMESTER DI FAKULTAS PSIKOLOGI UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG

Sukarti Hilmi M, Milda Yanuvianti, Dewi Puji Lestari

Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung

Abstrak

Mahasiswa perguruan tinggi diharuskan menyusun skripsi yang sesuai dengan kaidah penyusunan karya ilmiah yang benar dalam jangka waktu 1 semester. Fenomena di Fakultas Psikologi UNISBA, terdapat sejumlah mahasiswa yang belum dapat menyelesaikan skripsinya dalam jangka waktu lebih dari dua semester. Mereka menghadapi sejumlah tuntutan dan hambatan dari dalam maupun luar diri. Mereka mengaku stres, dan menghindari skripsi dikarenakan ragu akan dapat menyelesaikan skripsi. Keyakinan akan kemampuan mereka dapat disebut efikasi diri (Bandura, 1997). Pada kenyataannya, sebagian dari mereka memiliki IPK di atas 2,75, telah lulus dari mata kuliah Metodologi Penelitian 1 dan 2. Berdasarkan wawancara, mereka memerlukan bantuan berupa arahan, motivasi, masukan, informasi dan solusi dari dosen pembimbing. Fenomena di atas menunjukkan dugaan adanya hubungan antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester.

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui seberapa erat hubungan antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung. Kegunaan penelitian ini, memberikan informasi dan masukan kepada mahasiswa yang mengontrak skripsi, juga sebagai informasi bagi dosen pembimbing dan bagian akademik.

Metode penelitian yang digunakan adalah korelasional. Pemilihan subjek penelitian menggunakan studi populasi dengan karakteristik mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA dan memiliki IPK di atas 2,75.

Pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disusun berdasarkan teori dukungan sosial (Gottlieb, 2000) dan teori efikasi diri (Bandura, 1997). Pengolahan data menggunakan metode statistik uji korelasi *rank spearman*.

Hasil yang diperoleh yaitu terdapat hubungan positif dengan tingkat keeratan sedang ($r_s = 0,55$; $\alpha = 0,05$) antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA. Artinya, semakin rendah dukungan sosial dosen pembimbing yang diterima, maka semakin rendah pula efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester.

Kata kunci: Dukungan Sosial, Efikasi Diri

I. PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi seperti sekarang ini yang ditandai dengan perkembangan pemikiran, ilmu, dan teknologi, menjadikan manusia harus lebih bekerja keras dalam mempersiapkan dirinya agar dapat terlibat

dalam perkembangan maupun perubahan yang terjadi disekitarnya. Hal ini menjadikan persaingan antar manusia semakin meningkat dan ketat sehingga manusia dituntut untuk senantiasa meningkatkan kualitas atau kompetensi diri. Oleh karena itu diperlukan cara yang sistematis dan berkesinambungan bagi manusia untuk dapat terus meningkatkan kualitas dirinya.

Pendidikan merupakan salah satu wadah yang dominan berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan seseorang dalam rangka meningkatkan kompetensi diri yang dimiliki. Pendidikan dapat dilakukan secara formal, nonformal, dan informal. Dari ketiga bentuk pendidikan tersebut, pendidikan formal mendapatkan perhatian yang sangat besar dari masyarakat sebagai gambaran kemampuan individu secara umum. Pendidikan formal adalah jalur pendidikan yang terstruktur dan berjenjang yang terdiri atas pendidikan dasar, pendidikan menengah, dan pendidikan tinggi. Semakin tinggi jenjang pendidikan formal yang telah dilalui, semakin tinggi juga pengakuan masyarakat akan kemampuan dan kualitas diri individu tersebut. Pendidikan tinggi merupakan jenjang pendidikan setelah pendidikan menengah yang salah satunya mencakup program pendidikan sarjana yang diselenggarakan oleh perguruan tinggi (<http://www.depdiknas.go.id/>).

Perguruan tinggi merupakan salah satu lembaga pendidikan tinggi yang secara formal disertai tugas dan tanggung jawab mempersiapkan mahasiswa sesuai dengan tujuan pendidikan nasional, yaitu mengisi kebutuhan masyarakat akan tersedianya tenaga ahli dan tenaga terampil dengan tingkat dan jenis kemampuan yang sangat beragam. Karena itu mahasiswa sebagai peserta didik dan generasi muda yang mempunyai kedudukan dan peranan penting dalam mewujudkan cita-cita pembangunan nasional, senantiasa perlu dibimbing dan dikembangkan. (www.pts.co.id/umum.php)

Untuk dapat menyelesaikan pendidikan di perguruan tinggi mahasiswa harus telah menyelesaikan skripsi. Penyusunan skripsi diakui bukan hal yang mudah. Maka dari itu di dalam kurikulum, penyusunan skripsi diberi waktu selama satu semester atau sekitar 6 bulan. Selain itu, mahasiswa juga dibantu oleh dua orang dosen pembimbing yaitu pembimbing I dan pembimbing II. Mereka disiapkan untuk dapat membantu mengarahkan dan memberikan masukan mengenai skripsi yang mereka buat juga menyediakan waktu untuk bimbingan secara teratur dengan harapan skripsi dapat selesai sesuai dengan ketentuan dan waktu yang diharapkan.

Pada kenyataannya, diakui bahwa tidak semua penyusunan skripsi dapat berjalan dengan lancar. Seperti halnya yang terjadi pada mahasiswa Fakultas Psikologi di

Universitas Islam Bandung (UNISBA). Berdasarkan data dari bagian akademik Fakultas Psikologi UNISBA, pada awal semester genap tahun 2009/ 2010 terdapat 244 mahasiswa yang mengontrak skripsi. Namun, 181 diantaranya telah mengontrak skripsi lebih dari satu kali. Diantara 181 mahasiswa tersebut, terdapat 56 mahasiswa yang mengontrak skripsi sampai pada pengambilan kedua, 62 mahasiswa diantaranya mengontrak sampai pengambilan ketiga, 38 mahasiswa diantaranya sampai pengambilan keempat dan 25 mahasiswa mengontrak sampai pengambilan kelima. Selain itu, dapat dilihat juga bahwa jumlah yang mengontrak skripsi tidak sebanding dengan jumlah mahasiswa yang lulus sehingga terjadi penumpukan mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ibu Hj. Lilim Halimah selaku Ka.Sie. Akademik Fakultas Psikologi Unisba pada bulan Nopember 2009, beliau menyatakan bahwa penumpukan mahasiswa dapat membawa pengaruh negatif bagi kelancaran sistem akademik yang akan berdampak pada menjadi kurang efektifnya kegiatan belajar mengajar pada Fakultas Psikologi Unisba. Selain itu, banyaknya mahasiswa yang tidak dapat lulus tepat waktu juga akan mempengaruhi nilai akreditasi fakultas tersebut sesuai dengan PP Nomor 19 Tahun 2005 tentang Standar Nasional Pendidikan sehingga hal ini perlu ditangani sesegera mungkin.

Aturan akademik Fakultas Psikologi UNISBA telah menentukan bahwa untuk dapat mengontrak skripsi, mahasiswa diharuskan sudah memenuhi sejumlah persyaratan, diantaranya mahasiswa sudah harus menyelesaikan 136 sks. Selain itu mahasiswa juga sudah harus menyelesaikan mata kuliah Metodologi Penelitian 2 dengan nilai minimal C. Persyaratan tersebut memiliki tujuan untuk menentukan kemampuan mahasiswa terkait dengan penulisan skripsi yang harus dimiliki oleh mahasiswa yang akan menyusun skripsi. Artinya mahasiswa yang mengontrak skripsi diasumsikan telah memiliki kecakapan dalam merumuskan masalah penelitian yang sudah dipelajari di mata kuliah metodologi penelitian 2 tersebut. Persyaratan lain menentukan waktu yang diberikan untuk membuat skripsi berkisar 1 sampai 2 semester. Jika pada semester kedua mahasiswa masih belum menyelesaikan skripsinya, Pembantu Dekan I akan meninjau kembali judul dan pembimbing

skripsi (Pedoman Penulisan Skripsi Fakultas Psikologi Unisba, 1998; Anggraeni, 2008: 1). Artinya, penyelesaian skripsi pada Fakultas Psikologi Unisba dalam jangka waktu 1 sampai 2 semester masih bisa ditolerir, sementara mahasiswa yang masih mengontrak skripsi pada pengambilan lebih dari dua semester perlu ditindaklanjuti oleh bagian akademik tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara, observasi, dan angket dengan pertanyaan terbuka yang diajukan oleh peneliti kepada 30 mahasiswa yang sedang mengontrak skripsi lebih dari dua semester, terungkap bahwa terdapat berbagai hal yang mereka hayati yang mempengaruhi penyelesaian skripsi mereka. Hal-hal tersebut berasal dari luar maupun dari dalam diri mereka.

