

**HUBUNGAN ANTARA EFEKTIVITAS KOMUNIKASI MAHASISWA-
DOSEN PEMBIMBING UTAMA SKRIPSI DENGAN STRES DALA M
MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO**



SKRIPSI

**Oleh:
Rindang Gunawati
M2A000059**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2005**

**HUBUNGAN ANTARA EFEKTIVITAS KOMUNIKASI MAHASISWA-
DOSEN PEMBIMBING UTAMA SKRIPSI DENGAN STRES DALA M
MENYUSUN SKRIPSI PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI
PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**Diajukan kepada Program Studi Psikologi Fakultas Ke dokteran
Universitas Diponegoro untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Guna Memperoleh Derajat Sarjana S-1 Psikologi**

SKRIPSI

**Oleh:
Rindang Gunawati
M2A000059**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG
2005**

HUBUNGAN ANTARA EFEKTIVITAS KOMUNIKASI
MAHASISWA-DOSEN PEMBIMBING UTAMA SKRIPSI
DENGAN STRES DALAM MENYUSUN SKRIPSI PADA
MAHASISWA PROGRAM
STUDI PSIKOLOGI FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO

Oleh:

Rindang Gunawati

M2A000059

ABSTRAK

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi merupakan individu yang rentan mengalami stres. Mahasiswa yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan dalam fungsi fisik, emosi, kognitif, dan tingkah laku. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres pada mahasiswa yang menyusun skripsi adalah hubungan interpersonal yang kurang harmonis dengan dosen pembimbing. Hubungan interpersonal yang kurang harmonis antara mahasiswa dengan dosen pembimbing terjadi karena adanya komunikasi interpersonal yang tidak efektif. Komunikasi interpersonal yang tidak efektif menyebabkan adanya kecemasan dan ketegangan pada diri mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Subjek penelitian ini adalah 70 mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, yang sedang menyusun skripsi minimal tiga bulan dihitung dari tanggal pendaftaran biro skripsi, telah melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing utama. Metode pengumpulan data menggunakan skala, yaitu skala stres dalam menyusun skripsi yang terdiri dari 28 item ($r = 0,9064$) dan skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi terdiri dari 32 item ($r = 0,9187$).

Hasil pengujian hipotesis dengan menggunakan analisis regresi sederhana menunjukkan hasil $r_{xy} = -0,541$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro. Efektivitas regresi dalam penelitian ini sebesar 0,293, artinya stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP 29,3% ditentukan oleh faktor efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, sedangkan 70,7% dijelaskan oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini.

Kata Kunci: efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, stres dalam menyusun skripsi.

BABI
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa adalah peserta didik yang terdaftar dan belajar pada perguruan tinggi (Buku Pedoman Universitas Diponegoro Tahun 2004/2005, h.94). Mahasiswa dalam tahap perkembangannya digolongkan sebagai remaja akhir dan dewasa awal, yaitu usia 18-21 tahun dan 22-24 tahun (Monk *et.al*., 2001, h.260-262). Pada usia tersebut mahasiswa mengalami masa peralihan dari remaja akhir ke dewasa awal.

Masa peralihan yang dialami oleh mahasiswa, mendorong mahasiswa untuk menghadapi berbagai tuntutan dan tugas perkembangan yang harus dijalankan oleh mahasiswa sebagai mahasiswa dewasa awal menurut Havinghurst (Dariyo, 2003, h.105) antara lain: mencari dan menemukan pasangan hidup, membina kehidupan rumah tangga, menitikarir dalam rangka memantapkan kehidupan ekonomi rumah tangga serta menjadi warga negara yang bertanggung jawab. Tuntutan dan tugas perkembangan mahasiswa tersebut muncul dikarenakan adanya perubahan yang terjadi pada beberapa aspek fungsional individu, yaitu fisik, psikologis dan sosial. Perubahan tersebut menuntut mahasiswa untuk melakukan penyesuaian diri.

Penyesuaian diri merupakan suatu proses individu dalam memberikan respon terhadap tuntutan lingkungan dan

kemampuan untuk melakukan coping terhadap stres (Rathus & Nevid, 2002, h.4). Penyesuaian diri individu meliputi beberapa aspek, antara lain: penyesuaian personal, penyesuaian sosial, penyesuaian intelektual, dan penyesuaian perkawinan. Penyesuaian personal merupakan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri dengan fisik dan emosi, seksual, serta moral dan keberagaman. Penyesuaian sosial meliputi penyesuaian diri dalam keluarga, sekolah dan masyarakat. Penyesuaian vokasional meliputi penyesuaian di bidang pendidikan yang merupakan bekal untuk mencari pekerjaan. Penyesuaian perkawinan meliputi kemampuan untuk menyesuaikan diri dalam kehidupan perkawinan (Schneiders, 1964, h.429).

Kegagalan individu dalam melakukan penyesuaian diri dapat menyebabkan individu mengalami gangguan psikologis, seperti ketakutan, kecemasan, dan agresifitas (Schneiders, 1964, h.130). Adapun salah satu masalah penyesuaian diri yang sering dihadapi mahasiswa adalah penyesuaian diri vokasional, yaitu penyesuaian diri dalam bidang pendidikan. Kondisi tersebut dikarenakan pendidikan yang diterapkan pada mahasiswa Perguruan Tinggi berbeda dengan pendidikan tingkat sebelumnya yaitu SMA.

Pendidikan akademik mahasiswa merupakan pendidikan yang diarahkan terutama pada penguasaan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni serta pengembangannya (Buku Pedoman Universitas Diponegoro Tahun 2004/2005, h.91). Adanya pengaruh pendidikan akademik tersebut menyebabkan

adanya perbedaan sistem pembelajaran dan sistem penyelenggaraan pendidikan yang diterapkan pada mahasiswa di Perguruan Tinggi dan di SMA.

Penyelenggaraan pendidikan di Perguruan Tinggi menggunakan Sistem Kredit Semester (SKS). Sistem Kredit Semester adalah suatu sistem penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan satu kredit semester (sks) untuk menyatakan beban studi mahasiswa, beban kerja dosen, pengalaman belajar dan penyelenggaraan program (Sudiyono, 2004, h.14). Penyelenggaraan pendidikan dengan menggunakan SKS menuntut mahasiswa untuk menentukan secara mandiri beban belajar sesuai dengan kemampuannya, khususnya kemampuan akademik. Prosedur tersebut berbeda dengan prosedur yang ada dalam jenjang pendidikan sebelumnya yaitu SMA. Pada jenjang pendidikan SMA, beban belajar telah ditentukan oleh pihak sekolah berdasarkan prosedur yang telah dibuat oleh Departemen Pendidikan Nasional.

Sistem pembelajaran pada mahasiswa menggunakan sistem pembelajaran andragogi, tetapi dalam pelaksanaannya sistem pembelajaran tersebut belum dapat dilaksanakan secara optimal.

Sistem pembelajaran andragogi adalah sistem pembelajaran dengan cara mengorganisasikan, mengembangkan, dan memperkaya serta meningkatkan pengetahuan dan pengalaman yang telah dimiliki oleh peserta didik (Lunandi, 1982, h.1). Sistem pembelajaran tersebut menuntut adanya keaktifan dan kemandirian peserta didik dalam proses belajar mengajar.

Adanya ketidakoptimalan pelaksanaan sistem pembelajaran tersebut berpengaruh pada kurangnya kemandirian mahasiswa dalam mengatasi masalah yang ditemui dalam proses belajar mengajar, sehingga mahasiswa selalu tergantung kepada dosen dalam menghadapi permasalahan belajar mengajar. Adanya ketergantungan pada dosen dapat menjadi masalah yang besar bagi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, karena skripsi merupakan tugas individu yang memerlukan kemandirian yang tinggi.

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwadarminta, 1983, h. 957). Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah tersebut, karena skripsi diwajibkan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar akademis sebagai sarjana. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat menyesuaikan diri dengan proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi. Proses belajar yang ada dalam penyusunan skripsi berlangsung secara individual, sehingga tuntutan akan belajar mandiri sangat besar. Mahasiswa yang menyusun skripsi dituntut untuk dapat membuat suatu karya tulis dari hasil penelitian yang telah dilakukan dan diharapkan dapat bermanfaat masyarakat secara umum. Peran dosen dalam membimbing skripsi hanya bersifat membantuh mahasiswa mengatasi kesulitan yang ditemui oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi (Redl & Watten, 1959, h. 299). Adanya ketergantungan yang besar pada dosen pembimbing dapat menyebabkan masalah bagi mahasiswa dalam penyusunan skripsi dan dapat menyebabkan kegagalan penyusunan skripsi.