Para mahasiswa ini mengungkapkan bahwa hal-hal yang berasal dari luar diri, diantaranya berhubungan dengan isi skripsi mereka seperti pengajuan judul penelitian, pencarian referensi dan teori dalam bentuk buku atau artikel, pemahaman teori, birokrasi di tempat penelitian, pencarian subjek penelitian, juga menuliskan dalam bentuk laporan skripsi. Selain itu, terdapat juga hal-hal yang berhubungan dengan dosen pembimbing, seperti cara dosen pembimbing dalam mengarahkan dan membimbing mereka menyusun laporan skripsi, adanya perbedaan pemikiran antara dosen pembimbing 1 dan 2, serta waktu yang diluangkan oleh dosen pembimbing untuk bimbingan, mengalami masalah dalam perbedaan pendapat dengan dosen pembimbing, mahasiswa mengalami masalah berinteraksi.

Hal-hal yang berasal dari dalam diri mereka yaitu adanya perasaan cemas dan stres ketika sedang mengerjakan dan sebelum bimbingan, Mereka sering merasa tegang ketika akan bimbingan, cemas, susah tidur karena memikirkan skripsi, tidak bernafsu untuk makan atau malah sebaliknya, merasa putus asa, merasa bodoh dan bingung, sejumlah penyakit muncul seperti maagh, migren/ sakit kepala hal ini berdasarkan data dari bagian akademik berupa surat keterangan dari dokter, ragu terhadap apa yang sudah dikerjakan dan terhadap kemampuan mereka dalam menyelesaikan tugas-tugas untuk menyelesaikan skripsi, pembagian waktu antara melakukan hal-hal yang dapat mendukung penyelesaian skripsi dengan hal-hal yang sama sekali tidak berhubungan dengan skripsi mereka, merasa jenuh dan

bosan mengerjakan skripsi karena belum juga ada perkembangan mengenai skripsi mereka. Menghindar dari fakultas, dosen pembimbing, tampak dari buku bimbingan dari 5 mahasiswa yang masih kosong.

Sejumlah 80% yaitu 24 orang dari mereka menyatakan bahwa banyaknya informasi dari dosen pembimbing dan teman membuat mereka beberapa kali mengganti judul penelitian mereka dan menjadi cemas dan ragu akan diterima atau tidak judul yang mereka tawarkan pada dosen pembimbing. Hal tersebut juga terjadi dalam menentukan teori yang akan digunakan sebagai dasar penelitian mereka. Mereka mengaku referensi yang mereka butuhkan sulit didapat dan dipahami, sehingga beberapa kali mereka lebih memilih mengganti judul skripsi mereka, karena ragu akan mendapatkan referensi tersebut dan dapat memahaminya. Banyak dan sulit nya memenuhi apa yang ditugaskan oleh dosen pembimbing, menjadikan mereka tidak mengerjakan revisi dikarenakan bingung dan ragu terhadap apa yang harus mereka kerjakan pada skripsi. Belum juga dapat mendapat persetujuan dari dosen pembimbing untuk melanjutkan mengerjakan skripsi pada bab berikutnya, menjadikan mereka meninggalkan skripsi. Selain itu mereka juga menunda dalam mengumpulkan revisi karena ada keraguan terhadap apa yang telah mereka tulis atau kerjakan, hal tersebut juga menjadikan jadwal bimbingan menjadi tidak teratur bahkan tidak melakukan bimbingan dalam jangka waktu yang lama. Pada saat bimbingan, beberapa kali mereka diam ketika harus menjawab pertanyaan dosen pembimbing karena tidak yakin jawaban atau penjelasan mereka dapat diterima oleh dosen pembimbing bahkan takut dibantah dan dimarahi oleh dosen pembimbing padahal mereka telah membaca dan menyiapkan diri untuk bimbingan. Mereka merasa ragu dapat membuat draft skripsi dengan benar, dikarenakan dosen pembimbing jarang membaca dan mengoreksi draft revisi yang mereka kumpulkan. Mereka memilih mengerjakan hal lain yang menurut mereka dapat diselesaikan namun tidak berhubungan dengan skripsi seperti membantu orang tua di rumah, bekerja, melakukan kegiatan kemahasiswaan, dikarenakan tidak yakin akan dapat memenuhi tugas-tugas revisi yang menurut mereka banyak dan sulit. Selain itu, mereka juga menyatakan jarang membuat target dan perencanaan kegiatan pengerjaan

skripsi dikarenakan mereka merasa tidak mampu untuk dapat memenuhi atau melakukan hal-hal yang sudah direncanakan sesuai waktu yang ditargetkan berdasarkan pengalaman mengontrak skripsi di semester sebelumnya.

Dari pemaparan di atas, tampak dari sebagian mahasiswa bahwa mereka ragu atau tidak yakin dapat mampu menyelesaikan skripsi, dan memenuhi tugas-tugas dari dosen pembimbing. Padahal dilihat dari prestasi, mereka memiliki IPK lebih dari 2,75. Selain itu, mereka juga telah lulus sejumlah mata kuliah yang menjadi prasyarat penyusunan skripsi yaitu Metodologi Penelitian 1 dan 2, Psikologi Eksperimen 1 dan Psikologi Eksperimen 2, dan yang seharusnya telah melatih mahasiswa untuk merancang dan melakukan penelitian. Selain itu dalam hal mendapatkan referensi, mereka mampu mengakses internet untuk mendapat referensi yang berhubungan dengan skripsi dari berbagai perpustakaan atau jurnal-jurnal yang dipublikasikan.

Diantara mahasiswa seperti yang tersebut di atas, terdapat juga sejumlah mahasiswa yang masih dapat tetap mengerjakan skripsi yaitu konsisten mengumpulkan draft revisi skripsi dan bimbingan dalam kurun waktu yang teratur minimal satu kali per minggu. Mereka tetap berusaha mencari referensi atau teori dari berbagai sumber. Mereka menyatakan masih tetap berusaha dan fokus terhadap usaha mereka menyelesaikan skripsi dengan mengurangi kegiatan selain mengerjakan skripsi atau mengerjakan hal-hal yang berhubungan dengan skripsi. Mereka berusaha mengagendakan waktu lebih banyak untuk mencari dan membaca referensi, walaupun berbahasa inggris. Mereka berusaha untuk berdiskusi mengenai skripsi mereka dengan mencari sumber lain seperti pada teman atau dosen selain dosen pembimbing. Mereka mengaku memiliki perencanaan waktu dalam menyelesaikan skripsi mereka dan tetap membuat serta menjalankannya sesuai yang direncanakan. Mereka mengaku tetap melakukan usaha, dengan harapan mereka dapat menyelesaikan skripsi mereka sesuai dengan waktu yang mereka harapkan. Dalam hal ini, perilaku tersebut merupakan wujud sebuah keyakinan mahasiswa terhadap kemampuan mereka menyelesaikan skripsinya. **Bandura (1997: 3)** menyatakan bahwa keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki oleh seseorang untuk mengatur dan

melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang ingin dicapai dikenal sebagai efikasi diri.

Mahasiswa yang menyatakan masih dapat konsisten dalam mengerjakan revisi dan melakukan bimbingan mengaku bahwa mereka tetap dapat berusaha menyelesaikan skripsi dikarenakan adanya bantuan dari dosen pembimbing yang selalu mengarahkan dan memotivasi mereka. Dosen pembimbing juga membantu memberikan informasi dan memberikan solusi kepada mereka jika mengalami hambatan dan kesulitan.