Adapun masalah-masalah yang umum dihadapi oleh mahasiswa dalam menyusun skripsi adalah, banyaknya mahasiswa yang tidak mempunyai kemampuan dalam tulis menulis, adanya kemampuan akademis yang kurang memadai, serta kurangnya ketertarikan mahasiswa pada penelitian (Slamet, 2003). Kegagalan dalam penyusunan skripsi juga disebabkan oleh adanya kesulitan mahasiswa dalam mencari judul skripsi, kesulitan mencari

literatur dan bahan bacaan, dan yang terbatas, serta adanya keceemasan dalam menghadapi dosen pembimbing (Riewanto, 2003). Apabila masalah-masalah tersebut menyebabkan adanya tekanan dalam diri mahasiswa maka dapat menyebabkan adanya stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro menunjukkan bahwa mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro yang sedang menyusun skripsi sering mengalami masalah keceemasan dalam menghadapi dosen pembimbing. Kecemasan menghadapi dosen pembimbing ditunjukkan oleh mahasiswa dalam perilaku menghindari bertemu dengan dosen pembimbing. Peneliti juga menemukan adanya perilaku mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro dalam keseharian menunjukkan adanya gejala stres. Gejala stres yang ditunjukkan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro antara lain banyak keluhan mahasiswa mengenai sakit kepala yang sering mengganggu aktivitas sehari-hari, keluhan mengenai gangguan tidur berupa kesulitan tidur, sering terlintas cemas, sering terlihat mudah marah, dan ada beberapa mahasiswa yang menunjukkan gejala gangguan daya ingat yang ditunjukkan dengan seringnya mahasiswa lupa pada janji bimbingan dengan dosen pembimbing dan janji dengan teman.

Stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus & Nevid, 2002, h. 142). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika seseorang tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan.

Stres tidak selalu berdampak negatif pada diri individu, tetapi stres dapat berdampak positif. Stres yang berdampak negatif disebut dengan *distress* dan stres yang berdampak positif

disebut *eustress*. Adanya perbedaan dampak stres pada diri individu disebabkan oleh adanya perbedaan karakteristik masing-masing individu. Perbedaan karakteristik tersebut menentukan respon individu terhadap stimulus yang menjadi sumber stres, sehingga respon setiap individu akan berbeda-beda walaupun stimulus yang menjadi sumber stresnya sama.

Hardjana (1994, h. 39-42) menyatakan bahwa stres dapat menyebabkan gangguan pikiran, emosi, perilaku. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan fungsi pikiran, seperti kecacauan pikiran yang menyebabkan adanya kesulitan dalam konsentrasi dan kesulitan dalam mengingat. Gangguan emosi yang sering dialami oleh individu yang stres adalah ketidakstabilan emosi yang menyebabkan mudah marah. Adapun salah satu bentuk gangguan perilaku yang dialami oleh individu yang stres adalah adanya peningkatan perilaku agresif pada diri individu.

Stres dapat membawa dampak negatif bagi kesehatan, karena stres dapat menurunkan kekebalan tubuh individu. Individu yang mengalami stres umumnya akan mengalami penurunan kekebalan tubuh yang akan menyebabkan mudah terserang penyakit (Hardjana, 1994, h. 43). Pada saat stres ada perubahan sistem fisik dalam tubuh individu yang mengakibatkan timbulnya suatu penyakit. Penyakit yang disebabkan oleh stres meliputi tekanan darah tinggi, penyakit jantung, kepala pusing kronis, radang perut, bisul, asma dan kanker. Stres juga dapat mendatangkan rasa sedih (*depression*).

Stres yang dialami oleh mahasiswa dapat membawa dampak negatif dan positif. Salah satu faktor yang mempengaruhi adanya perbedaan dampak tersebut adalah karakteristik individu. Berdasarkan hasil penelitian yang mengungkapkan adanya dampak negatif stres pada mahasiswa pernah dilakukan oleh Misra & McKean (2000) pada 249 mahasiswa di Universitas Midwestern Amerika, menunjukkan bahwa stres dapat menyebabkan individu mengalami kecemasan, kecacauan manajemen waktu dan *leisure satisfaction* (www.findarticles.com/p/articles/mi_mOCTG/is_1_16/ai_65640245). Penelitian eksperimen mengenai dampak negatif stres pada *performance* mahasiswa juga pernah dilakukan oleh Van Gemmert & Van Galen (1997) pada mahasiswa Psikologi di Universitas Nijmegen Belanda. Perlakuan yang diberikan pada subjek dalam penelitian ini adalah tugas menulis angka dengan pembatasan waktu yang menggunakan RT (*reaction time*) dan MT (*movement time*). Hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh kondisi stres yang dialami individu terhadap hasil pengerjaan tugas menulis angka khususnya pada aspek kognitif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres berpengaruh pada proses pikir. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi terhadap tugas yang dikerjakan.

Hasil penelitian Pangestuti tahun 2003 pada enam mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan melakukan penundaan penyelesaian skripsi mengalami peningkatan tingkat stres yang cukup tinggi (Pangestuti, 2003, h.209). Salah satu faktor yang berpengaruh pada stres yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dari faktor dosen pembimbing adalah masalah hubungan interpersonal yang negatif dengan dosen

pembimbing dalam kaitannya dengan komunikasi dan penilaian mahasiswa terhadap dosen pembimbing (Pangestuti, 2003, h. 200).

Hubungan interpersonal yang negatif merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan stres pada individu (Sarafino, 1994, h. 89). Salah satu faktor penentu positif negatifnya suatu hubungan adalah komunikasi, karena komunikasi merupakan salah satu komponen pembentuk hubungan interpersonal (Sarwono, 1997, h. 193).

Komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan lambang yang mengandung arti, baik berupa informasi, pemikiran, pengetahuan dan lainnya, dari komunikator ke komunikan (Walgito, 2001, h. 75). Komunikasi merupakan faktor yang penting dalam hubungan interpersonal. Kebutuhan seseorang akan rasa ingin tahu, aktualisasi diri, dan kebutuhan untuk menyampaikan ide, pikiran, pengetahuan dan informasi secara timbal balik kepada orang lain dapat terpenuhi melalui komunikasi. Komunikasi juga membantu individu dalam proses perkembangan intelektual dan sosial, pembentukan identitas diri dan jati diri, sumber perbandingan sosial dan penentu kesehatan mental (Supratiknya, 1995, h. 10).

Komunikasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing dalam proses penyusunan skripsi sangat penting, karena salah satu faktor penentu keberhasilan tidaknya penyusunan skripsi tergantung pada jalannya proses komunikasi antara mahasiswa dan dosen, khususnya dosen pembimbing utama skripsi. Komunikasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing merupakan komunikasi interpersonal yang berbentuk dua arah. Komunikasi interpersonal dua arah adalah komunikasi yang memungkinkan pihak komunikator dan pihak komunikan berperan secara aktif dalam memberikan respon sebagai umpan balik tentang pesan yang disampaikan dalam proses komunikasi (Walgito, 2001, h. 77). Adanya respon berupa umpan balik atas pesan yang ada dalam komunikasi merupakan tujuan dari komunikasi.

Tujuan komunikasi tidak akan tercapai, jika komunikasi tidak berjalan efektif. Efektivitas komunikasi interpersonal tercapai, bila komunikan menginterpretasikan pesan yang diterima mempunyai makna yang sama dengan maksud pesan yang disampaikan oleh komunikator (Supratiknya, 1995, h. 34). Sesuai dengan pernyataan tersebut, maka dalam komunikasi interpersonal yang efektif pesan atau isi komunikasi yang disampaikan oleh komunikator dapat diterima secara baik oleh komunikan, sehingga tujuan komunikasi tercapai. Perlu diketahui bahwa efektivitas komunikasi interpersonal, dapat diamati dari umpan

balik antara pemberi dan penerima pesan. Umpan balik dapat berupa pernyataan, sikap dan tindakan.

Rakhmat (1998, h. 13-14) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal yang efektif menyebabkan dua individu yang tergabung dalam proses komunikasi merasa senang, sehingga mendorong tumbuhnya sikap saling terbuka, sebaliknya bila komunikasi interpersonal berjalan tidak efektif maka menyebabkan perilaku komunikasi mengembangkan sikap tegang. Adanya keterbukaan dalam komunikasi memudahkan komunikator memahami maksud dan arti pesan yang disampaikan oleh komunikator dan dapat mempengaruhi komunikan untuk bersikap dan bertindak sesuai dengan harapan komunikator.

Komunikasi interpersonal antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi dapat dikatakan efektif, jika mahasiswa maupun dosen pembimbing mempunyai pemahaman yang sama pada pesan yang disampaikan oleh kedua belah pihak pada saat bimbingan skripsi. Mahasiswa maupun dosen pembimbing, juga merasakan adanya keterbukaan dan kesenangan dalam berkomunikasi. Komunikasi interpersonal antara mahasiswa dengan dosen pembimbing dapat dikatakan tidak efektif, jika mahasiswa maupun dosen pembimbing skripsi tidak mampu memahami dan menginterpretasikan pesan yang di komunikasikan, serta mahasiswa maupun dosen pembimbing menunjukkan sikap tegang, perasaan tidak nyaman, dan menutup diri. Adanya perasaan tegang, tidak nyaman dan menutup diri merupakan sebagian dari gejala stres. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti bermaksud untuk meneliti hubungan antara efektivitas komunikasi

mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Penelitian ini akan dilakukan di Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro. Latar belakang pemilihan lokasi penelitian tersebut karena beberapa alasan, antara lain: *pertama*, hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Pangestuti tahun 2003 menyatakan bahwa salah satu faktor yang berpengaruh pada peningkatan stres pada enam mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (UNDIP), khususnya yang melambatkan penundaan penyelesaian skripsi adalah faktor hubungan interpersonal yang negatif dengan dosen pembimbing dalam kaitannya dengan masalah komunikasi dalam proses pembimbingan (Pangestuti, 2003, h. 200).

Kedua, hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP, pada tanggal 28 Maret - 11 April 2005 kepada 30 mahasiswa menyatakan bahwa, pola bimbingan di Program Studi Psikologi UNDIP cukup beragam antara dosen yang satu dengan yang lain, sehingga membuat mahasiswa merasa bingung. Kondisi kebingungan tersebut membuat mahasiswa *mutung* tidak melakukan konsultasi dan akhirnya tidak mengerjakan skripsinya.

Ketiga, hasil pengamatan yang dilakukan oleh peneliti kepada mahasiswa yang mempunyai kecenderungan menghindari pertemuan dengan dosen pembimbing menyatakan bahwa, penghindaran bertemu dengan dosen pembimbing dilakukan karena ada perasaan tidak nyaman dan takut saat melakukan bimbingan. Perasaan tersebut muncul dikarenakan, mahasiswa merasa tidak mempunyai kemampuan untuk memenuhi tugas yang diberikan oleh dosen pembimbing saat bimbingan.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan masukan kepada ilmu psikologi khususnya psikologi klinis tentang salah satu faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, memberi tambahan informasi tentang hubungan efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Informasi tersebut diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk meningkatkan efektivitas komunikasi dengan dosen pembimbing skripsi, khususnya ya pembimbing utama.
- b. Bagi dosen, memberi masukan mengenai adanya hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Masukan tersebut diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan pembimbingan dengan mahasiswa dalam proses bimbingan skripsi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

Stres dalam Menyusun Skripsi

1. Pengertian Stres dalam Menyusun Skripsi

Stres pada dasarnya tidak selalu berdampak negatif, karena stres kadang dapat bersifat membantu dan menstimulasi individu untuk bertingkah laku positif. Stres yang berdampak positif biasanya disebut dengan *eustress* dan stres yang berdampak negatif biasanya disebut dengan *distress*.

Stres bukan hanya sebagai stimulus atau respon, karena setiap individu dapat memberikan respon yang berbeda pada stimulus yang sama. Adanya perbedaan karakteristik individu menyebabkan adanya perbedaan respon yang diberikan kepada stimulus yang datang. Smet (1994, h. 111) menyatakan bahwa stres adalah suatu proses yang menempatkan seseorang sebagai perantara (*agent*) yang aktif dan dapat mempengaruhi sumber stres melalui strategi-strategi perilaku, kognitif dan emosional. Pernyataan ini semakin memperjelas bahwa stres tidak hanya dapat disebut sebagai stimulus atau respon saja, karena ada aspek perilaku, kognitif dan emosional dalam diri manusia, yang masing-masing orang mempunyai karakteristik yang berbeda. Perbedaan karakteristik inilah yang membentuk adanya *individual differences*.

Sarafino (1994, h. 74) menyatakan bahwa stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Stres muncul sebagai akibat dari adanya tuntutan yang melebihi kemampuan individu untuk memenuhinya. Seseorang yang tidak bisa memenuhi tuntutan kebutuhan, akan merasakan suatu kondisi ketegangan dalam diri. Ketegangan yang berlangsung lama dan tidak ada penyelesaian, akan berkembang menjadi stres.

Sesuai dengan Sarafino, Hardjana (1994, h. 14) menyatakan bahwa stres adalah suatu keadaan atau kondisi yang tercipta bila interaksi antara individu yang mengalami tekanan dan keadaan yang dianggap mendatangkan tekanan, membuat individu melihat adanya ketidaksepadanan, antara keadaan atau kondisi dan sistem sumber daya biologis, psikis dan sosial yang ada pada diri individu.

Senadengan pengertian di atas Bishop (1994, h. 127) menyatakan bahwa stres adalah interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan suatu tekanan dalam diri individu akibat adanya suatu tuntutan yang melebihi batas kemampuan individu untuk menghadapinya dan memberikan respon fisik maupun psikis terhadap tuntutan yang dipersepsi. Pengertian ini menekankan adanya tuntutan pada diri seseorang yang melebihi kemampuannya, dan adanya proses persepsi yang dilakukan oleh

individu terhadap kejadian atau hal di lingkungannya yang menjadi sumber stres.

Stres adalah suatu kondisi adanya tekanan fisik dan psikis akibat adanya tuntutan dalam diri dan lingkungan (Rathus & Nevid, 2002, h. 142). Pernyataan tersebut berarti bahwa seseorang dapat dikatakan mengalami stres, ketika seseorang tersebut mengalami suatu kondisi adanya tekanan dalam diri akibat tuntutan-tuntutan yang berasal dari dalam diri dan lingkungan.

Berdasarkan uraian pengertian stres di atas maka, stres adalah kondisi individu yang merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungan, menyebabkan adanya suatu tekanan dan mempengaruhi aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional.

Skripsi adalah karya ilmiah yang diwajibkan sebagai bagian dari persyaratan pendidikan akademis di Perguruan Tinggi (Poerwadarminta, 1983, h. 957). Pengertian tersebut mengandung arti bahwa semua individu yang mengenyam pendidikan di perguruan tinggi wajib menyusun skripsi. Individu yang terdaftar dan belajar di Perguruan Tinggi disebut sebagai mahasiswa.

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi melakukan proses belajar secara individual. Kondisi tersebut berbeda dengan kondisi ketika mahasiswa mengikuti mata kuliah lain, karena mata kuliah lain umumnya dilakukan secara klasikal. Proses belajar secara individual tersebut menuntut mahasiswa untuk dapat mandiri dalam mencari pemecahan masalah-masalah yang dihadapi. Adapun peran dosen pembimbing adalah membantu mahasiswa mengatasi kesulitan yang ditemui ketika menyusun skripsi (Redl & Watten, 1959, h. 299).

Mahasiswa yang sedang menyusun skripsi sering mengalami stres. Mahasiswa dapat disebut mengalami stres, ketika mahasiswa merasakan adanya ketidakmampuan dalam menghadapi sumber stres yang ada dan menyebabkan tekanan dalam diri. Hasil penelitian Pangestuti (2003, h. 200) pada enam mahasiswa Psikologi UNDIP yang sedang menyusun skripsi menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi mengalami berbagai masalah yang dapat menghambat penyelesaian skripsi dan menyebabkan mahasiswa menjadi stres. Masalah tersebut berbagai menjadi dua yaitu masalah yang berasal dari faktor dalam diri pribadi meliputi penilaian negatif mengenai tugas skripsi, kebiasaan menunda dalam mengerjakan tugas akademis, sulit menentukan judul penelitian, hambatan dalam hubungan interpersonal, pengelolaan waktu yang buruk serta ketidakmampuan dalam bertahan menghadapi sumber stres. Masalah yang berasal dari faktor luar individu meliputi dosen pembimbing, keluarga terutama orangtua, sarana dan prasarana yang kurang menunjang, dan tuntutan pekerjaan.

Berdasarkan pengertian stres dan uraian kondisi dalam menyusun skripsi yang dialami oleh mahasiswa, maka dapat disimpulkan bahwa stres dalam menyusun skripsi adalah kondisi adanya tekanan dalam diri akibat adanya interaksi diri dan lingkungan yang dialami oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan berpengaruh pada aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional.

2. Aspek-aspek Stres dalam Menyusun Skripsi

Aspek-aspek stres menurut Sarafino (1994, h. 79) ada dua antaralain:

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami individu antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis dari stres berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres antara lain:

1). Gejala kognisi

Kondisi stres dapat mengganggu proses pikir individu. Individu yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

2). Gejala emosi

Kondisi stres dapat mengganggu kestabilan emosi individu. Individu yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

3). Gejala tingkah laku

Kondisi stres dapat mempengaruhi tingkah laku sehari-hari yang cenderung negatif sehingga menimbulkan masalah dalam hubungan interpersonal.