Berdasarkan hasil wawancara pada 30 orang tersebut, 70% yaitu 21 orang diantaranya menyatakan bahwa mereka perlu untuk ditegur dan diingatkan untuk dapat konsisten dalam mengumpulkan revisi dan bimbingan. Mereka juga mengatakan, mereka membutuhkan bantuan untuk dapat memecahkan masalah atau mencari solusi dari hambatan yang dihadapi dalam menyusun skripsi berupa informasi mengenai bahan bacaan mengenai skripsi mereka, arahan, masukan, dan yang terpenting meyakinkan mereka akan mampu menghadapi hambatan dan menyelesaikan skripsi. Selain itu, mereka mengatakan akan menjadi lebih semangat untuk mengerjakan skripsi jika mereka tau pasti kesalahan dari revisi mereka untuk diperbaiki. Semua hal tersebut diharapkan dapat diperoleh dari dosen pembimbing mereka karena menurut mereka dosen pembimbing yang paling tau mengenai seluk beluk dan perkembangan skripsi mereka.

Bantuan yang diberikan dosen pembimbing tersebut merupakan bentuk dukungan sosial dari dosen pembimbing kepada mahasiswa nya agar mereka dapat menyelesaikan skripsi sesuai dengan ketentuan dan waktu yang diharapkan. Pada kenyataannya hal tersebut menunjukkan dukungan sosial dosen pembimbing memiliki hubungan dengan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester. Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA.

Identifikasi Masalah

Selama proses menyelesaikan skripsi, mahasiswa dihadapkan pada sejumlah tugas.

Dengan bekal sejumlah pengalaman dan kemampuan yang diperoleh selama perkuliahan, mahasiswa skripsi diharapkan dapat menghadapi sejumlah hambatan yang ditemui dan dapat mengerjakan tugas-tugas tersebut di atas. Dibutuhkan sebuah keyakinan akan kemampuan mereka dalam menyelesaikan skripsi. **Albert Bandura** dalam bukunya "*Self-Efficacy The Exercise Of Control*" pada tahun 1997 mengatakan bahwa keyakinan akan kemampuan mereka untuk dapat mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang dicapai disebut efikasi diri.

Efikasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keyakinan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung akan kemampuan untuk mengerjakan skripsi. Individu yang memiliki Efikasi diri yang tinggi dalam situasi tertentu merasa percaya diri akan keunggulan yang dimiliki. Sedangkan pada individu yang merasa ragu bila ia dapat melakukan perilaku yang diperlukan, dikatakan mempunyai Efikasi diri yang rendah.

Individu yang merasa kuat akan kompetensi dirinya, mendekati dirinya pada tugas-tugasnya yang sulit sebagai suatu tantangan untuk dikuasainya dari pada melihatnya sebagai ancaman untuk dihindarinya. Mereka punya rasa ketertarikan dari dalam diri dan sangat senang dalam melakukan tugasnya, menetapkan tujuan mereka sebagai tantangan dan menegakkan apa yang menjadi komitmennya yang kuat dan mempertinggi serta meneruskan usahanya dalam menghadapi kegagalan. Sebaliknya individu dengan efikasi diri yang rendah yakin bahwa semua dirasakan sulit dari fakta yang sebenarnya. Keyakinan bahwa semua dirasakan sulit akan memicu stress, depresi, dan visi yang sempit dalam bagaimana memecahkan masalah.

Selama proses penyusunan skripsi, mahasiswa dibantu oleh dua orang dosen pembimbing. Kedua dosen pembimbing dapat memberikan bantuannya berupa dorongan, memberikan umpan balik yang berkesinambungan, memberikan solusi terhadap kesulitan yang dihadapi. Dengan kata lain, figur dosen pembimbing menjadi figur yang paling mengetahui dan paling dapat membantu mahasiswa dalam proses penyelesaian skripsinya.

Bantuan yang berasal dari dosen pembimbing seperti yang disebutkan di atas sama halnya dengan yang diungkapkan

Gottlieb (2000) yaitu pemberian informasi atau nasehat verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima disebut sebagai dukungan sosial.

Aspek-aspek yang terdapat dalam dukungan dari dosen pembimbing adalah *emotional support*, yaitu dukungan yang berbentuk pengungkapan ekspresi perasaan dari seorang individu terhadap individu lain. *Instrumental support*, yaitu dukungan dari seorang individu secara langsung yang berbentuk benda atau alat. *Informational support*, yaitu dukungan dari seseorang individu terhadap individu lain berbentuk pemberitahuan atau keterangan tentang suatu hal. *Companionship support*, yaitu kesediaan seseorang untuk berpartisipasi dalam lingkungan sosial dan melakukan kegiatan bersama. Dukungan yang terakhir adalah *feedback, validation*, atau *social comparison*, yaitu informasi mengenai tingkah laku seseorang sudah tepat atau sesuai norma atau tidak.

Dalam hal ini, dukungan sosial pada mahasiswa yang sedang skripsi didapat dari berbagai sumber seperti orang tua, saudara, teman, dosen wali, dan dosen pembimbing, namun diantara semua itu yang paling berpengaruh bagi mereka yaitu berasal dari dosen pembimbing karena dosen pembimbing adalah figur yang paling mengetahui mengenai skripsi yang mereka buat dan hal-hal lain yang menyertainya. Dengan adanya dukungan sosial dari dosen pembimbing diharapkan dapat menjadikan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dapat yakin akan kemampuan mereka untuk menyelesaikan skripsinya.

Hal ini sesuai dengan pernyataan dari **Phinney dan Haas (2003)** yang menemukan bahwa mahasiswa yang menunjukkan dukungan sosial yang kuat sama dengan tujuan pendidikan mereka, lebih mengalami perasaan *self-efficacy*. (http://www.redorbit.com/news/health/391477/the_impact_of_stress_on_academic_success_in_college_students/, yang diunduh pada tanggal 15 Maret 2010). Artinya, mahasiswa membutuhkan dukungan sosial yang kuat untuk mencapai tujuan mereka.

Berdasarkan uraian di atas, maka pertanyaan penelitian ini adalah seberapa erat hubungan antara dukungan sosial dosen

pembimbing dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keeratan hubungan dukungan sosial dosen pembimbing dan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA.

Kegunaan Penelitian

Diharapkan menjadi informasi dan masukan bagi mahasiswa yang akan dan sedang menyusun skripsi juga sebagai informasi bagi dosen pembimbing dan bagian akademik Fakultas Psikologi UNISBA

II. PEMBAHASAN

Tinjauan Teoretis

Gottlieb(dalam Sarafino, 1994: 147) secara spesifik mendefinisikan dukungan sosial. Secara operasional ia mengatakan :

"Social support consists of the verbal and/or non verbal information oradvide, tangible aid, or action that is proffered by social intimates or inferred by their presence and has beneficial emotional or behavioral effects on the recipient".

Dukungan sosial terdiri dari informasi atau nasehat verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau yang didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima.

Secara umum, dukungan sosial dapat mempengaruhi mental afeksi dan kesehatan fisik melalui emosi, kongnisi, dan tingkah laku (**S.Cohen, 1983 dalam Gottlieb, 2000: 89**). Dukungan sosial juga dapat mempengaruhi kesehatan mental dengan cara mengelola sistem respon dan mencegah respon ekstrim yang di asosiasikan dengan disfungsi. Pengelolaan ini muncul melalui komunikasi yang diharapkan, penilaian terhadap norma, penghargaan dan hukum, dan menghadapi masalah (**Caplan, 1974; Cassel, 1976; Thoits, 1986 dalam Gottlieb, 2000**).