Berdasarkan uraian aspek-aspek stres yang diungkapkan oleh Sarafinodiatas, maka dapat dibuat kesimpulan bahwa aspek-aspek stres dalam menyusun skripsi terdiri dari dua aspek, antara lain:

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres dalam menyusun kripsi berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami mahasiswa wayang sedang menyusun kripsi antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis dari stres dalam menyusun kripsi berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres yang dialami oleh mahasiswa wayang sedang menyusun kripsi antara lain:

1). Gejala kognisi

Stres dalam menyusun kripsi dapat mengganggu proses pikir mahasiswa wayang sedang menyusun kripsi. Mahasiswa wayang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

2). Gejala emosi

Stres dalam menyusun kripsi dapat mengganggu kestabilan emosi mahasiswa wayang sedang menyusun kripsi. Mahasiswa yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

3). Gejala tingkah laku

Stres dalam menyusun kripsi dapat mempengaruhi tingkah lakunya mahasiswa wayang sedang menyusun kripsi. Mahasiswa cenderung untuk bertingkah laku negatif misalnya: mudah menyalahkan orang lain, suka mencari kesalahan orang lain,

**sukamelanggarnorma,dansukamelakukanpenundaan
pekerjaan.**

**Berdasarkanuraianaspek-aspekstresdalammenyusun
skripsidiatas,makaaspek-aspekstresyangdiguna kandalam
penelitianiniadalahaspekbiologisyangberupage jalafisikdan
aspekpsikisyangberupagejalakognisi,gejalaemo sidangejala
tingkahlaku.**

3.Faktor-factoryangMempengaruhiStresdalamMeny usunSkripsi

Faktor-factoryangmempengaruhistresmenurutSmet (1994,h.130-131)antaralain:

a. Variabeldalamdiriindividu

Variabeldalamdiriindividu meliputi: umur, tahap kehidupan, jenis kelamin, temperamen, faktor genetik, inteligensi, pendidikan, suku, kebudayaan, status ekonomi.

b. Karakteristikkepribadian

Karakteristikkepribadian meliputi: introvert-ekstr overt, stabilitasemosi secara umum, kepribadian ke tabahan, *locus of control*, kekebalan, ketahanan.

c. Variabelsosial-kognitif

Variabelsosial-kognitif meliputi: dukungan sosial yang dirasakan, jaringan sosial, dan kontrol pribadi yang dirasakan.

d. Hubungan dengan lingkungan sosial

Hubungan dengan lingkungan sosial adalah dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal.

e. Strategi coping

Strategi coping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar.

Michener & Delamater (1999, h. 456) menyatakan beberapa faktor yang mempengaruhi stres antaralain:

a. Pekerjaan

Beban pekerjaan yang berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stres.

b. Jenis kelamin

Studi yang dilakukan oleh Mirowsky & Ross pada tahun 1995 terhadap wanita dewasa di Amerika Serikat menemukan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30% lebih tinggi daripada pria.

c. Pernikahan

- Orang yang menikah baik pria maupun wanita lebih sehat secara fisik dan psikis dibanding orang yang melajang atau bercerai.
- d. Jaringan sosial
- Hubungan dengan orang lain dapat menjadi sumber stres dan juga dapat menjadi sumber penyelesaian stres. Jaringan sosial memberikan dukungan kepada individu dan mengajarkan strategi mengatasi stres.
- e. Kelas sosial
- Orang yang memiliki tingkat sosial yang rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Rendahnya pendapatan menyebabkan kesulitan ekonomi sehingga sering menyebabkan ketegangan dalam hidup.

Berdasarkan uraian faktor-faktor yang mempengaruhi stres di atas, maka faktor-faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi antara lain:

a. Faktor internal mahasiswa

1). Jenis kelamin

Penelitian di Amerika Serikat menyatakan bahwa wanita cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan pria. Secara umum wanita mengalami stres 30% lebih tinggi daripada pria.

2). Status sosial ekonomi

Orang yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung memiliki tingkat stres yang tinggi. Rendahnya pendapatan menyebabkan kesulitan ekonomi sehingga sering menyebabkan ketegangan dalam hidup.

3). Karakteristik kepribadian mahasiswa

Adanya perbedaan karakteristik kepribadian mahasiswa yang sedang menyusun skripsi menyebabkan adanya perbedaan reaksi terhadap sumber stres yang sama. Mahasiswa yang memiliki kepribadian ketabahan memiliki ketahanan terhadap sumber stres yang lebih tinggi daripada mahasiswa yang tidak memiliki kepribadian ketabahan.

4). Strategi coping mahasiswa

Strategi coping merupakan rangkaian respon yang melibatkan unsur-unsur pemikiran untuk mengatasi permasalahan sehari-hari dan sumber stres yang menyangkut tuntutan dan ancaman yang berasal dari lingkungan sekitar. Strategi coping yang digunakan oleh mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dalam menghadapi stres, berpengaruh pada tingkat stresnya.

5). Suku dan kebudayaan

6). Intelligensi

Mahasiswa yang mempunyai tingkat intelligensi yang lebih tinggi akan lebih tahan terhadap sumber stres daripada mahasiswa yang memiliki intelligensi rendah, karena tingkat intelligensi berkaitan dengan penyesuaian diri. Mahasiswa yang memiliki intelligensi yang tinggi cenderung lebih adaptif dalam menyesuaikan diri.

b. Faktor eksternal

1). Tuntutan pekerjaan/tugas akademik (skripsi)

Tugas akademik (skripsi) yang dianggap berat dan tidak sesuai dengan kemampuan individu dapat menyebabkan terjadinya stres.

2). Hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosialnya

Hubungan mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan lingkungan sosialnya meliputi dukungan sosial yang diterima dan integrasi dalam hubungan interpersonal dengan lingkungan sosialnya.

Berdasarkan uraian faktor-faktor yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi di atas, maka dalam penelitian ini digunakan faktor-faktor stres dalam menyusun skripsi antara lain: jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, strategi coping, suku dan kebudayaan, intelligensi, tugas akademik (skripsi), hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosial.

B. Efektivitas Komunikasi Mahasiswa - Dosen Pembimbing Utama Skripsi

1. Pengertian Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

Manusia pada hakekatnya adalah makhluk monodualis, yaitu sebagai makhluk individu dan makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial manusia mempunyai kebutuhan dasar untuk berafiliasi, yaitu menjalin hubungan dengan orang lain. Dalam menjalin hubungan dengan orang lain manusia melakukan komunikasi. Lunandi (1992, h. 37) menyatakan bahwa komunikasi adalah kegiatan menyatakan suatu gagasan dan menerima umpan balik dengan cara menafsirkan pernyataan tentang gagasan dan pernyataan orang lain. Komunikasi tidak hanya sekedar menyampaikan pesan dari komunikator ke komunikan, tetapi ada umpan balik dari pesannya yang disampaikan.

Komunikasi adalah pertukaran pesan secara verbal dan non verbal dari pengirim ke penerima pesan yang bertujuan untuk mengubah tingkah laku (Muhammad, 2001, h. 5). Umpan balik dalam komunikasi tidak hanya berupa pernyataan tetapi dapat juga berupa tingkah laku, karena salah satu efek dari proses komunikasi adalah mempengaruhi orang lain untuk bertingkah laku sesuai dengan tujuan komunikasi.

Senadengan pengertian diatas, Walgito (2001, h. 75) mengartikan komunikasi sebagai suatu proses penyampaian dan penerimaan lambang yang mengandung arti, baik berupa informasi, pemikiran, pengetahuan atau yang lainnya, dari komunikator ke komunikan. Pesannya yang disampaikan oleh komunikator kepada komunikan biasanya berbentuk lambang-lambang. Lambang-lambang tersebut mempunyai arti yang sangat luas, tidak hanya terbatas pada ide atau gagasan saja, tetapi dapat juga berupa informasi dan pengetahuan.

Hardjana (2003, h. 11) menyatakan bahwa pengertian komunikasi dapat ditinjau dari dua sudut pandang. Sudut pandang pertama adalah dari proses terjadinya komunikasi yang menyatakan bahwa, komunikasi adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh komunikator berupa penyampaian pesan melalui media tertentu ke komunikan, komunikan menerima pesan dan memahami pesannya sesuai dengan kemampuan serta menyampaikan tanggapan

melalui media tertentu kepada komunikator. Ditinjau dari sudut pandang pertukaran makna, komunikasi diartikan sebagai proses penyampaian makna dalam bentuk gagasan atau informasi dari komunikator ke komunikan melalui media tertentu. Media komunikasi merupakan alat yang digunakan oleh komunikator untuk menyampaikan pesan kepada komunikan, dan alat yang digunakan oleh komunikan untuk menyampaikan umpan balik kepada pesanya yang telah diterima dan dipahami oleh komunikator.

Komunikasi interpersonal adalah komunikasi yang dilakukan oleh dua orang yang saling menjalin hubungan interpersonal (De Vito, 1995, h. 7). Komunikasi interpersonal biasanya melibatkan dua orang atau lebih, yaitu sebagai komunikator dan sebagai komunikan. Komunikasi interpersonal tidak hanya dapat berlangsung satu arah, akan tetapi dapat juga berlangsung dua arah (Walgito, 2001, h. 77). Komunikasi dua arah adalah komunikasi yang melibatkan pihak komunikator dan komunikan yang terlibat secara aktif dalam proses komunikasi. Komunikasi dua arah memungkinkan pihak komunikan untuk memberikan respon, berupa umpan balik dari pesanya yang telah diterima kepada komunikator.

Komunikasi interpersonal (Mulyana, 2001, h. 73) adalah komunikasi antara komunikand dan komunikatory yang memungkinkan orang untuk menunjukkan reaksi secara langsung baik verbal maupun nonverbal. Reaksi verbal maupun nonverbal dalam komunikasi interpersonal merupakan respon umpan balik dari pesanya yang disampaikan. Respon tersebut dapat menunjukkan adanya kedekatan antar pihak-pihak yang berkomunikasi dalam komunikasi interpersonal yang ter bentuk.

Mulyana (2001, h. 66) menyatakan bahwa tidak semua respon dalam komunikasi interpersonal dapat disebut umpan balik. Respon dapat disebut sebagai umpan balik, jika pesanya yang diberikan dalam proses komunikasi merupakan respon yang akan respon terhadap pesanya yang dikirim dan respon tersebut dapat mempengaruhi perilaku pesanya yang akan dikirim selanjutnya. Adanya perubahan sikap maupun perilaku dalam komunikasi interpersonal merupakan efek dari komunikasi interpersonal yang terjalin. Supratiknya (1995, h. 34) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal disebut efektif bila komunikan menginterpretasikan pesanya yang diterima seperti yang dimaksud oleh komunikator.

Berdasarkan uraian pengertian komunikasi interpersonal dan situasi komunikasi yang efektif maka dapat disimpulkan bahwa efektivitas komunikasi interpersonal adalah proses penyampaian pesan verbal dan non verbal secara timbal balik dari komunikator ke komunikan, pesannya diinterpretasikan sesuai dengan maksud pesannya, dan ada umpan balik dari pesanya yang disampaikan.

Proses pembelajaran yang diterapkan pada mahasiswa adalah pembelajaran yang bersifat andragogi. Proses pembelajaran andragogi menuntun mahasiswa untuk aktif mengembangkan diri secara mandiri. Peran dosen dalam pembelajaran andragogi adalah membantunya dalam mengorganisasikan, mengembangkan, memperkaya dan meningkatkan pengetahuannya sertapengalamannya yang telah dimilikioleh mahasiswa pada jenjang pendidikan sebelumnya.

Peran pengajar dalam perguruan tinggi tidak hanya sebagai pengajar, tetapi lebih tepat dikatakan sebagai pembimbing (Lunandi, 1982, h. 15). Dijelaskan lebih lanjut oleh Lunandi bahwa fungsi pembimbing adalah sebagai pemberi pengetahuan, pelatih keterampilan, dan perancang pengalaman belajar kreatif. Pembimbing harus dapat berperan sebagai penyampai informasi dan pengetahuan kepada anak didiknya, memberitambahkan keterampilan baru, dan membantunya anak didiknya mendapatkan pengalaman baru serta mengorganisasikan pengalaman yang telah didapat dimasa lampau.

Matakuliah dalam perguruan tinggi umumnya terbagi atas dua, yaitu matakuliah wajib dan matakuliah pilihan. Salah satu matakuliah wajib adalah skripsi. Mahasiswa Program Studi Psikologi UNDI P yang sedang menyusun skripsi dibimbing oleh dua dosen pembimbing, yaitu pembimbing utama dan pembimbing pendamping. Pembimbing utama mempunyai tugas dan tanggung jawab utama untuk membimbing mahasiswa dalam menyusun

skripsi, sedang dosen pembimbing pendamping mempunyai tugas untuk membantu dosen pembimbing utama dalam proses bimbingan.

Sukmadinata (2003, h. 8) menyatakan bahwa bimbingan adalah upaya atau tindakan pendidikan yang lebih terfokus pada membantu pengembangan domain afektif, tetapi domain kognitif dan domain psikomotor tetap diperhatikan. Bimbingan skripsi dimaksudkan untuk membantu mahasiswa dalam penyusunan skripsi yang meliputi penambahan pengetahuan, pengorganisasian pengetahuan dan pengalamannya yang telah didapat mahasiswa sewaktu mengikuti proses belajar mengajar terdahulu.

Tujuan dari peran bimbingan adalah membantu anak didik untuk mengembang diri dan mengatasi kesulitan yang dialami (Djamarah, 2004, h. 46). Pendampingan dan bimbingan akan efektif jika dilakukan secara dialogis (Suparno *et al.*, 2002, h. 26). Bimbingan dialogis menempatkan mahasiswa dan dosen sama-sama sebagai subjek dan juga objek, sehingga akan tercipta rasa saling menghormati, saling terbuka dan saling percaya.

Senada dengan pernyataan Suparno *et al.*, Sukmadinata (2003, h. 9) menyatakan bahwa proses bimbingan skripsi menggunakan pendekatan anatam metode yang bersifat konsultatif, individual, percontohan, dan pendekatan lain yang mengandung hubungan yang akrab, dekat, bersahabat. Pendekatan tersebut hanya dapat dilakukan melalui proses komunikasi interpersonal yang efektif antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi.

Komunikasi antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi merupakan komunikasi interpersonal yang berbentuk dua arah, karena komunikasi yang dilakukan oleh mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi, memungkinkan masing-masing pihak baik mahasiswa atau dosen pembimbing skripsi saling memberikan response sebagai umpan balik dari pesannya yang disampaikan. Respon umpan balik dapat berupa bahasa verbal maupun non verbal. Pesannya yang dikomunikasikan pada saat bimbingan berisikan ajaran atau didikan, khususnya yang menyangkut permasalahan yang akan diteliti oleh mahasiswa. Sumber pesan bisa dari dosen, mahasiswa, buku dan juga orang lain. Adapun penerima pesan bisa dari pihak dosen, dan bisa juga dari pihak mahasiswa. Dosen maupun mahasiswa sama-sama dapat berperan sebagai komunikandan juga komunikator.

Komunikasi interpersonal dapat berjalan efektif jika hubungan interpersonal yang terjalin berlangsung harmonis. Hubungan yang harmonis antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi dapat mendorong mahasiswa untuk mengembang diri, sebaliknya jika komunikasi yang terbentuk kurang harmonis maka dapat menghambat mahasiswa dalam proses pengembang diri. Djamarah (2004, h. 9) menyatakan bahwa ketidakharmonisan hubungan antar pendidik dengan anak didik disebabkan oleh adanya kegagalan dalam komunikasi interpersonal dalam proses belajar mengajar. Kegagalan komunikasi interpersonal dapat disebabkan oleh tidak adanya pendekatan dosen secara pribadi dimaksudkan untuk memberikan perhatian kepada kemampuan mahasiswa, karena kemampuan mahasiswa tidak sama. Adanya kegagalan komunikasi interpersonal antara mahasiswa dan dosen pembimbing skripsi juga menunjukkan bahwa komunikasi yang terjalin dalam proses bimbingan kurang efektif.

Supratiknya (1995, h. 34) menyatakan bahwa komunikasi interpersonal disebut efektif bila komunikasi yang diinterpretasikan pesannya diterima seperti yang dimaksud oleh komunikannya antara mahasiswa-dosen atau dosen pembimbing skripsi disebut efektif bila mahasiswa sama-sama dalam menginterpretasikan pesannya yang disampaikan saat berkomunikasi.

Perlu diketahui bahwa untuk melihat efektif tidaknya komunikasi yang terbentuk antara mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, dapat dilihat dari umpan balik atas pesan yang disampaikan melalui komunikasi saat bimbingan. Umpan balik dapat dinyatakan dalam dua bentuk yaitu verbal dan non verbal. Umpan balik non verbal pada saat komunikasi yang terjadi saat bimbingan dapat dinyatakan melalui bahasa atau tubuh seperti gerakan mata, gerak-gerik anggota tubuh lainnya, mimik mukadane sebagai umpan balik verbal

dinyatakan dalam bentuk komunikasi langsung dengan caradialog pada saat bimbingan dengan dosen pembimbing skripsi. Umpan balik verbal juga dapat dinyatakan dalam bentuk tulisan pada proses penyusunan skripsi.

Komunikasi interpersonal yang tidak efektif antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama dalam proses bimbingan skripsi, dapat ditunjukkan oleh adanya kesalahan dalam menginterpretasikan pesan. Kesalahan dalam menginterpretasikan pesan menyebabkan mahasiswa maupun dosen pembimbing tidak dapat mengerti dan memberi makna atas pesan yang disampaikan masing-masing pihak dalam komunikasi. Kesalahan interpretasi tersebut menyebabkan mahasiswa dan dosen pembimbing tidak dapat memberikan umpan balik atas pesan yang dikomunikasikan. Ketidakefektifan komunikasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing skripsi juga dapat dilihat dari nuansa hubungan interpersonal yang terbentuk. Komunikasi interpersonal yang tidak efektif menyebabkan adanya ketegangan dan tidak terbuka dalam hubungan interpersonal antar pelaku komunikasi (Rakhmat, 1998, h. 13-14).