Jenis Dukungan Sosial

Terdapat fungsi dukungan yang berbeda-beda yang dikembangkan melalui hubungan sosial serta kegunaannya dapat disesuaikan dengan masalah atau penyebab stres yang berbeda-beda (**Coben&Mckay, 1984; Cutrona & Russel, 1990; Sabdler, Short, & Wolchik, 189 dalam Gottlieb, 2000**). Beberapa fungsi dukungan yang telah di gambarkan (**Argyle, 1992; House, 1981; Wills, 1985 dalam Gottlieb, 2000:88**), yaitu :

a. Dukungan emosional (*Emotional Support*)

Dukungan ini dapat berupa ketersediaan satu atau lebih orang-orang yang dapat mendengarkan dengan simpatik saat seseorang mengalami masalah dan dapat menunjukkan indikasi kepedulian dan penerimaan. Contohnya seperti memungkinkan diskusi tentang perasaan, ekspresi kekhawatiran/kecemasan, menunjukkan simpati, persetujuan, peduli, dan penerimaan.

b. Dukungan instrumental (*Instrumental Support*)

Dukungan ini dapat berupa pemberian bantuan langsung seperti memberi atau meminjamkan buku untuk referensi penulisan skripsi, penyediaan tempat bimbingan, dll.

c. Dukungan informasi (*Information Support*)

Dukungan ini menyediakan pengetahuan yang berguna untuk memecahkan masalah, seperti memberikan informasi atau memberikan nasihat dan bimbingan tentang alternatif tindakan.

d. Dukungan persahabatan (*Companionship support*)

Meliputi kesediaan seorang untuk berpartisipasi dalam lingkungan sosial dan melakukan kegiatan bersama, seperti membahas skripsi bersama, mencari penyelesaian masalah bersama, dll.

e. Dukungan umpan balik, persetujuan, dan perbandingan sosial (*Feedback, validation, atau social comparison*).

Berdasarkan pada konsep bahwa hubungan sosial dapat meningkatkan informasi mengenai tingkah laku yang tepat atau sesuai norma.

Hal-hal Yang Menentukan Penerimaan Dukungan Sosial

Tidak semua orang dapat memperoleh dukungan sosial yang mereka perlukan. Terdapat banyak faktor yang dapat menentukan apakah seseorang menerima dukungan sosial atau tidak (**Broadhead et al, 1983; Connel & D' Augelli, 1990; Wortman & Dunkel-Schetter, 1987; dalam Sarafino, 1994: 104**). Faktor-faktor tersebut adalah:

- a. Faktor yang berkaitan dengan potensi menerima dukungan, seperti:
 - Senang atau tidak senang menerima dukungan
 - Mampu atau tidak mampu membiarkan orang lain tahu apa yang diperlukan
 - *Assertiveness* untuk meminta tolong
 - Perasaan nyaman atau tidak nyaman dalam menceritakan rahasia kepada orang lain
 - Tahu atau ketidaktahuan mengenai siapa yang ditanyai
 - Menarik/ mengundang atau tidaknya untuk dibantu.
- b. Faktor yang berkaitan dengan pemberi dukungan, misalnya:
 - Ada atau tidaknya sumber yang diperlukan
 - Ada atau tidaknya sensitifitas akan kebutuhan orang lain
- c. Komposisi dan struktur dari jaringan sosial
Merupakan pertalian yang dimiliki dalam keluarga dan masyarakat (**Mitchell, 1969; Schefer, Cyne, & Lazaruz, 1981; dalam Sarafino, 1994: 104**). Misalnya setiap jaringan sosial berbeda-beda dalam ukuran (jumlah orang yang memiliki kontak teratur), sehingga kontak, komposisi, dan intimasi (kedekatan hubungan individu) orang yang memiliki jaringan sosial dengan pertalian yang kualitas dan kuantitasnya tinggi, biasanya memiliki kesempatan untuk menerima dukungan sosial.

Konsep operasional dari dukungan sosial adalah "*perceived support*" (hubungan yang dirasakan) yang memiliki dua elemen dasar, (**Gottlieb, 2000: 88**) yaitu:

- a. Persepsi bahwa ada sejumlah orang lain dimana seorang dapat mengandalkan pada saat dibutuhkan, dan
- b. Derajat kepuasan terhadap dukungan yang ada

Ada atau tidaknya dukungan yang diberikan dosen pembimbing terhadap mahasiswanya tersebut akan dipersepsikan oleh mahasiswa berbeda-beda bagaimana persepsi terhadap dukungan dosen pembimbing itu tergantung bagaimana mahasiswa tersebut menerima dan memaksakan hal tersebut.

Efikasi Diri

Albert Bandura (1997: 3) mendefinisikan efikasi diri sebagai berikut:
"Perceived self efficacy refers to beliefs in one's capabilities to organize and execute the course of action required to produce given attainment".

Definisi tersebut mempunyai arti bahwa efikasi diri merupakan keyakinan mengenai kemampuan yang dimiliki seseorang untuk mengatur dan melaksanakan tindakan yang diperlukan untuk mendapatkan hasil yang ingin dicapai

Sumber Efikasi Diri

Terdapat empat aspek yang dapat membentuk efikasi diri pada diri seseorang menurut **Bandura (1997: 79)**, yaitu:

1. Pengalaman Keunggulan (*Enactive mastery experience*)
Pengalaman keunggulan merupakan sumber informasi yang paling berpengaruh terhadap efikasi. Pengalaman keunggulan ini dipergunakan sebagai indikator kemampuan (*capability*) yang dimiliki oleh seseorang sebab pengalaman ini memberikan bukti yang otentik bahwa seorang mampu atau tidak mampu mencapai sukses. Kesuksesan akan membangun keyakinan yang kuat pada efikasi diri yang dimiliki seseorang. Sedangkan kegagalan akan mengurangi keyakinan tersebut, khususnya apabila kegagalan terjadi sebelum rasa efikasi terbentuk dengan kuat. Apabila seseorang hanya mengalami kesuksesan yang diperoleh secara mudah, ia akan mengharapkan hasil yang cepat dan mudah berkecil hati apabila mengalami kegagalan. Efikasi diri yang kuat membutuhkan adanya pengalaman dalam mengatasi rintangan melalui usaha yang gigih (**Bandura, 1997: 80**).

Seseorang dapat merubah efikasi dirinya melalui pengalaman keunggulan. Hal ini

tergantung pada beberapa hal yaitu pendapat sebelumnya mengenai kemampuannya, kesulitan tugas yang dirasakan, seberapa banyak usaha yang telah dicurahkan, seberapa banyak bantuan dari luar yang diterima, dalam keadaan seperti apa ia menampilkan perilaku, pola keberhasilan dan pola kegagalan, dan juga tergantung dari bagaimana pengalaman keunggulan ini secara kognitif diatur dan dibangun dalam ingatan (**Bandura, 1997: 81**)

2. Pengalaman orang lain (*Vicarious Experience*)

Proses ini merupakan proses dimana seseorang menilai kemampuannya dalam hubungannya dengan apa yang dicapai oleh orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang seakan-akan membandingkan dirinya dengan orang lain yang berada dalam situasi yang sama, seperti teman sekelas, rekan kerja, saingan, atau orang yang berada pada keadaan yang berbeda namun melakukan usaha yang sama.

Ketika seseorang melihat orang lain yang memiliki persamaan dengannya berhasil dalam suatu hal, ia dapat meyakinkan dirinya sendiri bahwa jika orang lain dapat melakukan sesuatu maka ia juga dapat melakukan hal tersebut. Dengan kata lain, efikasi dirinya akan meningkat. Namun ketika ia melihat orang lain yang ia anggap memiliki kemampuan yang sama dengannya gagal dalam suatu hal, efikasi dirinya akan berkurang. Apabila seseorang melihat orang lain yang ia anggap berbeda dengan dirinya, efikasi dirinya tidak terlalu banyak dipengaruhi oleh perilaku dan hasil yang dicapai oleh model tersebut (**Bandura, 1997: 86-87**)

3. Persuasi secara verbal (*Verbal persuasion*)

Seseorang yang diyakinkan secara verbal bahwa ia memiliki kemampuan untuk menguasai tugas yang diberikan kemungkinan besar akan mengerahkan usaha yang lebih besar dan akan mempertahankan usahanya daripada menyimpan keraguan dan meikirkan kekurangan dirinya pada saat kesulitan muncul. Persuasi secara verbal ini akan memberikan pengaruhnya yang paling kuat pada seseorang yang mempunyai sejumlah alasan untuk mempercayai

bahwa ia dapat memberikan pengaruh melalui tindakannya (**Bandura, 1997: 101**) Persuasi secara verbal seringkali disampaikan kepada seseorang melalui umpan balik mengenai apa yang telah ditampilkannya. Persuasi secara verbal ini biasanya disampaikan dengan cara mengatakan kepada orang yang dimaksud bahwa ia memiliki kemampuan, bahwa ia telah berusaha dengan keras, atau bahwa ia harus berusaha lebih keras (**Schunk, 1982 & Cox, 1986, dalam Bandura 1997: 102**).