Berdasarkan uraian komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi tersebut diatas dan berdasar pada pengertian efektivitas komunikasi interpersonal yang telah dirumuskan, maka dapat disimpulkan bahwa efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi adalah suatu keadaan yang menunjukkan adanya kesamaan interpretasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi terhadap pesan verbal dan non verbal yang disampaikan pada saat komunikasi, dan ada umpan balik yang diberikan terhadap pesan tersebut.

2. Aspek-aspek Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

De Vito (1995, h. 106-114) menyatakan bahwa aspek-aspek efektivitas komunikasi interpersonal antara lain:

a. Keterbukaan

Keterbukaan adalah adanya kesediaan untuk membuka diri. Keterbukaan seseorang dalam komunikasi ditunjukkan oleh adanya pengungkapan informasi mengenai diri pribadi, kesediaan untuk bereaksi secara jujur atas pesan yang disampaikan orang lain, adanya “kepemilikan” dari perasaan dan pikiran, adanya kebebasan mengungkapkan perasaan dan pikiran, serta adanya tanggung jawab terhadap pengungkapan tersebut.

b. Empati

Berempati adalah merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain tanpa kehilangan identitas diri sendiri. Empati memungkinkan seseorang untuk mengerti baik secara emosional maupun intelektual atas apa yang dirasakan orang lain.

c. Dukungan

Dukungan dipahami sebagai lingkungan yang tidak mengevaluasi (*descriptiveness*). Dukungan dalam komunikasi ditunjukkan oleh kebebasan

individu dalam mengungkapkan perasaannya, tidak malu, tidak merasa dirinya menjadi bahan kritikan. Individu dapat berfikir secara terbuka, mau menerima pandangan yang berasal dari orang lain, serta bersedia untuk mengubah diri jika perubahan dipandang perlu.

d. Kepositifan

Sikap positif dalam komunikasi adalah sikap saling menghormati satu sama lain dalam situasi komunikasi secara umum. Sikap positif dalam komunikasi ditunjukkan oleh adanya kejelasan dan kepuasan dalam proses komunikasi.

e. Kesederajatan

Kesederajatan adalah adanya kedudukan yang sama dalam suatu hal atau kondisi (status). Kesederajatan dalam komunikasi interpersonal, ditunjukkan oleh adanya rasa saling menghormati antar pelaku komunikasi.

f. Keyakinan

Komunikasi yang efektif memerlukan adanya keyakinan dalam diri komunikannya maupun komunikator. Keyakinan dalam komunikasi ditunjukkan oleh adanya perasaan senang satu sama lain, dan tidak ada rasa segan satu sama lain.

g. Kesiapan

Kesiapan dalam komunikasi dibutuhkan agar tujuan komunikasi tercapai. Kesiapan dalam komunikasi dapat ditunjukkan oleh adanya hubungan antara pesan-pesan yang akan disampaikan oleh komunikator dengan pesan yang diharapkan diterima oleh komunikannya dalam komunikasi, adanya kesenangan

dan ketertarikan antara komunikand dan komunikator, adanya kesenangan dan ketertarikankomunikandankomunikatorpadapesan yangdikomunikasikan.

h. Manajemen Interaksi

Komunikasi interpersonal yang efektif dapat dilihat dari manajemen interaksi yang ada dalam situasi komunikasi. Manajemen interaksi dalam komunikasi ditunjukkan oleh tidak adanya pelaku komunikasi yang merasa diabaikan. Kemampuan dalam manajemen interaksi dapat dilihat dari tingkah laku komunikasi yang berupa gerakan mata, ekspresi suara, mimik mukad dan bahasa tubuh.

i. Sikap Ekspresif

Dalam komunikasi interpersonal yang efektif memerlukan sikap ekspresif. Sikap ekspresif dapat dilihat dari adanya kesungguhandalam berbicara atau mendengarkan, yang dapat dilihat dari bahasa verbal maupun nonverbal.

j. Orientasi pada orang lain

Orientasi pada orang lain adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan orang lain dan menganggap lawan bicara sebagai pusat perhatian. Adanya orientasi pada orang lain saat berkomunikasi dapat ditunjukkan melalui bahasa verbal maupun nonverbal. Bahasa nonverbal melalui kontak mata, senyuman, anggukan, dan mimik wajah. Adapun bahasa verbal dapat ditunjukkan melalui pertanyaan atau pernyataan berkenaan dengan pernyataan lawan bicara yang terlibat dalam komunikasi interpersonal.

Berdasarkan uraian aspek-aspek efektivitas komunikasi interpersonal seperti yang diungkapkan di atas maka dapat

disimpulkan bahwa aspek-aspek efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi n:

a. Keterbukaan

Keterbukaan adalah adanya kesediaan untuk membuka diri. Keterbukaan mahasiswa dalam komunikasi dengan dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya pengungkapan informasi mengenai diri pribadi, kesediaan untuk bereaksi secara jujur atas pesan yang disampaikan dosen pembimbing, adanya “kepemilikan” dari perasaan dan pikiran, adanya kebebasan mengungkapkan perasaan dan pikiran, serta adanya tanggung jawab terhadap pengungkapan tersebut.

b. Empati

Berempati adalah merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain dan pakehilangan identitas diri sendiri. Adanya empati memungkinkan mahasiswa untuk mengerti baik secara emosional maupun intelektual apa yang dirasakan dosen pembimbing.

c. Dukungan

Dukungan dipahami sebagai lingkungan yang tidak mengevaluasi (*descriptiveness*). Dukungan dalam komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh kebebasan mahasiswa dalam mengungkapkan perasaannya, tidak malu, tidak merasa dirinya menjadi bahan kritikan. Mahasiswa dapat berfikir secara terbuka, mau menerima pandangan yang berasal dari dosen pembimbing, serta bersedia untuk mengubah diri jika perubah dipandang perlu.

d. Kepositifan

Sikap positif dalam komunikasi adalah sikap saling menghormati satu sama lain dalam situasi komunikasi secara umum. Sikap positif dalam komunikasi

mahasiswa-dosen pembimbing ditunjukkan oleh adanya kejelasan dan kepuasan dalam proses komunikasi.

e. Kesederajatan

Kesederajatan adalah adanya kedudukan yang sama dalam suatu hal atau kondisi (status). Kesederajatan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, ditunjukkan oleh adanya rasa saling menghormati antarmahasiswa dan dosen pembimbing utama skripsi.

f. Keyakinan

Komunikasi yang efektif memerlukan adanya keyakinan dalam diri komunikator maupun komunikator. Keyakinan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya perasaan senang satu sama lain, dan tidak ada rasa segan satu sama lain.

g. Kesiapan

Kesiapan dalam komunikasi dibutuhkan agar tujuan komunikasi tercapai. Kesiapan dalam komunikasi dapat ditunjukkan oleh adanya hubungan antara pesan-pesan yang akan disampaikan oleh dosen pembimbing/mahasiswa dengan pesan yang diharapkan diterima oleh dosen pembimbing/mahasiswa dalam komunikasi, adanya kesenangan dan ketertarikan antara mahasiswa dan dosen pembimbing, adanya kesenangan dan ketertarikan mahasiswa dan dosen pembimbing pada pesan yang dikomunikasikan.

h. Manajemen Interaksi

Komunikasi interpersonal yang efektif dapat dilihat dari manajemen interaksi yang ada dalam situasi komunikasi. Manajemen interaksi dalam komunikasi

mahasiswa-dosen pembimbing ditunjukkan oleh tidak adanya perilaku komunikasi yang merasa diabaikan. Kemampuan dalam manajemen interaksi dapat dilihat dari tingkah laku komunikasi yang berupa gerak mata, ekspresi suara, mimik muka dan bahasa tubuh.

Berdasarkan uraian aspek-aspek efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi di atas, maka dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi adalah keterbukaan, empati, dukungan, kepositifan, kesederajatan, keyakinan, kesiapan, manajemen interaksi.

C. Hubungan Efektivitas Komunikasi Mahasiswa -Dosen Pembimbing Utama

Skripsi dengan Stres dalam Menyusun Skripsi

Salah satu mata kuliah wajib yang sangat menuntut dan banyak mandiri dan keaktifan mahasiswa adalah skripsi. Skripsi merupakan salah satu mata kuliah wajib yang digunakan sebagai salah satu prasyarat bagi mahasiswa untuk memperoleh gelar sarjana. Mahasiswa yang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi UN DIP, dibimbing oleh dua orang dosen pembimbing yaitu pembimbing utama dan pembimbing pendamping. Dosen pembimbing mempunyai peran yang sangat penting dalam penyusunan skripsi. Peran dosen pembimbing skripsi adalah membantu mahasiswa untuk mengembangkan diri dan mengatasi kesulitan yang dialami saat penyusunan skripsi (Djamarah, 2004, h. 46). Meninjau peran tersebut maka mahasiswa diharapkan mampu menjalin hubungan yang harmonis dengan dosen pembimbing, agar proses penyusunan skripsi dapat berjalan dengan baik.