4. Keadaan fisiologis dan afektif (*Physiological and affective states*)

Pada aktivitas yang melibatkan kekuatan dan stamina, seseorang akan menilai kelelahan, rasa sakit, dan penderitannya sebagai ketidakmampuannya fisiknya. Selain keadaan fisiologis, mood juga mempengaruhi penilaian seseorang terhadap efikasi diri yang dimilikinya (**Bandura, 1997: 106**). Mood yang positif meningkatkan perceived efikasi diri, sedangkan mood yang negatif akan menurunkannya (**Bandura, 1994 dalam <http://www.des.emory.edu/mfp/BanEncy.html>**).

Jadi, cara keempat untuk membentuk efikasi adalah dengan meningkatkan status fisik, mengurangi stress, dan perasaan emosional negatif, dan memperbaiki kesalahan interpretasi atas reaksi-reaksi tubuh.

Yang menjadi penting disini bukanlah intensitas emosional dan reaksi fisik yang ditunjukkan individu, melainkan bagaimana individu mempersepsikan dan menginterpretasikan.

Proses Psikologi Efikasi Diri

Menurut **Bandura(1997: 116)**, efikasi diri berakibat pada suatu tindakan manusia melalui proses motivasional, kognitif, afektif, dan seleksi. Keempat proses yang berbeda ini biasanya bekerja dalam kesatuan dalam regulasi yang berkesinambungan dari fungsi-fungsi individu.

1. Proses kognitif,

Mayoritas tindakan individu diawali dengan pikiran. Konstruksi kognisi merupakan petunjuk untuk bertindak dalam usaha pengembangan ketrampilan

(Bandura, 1986a; Carrol & Bandura, 1990; Bandura, 1997: 116). Sistem kognisi yang dimiliki memungkinkan individu untuk mempersepsi rangsangan yang ada di dalam diri maupun di luar diri individu.

2. Proses motivasional

Efikasi diri memegang peranan yang penting dalam motivasi. Kebanyakan motivasi yang ada dalam diri individu terbentuk secara kognitif. Seseorang mengarahkan perilakunya pada suatu tujuan tertentu karena telah memikirkan hal tersebut. Terdapat tiga bentuk motivator kognitif, yaitu: *causal attribution*, *outcome expectancies*, dan *cognized goals*.

Menurut *causal attribution*, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang tinggi cenderung mengartikan kegagalan sebagai kurangnya usaha yang dilakukan. Sedangkan individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung mengartikan kegagalan disebabkan oleh kemampuan yang kurang. *Causal attribution* ini dapat mempengaruhi motivasi, *performance* yang dicapai, dan reaksi-reaksi afektif terutama *belief* dari sel efikasi.

Menurut teori *outcome expectancies*, motivasi diatur oleh harapan dimana rangkaian perilaku tertentu akan menghasilkan hasil tertentu disertai makna dari hasil tersebut. Menurut *goal theory*, *goal* yang penuh dengan tantangan akan meningkatkan dan mempertahankan motivasi. Motivasi yang didasarkan pada penentuan *goal* melibatkan proses perbandingan kognitif. Efikasi diri berperan dalam meningkatkan motivasi melalui beberapa cara. Efikasi diri menentukan *goal* yang telah ditentukan oleh individu untuk diri mereka sendiri; berapa banyak usaha yang mereka lakukan, berapa lama mereka dengan gigih bertahan menghadapi kesulitan dan ketabahan dalam mengatasi kegagalan dan hambatan.

3. Proses afektif

Keyakinan seseorang akan kemampuannya akan mempengaruhi berapa banyak stres dan depresi yang akan dialaminya. Hal itu mempengaruhi level dari efikasi diri mereka. Efikasi diri seseorang berhubungan dengan

pengendalian *stressor*, yang berarti mampu atau tidaknya seseorang mengendalikan *stressor* agar dirinya tidak mengalami gangguan-gangguan emosional.

Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi berarti mampu mengendalikan *stressor* sehingga dirinya tidak perlu mengalami goncangan emosional yang terlampau berat. Sedangkan orang dengan efikasi diri yang rendah cenderung sulit untuk mengendalikan *stressor* sehingga dapat mengalami goncangan emosional dengan frekuensi dan intensitas yang cukup tinggi.

4. Proses seleksi

Keyakinan seseorang tentang personal efikasi yang dimilikinya dapat mempengaruhi tipe dari aktivitas dan lingkungan yang mereka pilih setelah melalui proses pertimbangan dan seleksi. Seseorang cenderung untuk lebih memilih aktivitas dan situasi di mana mereka yakin bahwa peluang mereka untuk sukses dan berhasil pada aktivitas serta situasi tersebut besar, maka cenderung untuk menghindari aktivitas dan situasi dimana mereka tidak yakin peluang mereka untuk sukses besar.

Peranan Efikasi Diri Pada Tingkah Laku

Efikasi diri merupakan sebuah faktor penting dalam memperkirakan motivasi seorang murid. Efikasi diri mempengaruhi besaran usaha (*level of effort*). Keteguhan akan tujuan (*persistence*) dan pemilihan kegiatan (*choice of activities*). (Bandura, 1982; Schunk, 1989c; Zimmerman, Bandura, & Martinez-Pons, 1992; dalam Ormrod, 2000: 450). Penjelasannya sebagai berikut:

- a. Untuk menentukan pemilihan tingkah laku (*choice of activities*).

Orang cenderung akan melakukan tugas tertentu dimana ia merasa memiliki kemampuan yang baik untuk menyelesaikannya. Jika seseorang memiliki keyakinan diri yang besar bahwa ia mampu mengerjakan tugas tertentu, maka ia akan lebih memilih mengerjakan tugas tersebut dari pada tugas yang lainnya. Ini menunjukkan bahwa efikasi diri juga menjadi

pendorong timbulnya suatu tingkah laku.

b. Mempengaruhi besaran usaha (*level of effort*).

Sebagai penentu besarnya usaha dan daya tahan dalam mengatasi hambatan atau pengalaman aversif. (Bandura; Stenberg, 1990; dalam Shely Andayani, 2008: 17) mengatakan bahwa efikasi diri menentukan berapa lama individu dapat bertahan dalam mengatasi hambatan dan situasi yang kurang menyenangkan. Efikasi diri yang tinggi akan menurunkan kecemasan yang menghambat penyelesaian tugas, sehingga mempengaruhi daya tahan individu.

c. Keteguhan akan tujuan (*persistence*)

Mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional Beck (Bandura, 1986; dalam Shely Andayani, 2006: 18) menyatakan bahwa efikasi diri mempengaruhi pola pikir dan reaksi emosional individu baik dalam menghadapi situasi saat ini dan mengantisipasi situasi yang akan datang. Semakin tinggi efikasi diri yang dipersepsi, semakin tinggi *goal* yang menantang seseorang tentukan untuk dirinya dan semakin kuat komitmen yang dimiliki terhadap *goal* tersebut. Semakin rendah efikasi diri yang dipersepsi semakin rendah *goal* yang seseorang tentukan untuk dirinya dan semakin lemah juga komitmen yang dimiliki terhadap *goal* tersebut.

Keyakinan setiap individu pada kemampuannya dapat berbeda-beda bergantung pada penilaian masing-masing individu tersebut pada kemampuan yang dimilikinya. Jika individu dihadapkan pada situasi yang sama dengan suatu permasalahan yang sama, belum tentu mereka dapat mengatasi permasalahan tersebut sama baiknya, hal ini disebabkan karena mereka ditunjang dengan kemampuan, harapan, dan rasa keyakinan diri yang dimiliki masing-masing individu dalam mengatasi permasalahan yang terjadi.

(Bandura, 1993; dalam Gage & Berliner, 1998: 349) mengungkapkan bahwa para mahasiswa yang memiliki kemampuan sama mungkin akan memiliki nilai yang berbeda dalam suatu tes tertentu, tergantung pada efikasi diri yang mereka miliki. Rasa efikasi yang kuat akan mempertinggi pencapaian hasil dari seseorang. Ciri-ciri efikasi diri yang tinggi (Bandura, 1997: 214-215) adalah:

1. Akan melakukan pendekatan terhadap tugas yang sulit sebagai sebuah tantangan untuk dihadapi daripada sebuah ancaman yang harus dihindari.
2. Memiliki ketertarikan dan keterlibatan yang mendalam pada aktivitas, mempertahankan komitmen yang kuat terhadap tugas dan mempertinggi usaha mereka ketika gagal
3. Lebih cepat mengembalikan rasa keyakinan mereka setelah menghadapi kegagalan dan menganggap bahwa kegagalan diakibatkan oleh tidak cukupnya pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki untuk menyelesaikan tugas untuk memperbaiki kesalahannya tersebut

Sebaliknya, mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah memiliki ciri-ciri sebagai berikut:

1. Cenderung untuk menghindari tugas-tugas yang sulit karena mereka secara pribadi merasa terancam.
2. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri yang rendah juga menentukan standar prestasi yang rendah bagi diri mereka sendiri
3. Mereka juga memiliki komitmen yang lemah terhadap tujuan yang telah mereka pilih
4. Mereka meikirkan ketidakmampuan mereka serta lebih meusatkan perhatian pada rintangan yang mungkin akan mereka hadapi serta membayangkan kegagalan kesuraman yang mungkin akan terjadi.
5. Apabila mengalami kesulitan, mereka akan mencari sejumlah tujuan, mengurangi usaha mereka, mudah menyerah dan seringkali menganggap kegagalan mereka sebagai akibat dari ketidakmampuan mereka (Bandura, 1997: 39)

Kerangka Pemikiran

Selama proses menyelesaikan skripsi, mahasiswa dihadapkan pada sejumlah tugas

seperti menemukan permasalahan dan judul, mencari teori yang cocok untuk digunakan dalam membahas permasalahan tersebut, memahami sejumlah teori, dan menuliskan dalam bentuk laporan skripsi. Tugas tersebut harus mereka hadapi demi untuk mencapai tujuan mereka yaitu skripsi yang terselesaikan sesuai dengan ketentuan dan batas waktu yang diharapkan. Dalam memenuhi tugas tersebut, mereka mengalami sejumlah hambatan dan tuntutan yang seringkali menjadikan mereka tertekan, cemas, dan stress.

Selama penyusunan skripsi mahasiswa dibantu oleh dua orang dosen pembimbing yaitu dosen pembimbing 1 dan dosen pembimbing 2. Kedua dosen pembimbing tersebut bertugas untuk membimbing dan memberikan dukungan kepada mahasiswa agar mereka dapat menyelesaikan skripsi mereka sesuai dengan waktu yang direncanakan.

Bentuk dukungan yang diterima mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi dari kedua dosen pembimbing yaitu berupa dukungan emosional (*emotional support*), dukungan instrumental (*instrumental support*), dukungan informasi (*information support*), dukungan persahabatan (*companionship support*), dan dukungan umpan balik, persetujuan, dan perbandingan sosial (*feedback, validation, atau social comparison support*). Dukungan emosional merupakan kemampuan dosen pembimbing untuk mendengarkan keluhan mahasiswa ketika memiliki masalah dalam menyelesaikan skripsi. Dukungan emosional ditunjukkan dengan memberikan ekspresi empati, kepedulian, perhatian terhadap mahasiswa sehingga mahasiswa merasa nyaman, aman, juga merasa dicintai saat mahasiswa sedang mengalami tekanan atau dalam keadaan stress. Dengan dukungan ini mahasiswa skripsi yang belum juga dapat menyelesaikan skripsinya dan saat ini telah atau sedang dalam pengambilan ketiga kalinya atau selama tiga semester, mengalami sejumlah kesulitan dan hambatan selama penyusunan skripsi yang menjadikan mereka mengalami tekanan karena terus saja mengalami kegagalan. Sehingga diharapkan dosen pembimbing memberikan dukungannya dengan memberikan ekspresi atau reaksi empati, kepedulian dan perhatian kepada mahasiswanya sehingga mahasiswa dapat merasa aman, nyaman saat mahasiswa sedang

menghadapi berbagai hambatan dan kesulitan. Dukungan instrumental diberikan oleh dosen pembimbing melalui bantuan secara nyata seperti memberikan atau meminjamkan sejumlah buku, jurnal, atau referensi dalam bentuk apapun kepada mahasiswa sebagai bahan bacaan agar dapat lebih mendalami atau memahami skripsi yang mereka buat. Dukungan informasi meliputi pemberian informasi yang berguna dalam menyelesaikan masalah mahasiswa dalam menyelesaikan skripsinya, berupa saran dan cara-cara agar skripsi mereka bisa sesuai dengan kaidah penulisan karya ilmiah yang benar. Dukungan persahabatan meliputi kesediaan dosen pembimbing untuk berpartisipasi dengan mahasiswa dalam membahas dan menyelesaikan skripsi mereka. Dosen pembimbing tidak segan untuk langsung berinteraksi dengan mahasiswa dan berdiskusi bersama. Umpan balik, persetujuan, atau perbandingan sosial ditunjukkan dengan memberikan evaluasi atas apa yang sudah mahasiswa kerjakan disesuaikan dengan norma. Memberikan penjelasan apabila ada kesalahan yang mahasiswa buat juga memberikan penjelasan atau perkuatan terhadap hal yang sudah benar mahasiswa lakukan atau kerjakan. Setelah itu, memberikan masukan, arahan, nasehat, mengenai langkah-langkah yang sebaiknya mahasiswa tempuh untuk dapat menyelesaikan skripsi mereka. Bentuk-bentuk dukungan yang diberikan dosen pembimbing tersebut merupakan bentuk reaksi evaluasi dari dosen pembimbing kepada mahasiswanya dalam menjalani proses penyelesaian skripsi. Reaksi evaluasi tersebut diharapkan dapat menjadikan mahasiswa merasa mampu untuk dapat menyelesaikan skripsinya.

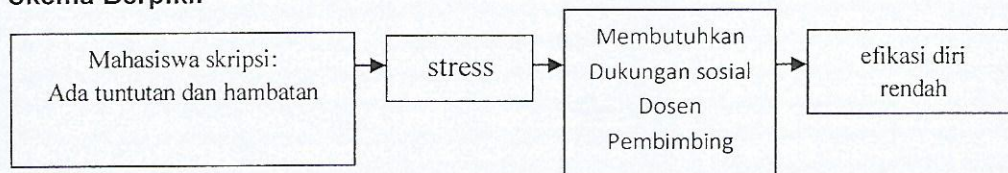
Penilaian seseorang terhadap kemampuannya dan kinerja akademiknya yaitu berupa perasaan yakin atau tidak yakin akan kemampuan yang dimilikinya dalam mencapai tujuan atau dikenal dengan efikasi diri. Efikasi diri yang dimaksud dalam penelitian ini adalah keyakinan mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Bandung akan kemampuan untuk mengerjakan skripsi. Pemaknakan mahasiswa akan dukungan guru yang dalam hal ini berasal dari dosen pembimbing akan membentuk penilaian yang menyangkut pola pikir positif terhadap dirinya sendiri mengenai keyakinan mereka atas kemampuannya untuk dapat menyelesaikan

skripsi merupakan proses kognitif (*cognitive processes*). Setelah memaknakan dukungan dosen pembimbing tersebut, mahasiswa kemudian menyusun kembali informasi mengenai dorongan, evaluasi, umpan balik yang berkesinambungan, atau dengan mencontohkan dan memberikan model mengenai strategi-strategi spesifik, perilaku, ataupun pemikiran ke dalam ingatan. Informasi yang disimpan mengenai dukungan dosen pembimbing ini dapat dalam bentuk verbalisasi mengenai bantuan langsung yang diberikan maupun dalam bentuk pembayangan aktivitas yang harus dilakukan. Dengan menggunakan informasi tersebut ia mempertimbangkan bahwa apabila ia melakukan perilaku yang sama dengan yang disarankan oleh dosen pembimbing mungkin ia juga akan dapat menghadapi tuntutan yang dihadapinya. Dengan pertimbangan tersebut, mahasiswa kemudian berpikir bagaimana jika ia sendiri menerapkan perilaku yang disarankan oleh dosen pembimbing melalui dukungannya tersebut. Hal ini dinamakan proses motivasi (*motivational process*). Setelah melakukan pertimbangan dan berpikir, keyakinan seseorang terhadap kemampuannya akan mempengaruhi berapa banyak stres dan depresi yang akan dialaminya. Hal itu mempengaruhi level dari efikasi diri mereka yang berarti mampu atau tidaknya seseorang mengendalikan *stressor* agar dirinya tidak mengalami gangguan-gangguan emosional dan hal ini merupakan proses afektif (*affective process*). Hal tersebut dapat mempengaruhi tipe dari aktivitas dan lingkungan yang mereka pilih setelah melalui proses pertimbangan dan seleksi. Mahasiswa akan mengabaikan aktivitas dan lingkungan yang mereka percaya di luar kemampuan adaptasi mereka, tetapi mereka siap untuk mengambil aktivitas yang

menantang dan memilih lingkungan yang mereka nilai dapat mereka atur untuk mencapai tujuan tersebut. Seseorang cenderung untuk lebih memilih aktivitas dan situasi di mana mereka yakin bahwa peluang mereka untuk sukses dan berhasil pada aktivitas serta situasi tersebut besar, maka cenderung untuk menghindari aktivitas dan situasi dimana mereka tidak yakin peluang mereka untuk sukses besar dalam mencapai tujuan mereka atau disebut proses seleksi (*selection process*). Dengan adanya proses tersebut barulah mahasiswa menampilkan perilaku sebagaimana yang disarankan atau dikehendaki oleh dosen pembimbing melalui dukungannya dengan harapan ia akan bisa menghadapi dan menyelesaikan tugas-tugas, kesulitan, atau hambatan yang ditemui.

Mahasiswa dengan efikasi yang tinggi akan berusaha untuk tetap pendekatan terhadap tugas yang sulit, ketertarikan dan keterlibatan yang mendalam pada aktivitas, dan lebih cepat mengembalikan rasa keyakinan mereka setelah menghadapi kegagalan. Hal ini kemudian menjadikan mahasiswa dapat mengatasi dan menghadapi permasalahannya selama proses menyelesaikan skripsi. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki keraguan akan keyakinan mereka (efikasi diri rendah) akan cenderung untuk menghindari tugas-tugas yang sulit, menentukan standar prestasi yang rendah bagi diri mereka sendiri, dan apabila mengalami kesulitan, mengurangi usaha, mudah menyerah dan seringkali menganggap kegagalan mereka sebagai akibat dari ketidakmampuan mereka sehingga akan menumbuhkan penilaian yang negatif terhadap dirinya sendiri dan akan mengalami kesulitan serta kegagalan dalam menghadapi kesulitan selama proses penyelesaian skripsi.

Skema Berpikir



Terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA. Sehingga semakin rendah

dukungan sosial dosen pembimbing yang diterima, semakin rendah pula efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA.

Metodologi Penelitian

Penelitian yang dilakukan menggunakan teknik korelasional yang bertujuan untuk menyelidiki sejauh mana sebuah variabel berkaitan dengan variabel yang lain berdasarkan koefisien korelasi. (Suharsimi Arikunto, 2000 : 326)

Pada penelitian ini, teknik analisis menggunakan statistik uji korelasi *rank spearman* untuk menguji hipotesis penelitian dan korelasi antar variabel. Alasan

penggunaan teknik analisis korelasi *Rank Spearman* adalah :

1. Data berpasangan
2. Data berskala ordinal
3. Data statistik berbentuk non parametrik

Hasil Dan Pembahasan

Dari hasil perhitungan statistik korelasi parsial dukungan sosial pada setiap aspek dengan efikasi diri sebagai berikut :

| ASPEK | HASIL PERHITUNGAN |
|------------------------------|-------------------|
| 1. Pemilihan aktivitas | 0,0148 |
| 2. Besaran usaha | 0,067 |
| 3. Keteguhan terhadap tujuan | 0,241 |

Tergambar bahwa nilai korelasi parsial tertinggi ada pada keteguhan terhadap tujuan artinya semakin tinggi dukungan social dasar pembimbing terhadap mahasiswa, maka semakin tinggi pula keteguhan terhadap tujuan

yang dimiliki seorang mahasiswa pengontrak skripsi lebih dari dua semester,

Sedangkan hasil tabulasi silang sebagai berikut :

| Efikasi Diri (Y) | Dukungan Sosial (X) | | | | Total | |
|------------------|---------------------|----|--------|----|-------|-----|
| | Tinggi | | Rendah | | F | % |
| | F | % | F | % | | |
| Tinggi | 18 | 36 | 7 | 14 | 25 | 50 |
| Rendah | 7 | 14 | 18 | 36 | 25 | 50 |
| Total | 25 | 50 | 25 | 50 | 50 | 100 |

Bahwasanya mahasiswa yang memaknakan dukungan social dosen pembimbing tinggi serta memiliki *Self Efficacy* tinggi sebanyak 18 orang (36%), sedangkan mahasiswa yang memaknakan dukungan social dosen pembimbing tinggi dan memiliki *Self Efficacy* rendah 7 orang (14%). Disisi lain yang memaknakan dukungan social dosen pembimbing rendah serta mempunyai *Self Efficacy* rendah sebanyak 18 orang (36%).

Pembahasan

Selanjutnya adanya hubungan positif antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan *Self Efficacy* diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari 2 semester di Fakultas Psikologi Unisba dengan korelasi sebesar $\sqrt{s} = 0,55$ menunjukkan semakin tinggi efikasi mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari 2 semester di Fakultas Psikologi Unisba, demikian juga sebaliknya semakin rendah dukungan sosial dosen pembimbing maka semakin rendah efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari

2 semester di Fakultas Psikologi Unisba. Nilai korelasi tersebut dapat diartikan bahwa dukungan sosial dosen pembimbing (*significant person*) merupakan salah satu factor yang mempengaruhi efikasi diri sebesar 55% dan 45% berasal dari factor lain (telah dikontrol sepenuhnya oleh peneliti). Namun berdasarkan penelitian sebelumnya faktor lain yang dimaksud yaitu dukungan sosial dari orang tua dan persepsi terhadap teman sebaya. Phinney dan Haas (2003) berpendapat bahwa mahasiswa yang menunjukkan dukungan sosial yang kuat sama dengan tujuan pendidikan mereka lebih mengalami efikasi diri artinya efikasi diri yang dimiliki meningkat. Pada penelitian ini dukungan sosial yang kuat sama dengan tujuan mahasiswa pengontrak skripsi lebih dari 2 semester yaitu penyelesaian skripsi mereka untuk menyelesaikan skripsi banyak tuntutan dan hambatan yang dialami mahasiswa dan untuk menanggulangi hal ini bantuan, dorongan, dan umpan balik sangat dibutuhkan oleh mereka. Dosen pembimbing merupakan

orang pertama untuk tempat bertanya. Dukungan sosial dosen pembimbing berupa informasi dan nasehat, verbal atau non verbal, bantuan nyata atau tindakan (Gottlieb 2000). Ada dan tidaknya dukungan sosial tentunya dimaknakan secara berbeda oleh mahasiswa.

Nilai korelasi parsial 0,361 yang merupakan nilai tertinggi dibandingkan aspek dukungan sosial lain jika dihubungkan dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari 2 semester di Fakultas Psikologi Unisba. Misalnya dukungan umpan balik, validasi dan perbandingan sosial yang meliputi pemberian umpan balik, persetujuan dan perbandingan positif; yang kesemuanya diberikan secara verbal. Caranya dengan mengatakan bahwa ia memiliki kemampuan, bahwa ia telah berusaha keras atau berusaha lebih keras (Schunk 1982, Schunk & Cox 1986). Menurut Bandura (1997:101) seseorang yang telah diyakinkan secara verbal kemungkinan besar akan mengerahkan usaha yang lebih besar dan mempertahankan usahanya.

Begitu juga halnya dengan mahasiswa Fakultas Psikologi Unisba yang mengontrak skripsi lebih dari 2 semester, mereka butuh umpan balik, hal ini menjadikan mereka mempertahankan usahanya dalam memenuhi sejumlah tuntutan dan menghadapi kesulitan. Mereka mengerti kesalahan itu di bagian mana sehingga tergerak memperbaikinya. Mereka merasa mampu memenuhi permintaan dosen pembimbing dengan melengkapi draft skripsi. Ketika mengalami hambatan (kesulitan dan kegagalan) mampu lebih cepat mengembalikan rasa yakin mereka dan menambah usaha mereka mencari pemecahannya.

Dukungan informasi diperoleh dengan nilai korelasi sebesar 0,197. Hal ini berupa pemberian pengetahuan yang dimiliki dosen pembimbing yang terkait dengan penelitian mereka. Nasehat seperti strategi membagi dan menggunakan waktu, langkah dalam menyusun skripsi, bimbingan yang bersifat mengarahkan sehingga mereka lebih yakin kemana arah dan informasi berasal dari orang yang lebih berpengalaman. Perilaku mahasiswa menunjukkan efikasi diri yang tinggi, karena mahasiswa cepat mengubah strategi yang salah, dapat mengatasi lebih

banyak persoalan, lebih teliti, lebih tekun bila mengalami kegagalan.

Aspek lain dari dukungan sosial yang memiliki korelasi negative jika dihubungkan dengan efikasi diri yaitu aspek dukungan emosional (-0,018), aspek dukungan instrumental (-0,115), aspek dukungan persahabatan (-0,183) artinya semakin tinggi dukungan sosial dosen pembimbing pada aspek-aspek tersebut tidak diikuti dengan peningkatan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari 2 semester. Timbulnya perasaan cemas, takut, ragu akan kemampuan mereka membuat mereka menghindari skripsi, tidak mengumpulkan revisi sesuai waktu yang telah diagendakan, tidak melakukan bimbingan.

Walaupun terdapat hubungan positif antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri mahasiswa pengontrak skripsi lebih dari 2 semester, dari hasil tabulasi silang terdapat 7 atau 14% mahasiswa yang memaknakan dukungan sosial tinggi namun mereka memiliki efikasi diri yang rendah dari 50 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Artinya meskipun mahasiswa memiliki dukungan sosial dari dosen pembimbing yang tinggi namun tidak membuat efikasi diri dalam menyelesaikan skripsi menjadi tinggi pula. Hal ini karena pengalaman keunggulan (*mastery experience*) (Bandura 1997). Walau dibantu mahasiswa merasa ragu untuk menyelesaikan skripsi. Mereka telah gagal.

Selain itu 7 orang (14%) mahasiswa memiliki dukungan sosial dosen pembimbing rendah, namun memiliki efikasi diri yang tinggi dalam penyelesaian skripsi dari 50 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian. Artinya meski mahasiswa memiliki penghayatan rendah terhadap dukungan sosial dosen pembimbing namun tidak membuat efikasi diri mereka dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi mereka menjadi rendah. Mereka memiliki pengalaman keunggulan (*mastery experience*) yaitu mengatasi rintangan dengan usaha yang gigih (Bandura 1997:79). Atau peroleh dukungan dari orang tua, keluarga, teman sebaya atau dosen wali. Atau pengalaman orang lain yang berhasil turut berpengaruh pada mahasiswa tersebut. Mahasiswa melihat temannya yang mempunyai kemampuan yang sama, mengalami hambatan dan kesulitan yang sama.

Persuasi verbal dan dukungan yang diberikan oleh orang yang berpengaruh lebih positif diterima yang berasal dari selain dosen pembimbing akan mempengaruhi tingginya efikasi diri mahasiswa di dalam menyelesaikan skripsi.

III. PENUTUP

Kesimpulan

Adapun hal-hal yang dapat disimpulkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dosen pembimbing dengan efikasi diri pada mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA dengan nilai korelasi sebesar 0,55. Nilai korelasi tersebut menunjukkan keeratan yang tergolong sedang. Artinya, semakin rendah dukungan sosial dosen pembimbing nya maka semakin rendah pula efikasi diri mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.
2. Aspek dukungan umpan balik, validasi, dan perbandingan sosial memiliki korelasi yang paling tinggi yaitu sebesar 0,53 dibandingkan dengan aspek-aspek dukungan sosial yang lain jika dihubungkan dengan efikasi diri mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA. Hal ini berarti bahwa tinggi atau rendahnya efikasi diri mahasiswa dalam menyusun skripsi berkaitan erat dengan dukungan sosial dosen pembimbing pada aspek dukungan berupa umpan balik, persetujuan, dan perbandingan sosial.

Terdapat aspek yang keeratannya tergolong sangat lemah, bahkan hampir tidak ada yaitu aspek dukungan persahabatan.

3. Diantara aspek-aspek efikasi diri, aspek keteguhan akan tujuan menunjukkan keeratan hubungan yang paling tinggi diantara aspek yang lainnya. Nilai korelasi sebesar 0,54 menunjukkan keeratan yang tergolong sedang

Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dukungan sosial yang dihayati mahasiswa yang mengontrak skripsi lebih dari dua semester di Fakultas Psikologi UNISBA adalah dukungan berupa umpan balik, validasi, dan perbandingan sosial yang dianggap paling sesuai dengan kebutuhan mereka saat menyusun skripsi.
2. Bagi mahasiswa yang menerima dukungan sosial dari dosen pembimbing nya rendah, diharapkan dapat mengkomunikasikan apa yang diperlukan, *assertiveness* untuk meminta tolong atau mengatakan apa yang diperlukan kepada dosen pembimbing sehingga dosen pembimbing dapat memberikan dukungannya sesuai dengan yang mahasiswa butuhkan.
3. Untuk dapat memiliki efikasi diri yang tinggi dalam menyelesaikan skripsi, mahasiswa diharapkan dapat mengevaluasi kegagalan dan keunggulan mereka sebelumnya sehingga dapat mencegah hal tersebut terjadi lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi, 2000. *Prosedur Penelitian*, Jakarta, Rineka Cipta
- Alan Vaux, 1998. *Social Support : Theory, research, and intervention*, New York: Preager Publishers
- Bandura, Albert. 1997. *Self-efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Bandura, 1994. *Self Efficacy*. <http://www.des.emory.edu/mfp/BanEncy.html>
- Gage, N.L., Berliner, David C., 1979. *Educational Psychology*. USA, Rand McNally College Publishing Company.
- Gottlieb, Benjamin H., Sheldon Cohen, & Lynn G. Underwood, 2000. *Social Support Measurement and Intervention : A Guide For Health and Social Scientists*. New York, Oxford University Press, Inc.
- Hurlock, Elizabeth B. 1980. *Psikologi Perkembangan Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan, Edisi Kelima*. Jakarta : Erlangga.
- Phinney, Hass, 2003. *The Impact of Stress on Academic Success in College Student*. http://www.redorbit.com/news/health/391477/the_impact_of_stress_on_academic_success_in_college_students/
- Ormrod, Jeanne E., 2000. *Educational Psychology : Developing Learners*. New Jersey, Prentice-Hall, Inc.
- Saifuddin, Azwar, 2005. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta, Pustaka Pelajar.
- Sarafino, Edward P., 1990. *Health Psychology: Biopsichosocial Interaction*. Singapore, John Wiley & Sons Inc.
- Wardhana, Bram D., 2010. *Pendidikan Tinggi Di Indonesia*. www.pts.co.id/umum.php
- Wikipedia, 2009. *Guru.*, <http://id.wikipedia.org/wiki/Guru>