Salah satu faktor yang dapat menyebabkan adanya hubungan interpersonal yang harmonis adalah komunikasi, karena komunikasi merupakan salah satu komponen dalam hubungan

interpersonal. Komunikasi dapat memupuk hubungan seseorang dengan orang lain, karena pesan dalam komunikasi dapat memberikan kesenangan dan kenyamanan pada diri seseorang.

Komunikasi adalah suatu proses penyampaian dan penerimaan lambang yang mengandung arti, baik berupa informasi, pemikiran, pengetahuan atau yang lainnya, dari komunikator ke komunikan (Walgito, h. 75). Pesan yang disampaikan dalam komunikasi biasanya dalam bentuk lambang yang mengandung arti yang sangat luas dan tidak terbatas pada ide atau gagasan saja, tetapi dapat juga berupa informasi dan pengetahuan.

Komunikasi merupakan salah satu sarana untuk memenuhi kebutuhan sosial. Melalui komunikasi seseorang dapat memenuhi kebutuhan akan rasa ingin tahu, kebutuhan aktualisasi diri, dan kebutuhan untuk menyampaikan ide, pemikiran, pengetahuan dan informasi secara timbal balik kepada orang lain. Kebutuhan-kebutuhan sosial tersebut didapat pada saat ada umpan balik dalam komunikasi.

Senada dengan pernyataan Walgito, Mulyana (2001, h. 5) menyatakan bahwa salah satu fungsi komunikasi adalah dapat memberikan kebahagiaan pada individu dan juga dapat menghindarkan seseorang dari tekanan dan ketegangan. Melalui komunikasi seseorang dapat bekerjasama dan bertukar pikiran dengan orang lain. Melalui komunikasi seseorang juga dapat mempelajari dan menerapkan strategi-strategi adaptif untuk mengatasi situasi-situasi problematik yang dihadapi, sehingga tekanan dan ketegangan yang diakibatkan oleh situasi-situasi problematik dapat dihindari.

Komunikasi antara mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dengan dosen pembimbing skripsi, merupakan salah satu bentuk komunikasi yang mempunyai tujuan untuk memenuhi rasa ingin tahu, kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan untuk menyampaikan ide atau gagasan, pengetahuan dan informasi secara timbal balik. Mahasiswa dapat menyatakan ide, pengetahuan dan informasi yang dimiliki seputar penelitian yang akan dilaksanakan pada saat melakukan bimbingan skripsi. Pada saat bimbingan skripsi mahasiswa juga dapat memenuhi rasa keingintahuannya mengenai materi penelitian dari dosen pembimbing. Kebutuhan aktualisasi diri mahasiswa yang menyusun skripsi juga dapat dipenuhi, yaitu pada saat mahasiswa mencoba untuk mengajukan pandangan-pandangan mengenai teori-teori yang dikemukakan sebagai landasan teori dalam penelitian sehingga menghasilkan suatu konsep pikir.

Komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing pada saat bimbingan skripsi berlangsung secara dialogis. Salah satu keuntungan komunikasi dialogis adalah adanya kesempatan bagi mahasiswa untuk bersikap responsif dalam menyetujui pendapat atau pertanyaan pada dosen pembimbing (Effendy, 2000, h. 101-102). Adanya kesempatan dalam memberi umpan balik secara langsung dalam komunikasi dialogis dapat mengurangi adanya kesalahan dalam interpretasi pesan, dan apabila terjadi kesalahan dalam interpretasi pesan dapat segera diketahui atau dibenahi saat itu juga, sehingga tercipta kondisi kesamaan dalam interpretasi antara mahasiswa-dosen. Kondisi adanya kesamaan dalam interpretasi antara mahasiswa-dosen menunjukkan adanya komunikasi yang efektif.

Komunikasi dapat disebut efektif, bila komunikan dengan interpretasikan pesan yang diterima mempunyai makna yang sama dengan maksud pesan yang disampaikan oleh komunikator. Komunikasi interpersonal yang efektif dapat menunjukkan ada pemahamannya yang sama atas pesan yang disampaikan pada saat komunikasi berlangsung antara komunikator dan komunikan. Perlu diketahui bahwa untuk melihat efektif tidaknya komunikasi interpersonal yang berlangsung, dapat dilihat dari umpan balik antara pemberi dan penerima pesan. Umpan balik dapat berupa pernyataan, sikap dan tindakan.

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 (Rakhmat, 1998, h. 13-14). 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.

Sarafino (1994, h. 74) menyatakan bahwa stres adalah kondisi yang disebabkan oleh interaksi antara individu dengan lingkungan, menimbulkan persepsi jarak antara tuntutan-tuntutan, berasal dari situasi yang bersumber pada sistem biologis, psikologis dan sosial dari seseorang. Salah satu faktor yang mempengaruhi stres adalah hubungan interpersonal yang negatif (Sarafino, 1994, h. 89). Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh

Holt & Lunstad (2003) pada 102 mahasiswa di Brigham Young University menyatakan bahwa hubungan interpersonal yang negatif berpengaruh pada kenaikan tekanan darah (www.mentalhealth.about.com/cs/mindandbody/a/bpfee_ling_2.htm). Kenaikan tekanan darah merupakan salah satu gejala fisik dari stres.

Hubungan interpersonal yang negatif dapat disebabkan oleh kegagalan dalam proses komunikasi. 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 Ross *et al.* (1999) yang menyatakan bahwa perselisihan pendapat antara mahasiswa dengan dosen merupakan salah satu sumber stres pada mahasiswa.

D. Hipotesis

Berdasarkan uraian analisis teoritis di atas, maka dapat dirumuskan suatu hipotesis penelitian sebagai berikut: Adanya hubungan negatif antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing dan skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. Semakin efektif komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing dan skripsi, semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa, sebaliknya semakin tidak efektif komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing dan skripsi, semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel Penelitian

1. Variabel kriterium : Stres dalam Menyusun Skripsi
2. Variabel prediktor : Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Untuk memperjelas arti dari variabel yang digunakan dalam penelitian, maka perlu dikemukakan batasan atau definisi secara operasional. Adapun definisi operasional dari masing-masing variabel adalah:

1. Stres dalam Menyusun Skripsi

Stres dalam menyusun skripsi adalah kondisi adanya tekanan dalam diri mahasiswa yang sedang menyusun skripsi akibat adanya interaksi mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi dan berpengaruh pada aspek fisik, perilaku, kognitif, dan emosional. Data mengenai stres dalam menyusun skripsi diungkapkan dengan menggunakan skala stres dalam menyusun skripsi yang terdiri atas dua aspek yaitu aspek biologis, dan aspek psikologis. Aspek biologis meliputi gejala fisik, dan aspek psikologis meliputi gejala kognisi, emosi dan tingkah laku. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam skala maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi, sebaliknya semakin rendah skor yang diperoleh dalam skala maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi.

2. Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

Efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi adalah suatu keadaan yang menunjukkan adanya kesamaan interpretasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi terhadap pesan verbal dan nonverbal yang disampaikan pada saat pembimbingan skripsi, dan adannya umpan balik yang diberikan terhadap pesan tersebut. Data mengenai efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi diungkap dengan menggunakan skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi yang terdiri atas delapan aspek yaitu keterbukaan, empati, dukungan, kepositifan, kesederajatan, keyakinan, kesiapan, dan manajemen interaksi. Semakin tinggi skor yang diperoleh dalam skala, maka semakin efektif komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi.

C. Populasi dan Sampel

Populasi adalah kelompok subjek yang hendak dikenai generalisasi hasil penelitian (Azwar, 1998, h.77). Kelompok subjek yang akan dikenai generalisasi terdiri dari sejumlah individu yang setidak-tidaknya mempunyai ciri atau karakteristik yang sama. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro yang terdaftar di biro skripsi sebagai mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan memenuhi karakteristik populasi. Adapun karakteristik dari populasi penelitian adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro yang sedang menyusun skripsi dan sudah berlatar belakang psikologi dengan minimal tiga bulan dihitung dari tanggal pendaftaran di biro skripsi.
2. Telah melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing utama.

Sampel adalah sebagian dari populasi, karena merupakan bagian dari populasi maka sampel juga memiliki ciri-ciri yang dimiliki oleh populasi (Azwar, 1998, h.79). Sampel dalam penelitian ini diperoleh dengan menggunakan teknik *simplerandomsampling*. Teknik tersebut memungkinkan setiap subjek dalam populasi memiliki peluang yang sama besar untuk terpilih menjadi sampel (Azwar, 1998, h.81). Jumlah mahasiswa Program Studi Psikologi yang sedang menyusun skripsi adalah sejumlah 115 mahasiswa (Data Biro Skripsi Psikologi UNDIP, Juli 2005). Setelah dilakukan pembatasan berdasarkan karakteristik populasi penelitian sebanyak 105. Dengan menggunakan nomogram Harry King untuk menentukan ukuran sampel maka mahasiswa yang menjadi sampel penelitian adalah 73. Tingkat kepercayaan sampel terhadap populasi yang digunakan di sini adalah sebesar 95% (Sugiyono, 2005, h.64).

D. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah metode skala psikologi. Skala psikologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah dua macam, yaitu skala stres dalam menyusun skripsi dan skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi.

1. Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

Skala ini digunakan untuk mengungkapkan seberapa tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi yang dimiliki mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Adapun aspek-aspek stres dalam menyusun skripsi terdapat dari dua aspek yang meliputi tempat gejala, antara lain:

a. Aspek Biologis

Aspek biologis dari stres dalam menyusun skripsi berupa gejala fisik. Gejala fisik dari stres yang dialami mahasiswa sedang menyusun skripsi antara lain: sakit kepala, gangguan tidur, gangguan pencernaan, gangguan makan, gangguan kulit dan produksi keringat yang berlebihan.

b. Aspek Psikologis

Aspek psikologis dari stres dalam menyusun skripsi berupa gejala psikis. Gejala psikis dari stres yang dialami mahasiswa yang sedang menyusun skripsi antara lain:

1). Gejala kognisi

Stres dalam menyusun skripsi dapat mengganggu proses berpikir mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa yang mengalami stres cenderung mengalami gangguan daya ingat, perhatian dan konsentrasi.

2). Gejala emosi

Stres dalam menyusun skripsi dapat mengganggu kestabilan emosi mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa

yang mengalami stres akan menunjukkan gejala mudah marah, kecemasan yang berlebihan terhadap segala sesuatu, merasa sedih dan depresi.

3). Gejala tingkah laku

Stres dalam menyusun skripsi dapat mempengaruhi tingkah lakunya mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Mahasiswa cenderung untuk bertingkah laku negatif misalnya: mudah menyalahkan orang lain, suka mencari kesalahan orang lain, suka melanggar norma, dan suka melakukan penundaan pekerjaan.

Skala stres dalam menyusun skripsi yang disusun terdiri atas dua jenis pernyataan, yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Penyusun skala menggunakan modifikasi skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Subjek diminta untuk menyatakan sejauh mana pernyataan-pernyataan dalam skala tersebut sesuai atau tidak sesuai dengan keadaan dirinya.

Berikut *blue print* skala stres dalam menyusun skripsi yang akan digunakan dalam uji coba skala:

Tabel 1. *Blueprint* Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

No.	Aspek	Aitem		Total (n)	Total (%)
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1.	Biologis a. Gejala Fisik	6	6	12	25
2.	Psikologis a. Gejala Kognisi	6	6	12	25
	b. Gejala Emosi	6	6	12	25
	c. Gejala Tingkah laku	6	6	12	25
Total				48	100

Berdasarkan penyusunan *blueprint*, maka langkah selanjutnya adalah membuat rancangan sebaran aitem skala seperti pada tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Rancangan Sebaran Aitem Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

No	Aspek	Aitem		Jumlah		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>	
1	Biologis					
	a. Gejala Fisik	1,9,17,25,33,41	5,13,21,29,37,45	6	6	12
	Psikologis					
2	a. Gejala Kognisi	6,14,22,30,38,46	2,10,18,26,34,42	6	6	12
	b. Gejala Emosi	3,11,19,27,35,43	7,15,23,31,39,47	6	6	12
	c. Gejala Tingkah laku	8,16,24,32,40,48	4,12,20,28,36,44	6	6	12
Total				24	24	48

2. Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

Skala ini digunakan untuk mengungkap seberapa efektif jika komunikasi interpersonal yang terbentuk antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi. Adapun aspek-aspek efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi antara lain:

a. Keterbukaan

Keterbukaan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya pengungkapan informasi mengenai diri pribadi mahasiswa, kesediaan untuk bereaksi secara jujur atas pesan yang disampaikan dosen pembimbing, adanya "kepemilikan" dari perasaan dan pikiran, adanya

kebebasan mengungkapkan perasaan dan pikiran, serta adanya tanggung jawab terhadap pengungkapan tersebut.

b. Empati

Adanya empati dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya pengertian dari mahasiswa baik secara emosional maupun intelektual atas apa yang dirasakan dosen pembimbing.

c. Dukungan

Dukungan dalam komunikasi-mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh kebebasan mahasiswa dalam mengungkapkan perasaannya, tidak malu, tidak merasa dirinya menjadi bahan kritikan. Mahasiswa dapat berfikir secara terbuka, mau menerima pandangan yang berasal dari dosen pembimbing, serta bersedia untuk mengubah diri jika perubaha dipandang perlu.

d. Kepositifan

Sikap positif dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing ditunjukkan oleh adanya kejelasan dan kepuasan dalam proses komunikasi.

e. Kesederajatan

Kesederajatan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya rasa saling menghormati antara mahasiswa dan dosen pembimbing utama skripsi.

f. Keyakinan

Keyakinan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya perasaan senang satu sama lain, dan tidak ada rasa segan satu sama lain.

g. Kesiapan

Kesiapan dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh adanya hubungan antar pesan-pesan yang akan disampaikan dengan pesannya yang diharapkan diterima dalam komunikasi, adanya kesenangan dan ketertarikan antara mahasiswa dan dosen pembimbing, adanya kesenangan dan ketertarikan mahasiswa dan dosen pembimbing pada pesan yang dikomunikasikan.

h. Manajemen Interaksi

Manajemen interaksi dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi ditunjukkan oleh tidak adanya pelaku komunikasi yang merasa diabaikan. Kondisi tersebut dapat dilihat dari tingkah laku dalam komunikasi yang berupa gerakan mata, ekspresi suara, mimik mukadahan, dan bahasa tubuh.

Skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi yang disusun, terdiri atas dua jenis pernyataan yaitu *favorable* dan *unfavorable*. Penyusunan skala menggunakan modifikasi skala Likert dengan empat alternatif jawaban. Subjek diminta untuk menyatakan sejauh mana pernyataan-pernyataan dalam skala sesuai atau tidak sesuai dengan keadaannya.

Berikut *blueprint* skala efektivitas komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi yang akan digunakan dalam uji coba skala:

Tabel 3. *BluePrint* Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

No.	Aspek	Aitem		Total (n)	Total (%)
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>		
1	Keterbukaan	3	3	6	12,5
2	Empati	3	3	6	12,5

3	Dukungan	3	3	6	12,5
4	Kepositifan	3	3	6	12,5
5	Kesederajatan	3	3	6	12,5
6	Keyakinan	3	3	6	12,5
7	Kesiapan	3	3	6	12,5
8	Manajemen Interaksi	3	3	6	12,5
Total				48	100

Berdasarkan penyusunan *blueprint*, maka langkah selanjutnya adalah membuat rancangan sebaran aitem skala seperti pada tabel 4 berikut ini:

Tabel 4. Rancangan Sebaran Aitem Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

		Aitem	Jumlah	Total
--	--	-------	--------	-------

No	Aspek	Favorable	Unfavorable	F	UF	
1	Keterbukaan	1,17,33	9,25,41	3	3	6
2	Empati	10,26,42	2,18,34	3	3	6
3	Dukungan	3,19,35	11,27,43	3	3	6
4	Kepositifan	12,28,44	4,20,36	3	3	6
5	Kesederajatan	5,21,37	13,29,45	3	3	6
6	Keyakinan	14,30,46	6,22,38	3	3	6
7	Kesiapan	7,23,39	15,31,47	3	3	6
8	Manajemen interaksi	16,32,48	8,24,40	3	3	6
Total				24	24	48

Carapenskoran untuk keduaskala tersebut di atas, di sesuaikan dengan jenis pernyataan. Penilaian untuk pernyataan *favorable*, skor bergerak dari angka 4 hingga angka 1. Angka 4 untuk pernyataan yang Sangat Sesuai (SS), angka 3 untuk pernyataan Sesuai (S), angka 2 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS), dan angka 1 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS). Sebaliknya untuk pernyataan yang *unfavorable*, angka 1 untuk pernyataan Sangat Sesuai (SS), angka 2 untuk pernyataan Sesuai (S), angka 3 untuk pernyataan Tidak Sesuai (TS) dan angka 4 untuk pernyataan Sangat Tidak Sesuai (STS).

Alasan penggunaan modifikasi skala Likert dengan empat alternatif jawaban pada keduaskala di atas dipilih oleh peneliti berdasarkan pernyataan Nasution (2001, h. 62-63) yang menyatakan bahwa jumlah pilihan jawaban untuk skala Likert dapat ditentukan berdasarkan pertimbangan peneliti. Berdasarkan pernyataan tersebut maka peneliti memilih menggunakan skala Likert dengan empat alternatif jawaban karena peneliti ingin melihat kecenderungan subjek ke salah satu arah/kutub.

Sebelum digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba keduaskala tersebut di atas pada kelompok subjek yang mempunyai karakteristik serupa dengan subjek penelitian. Setelah itu dilakukan uji untuk mengukur kualitas item pada keduaskala yang dilakukan dengan menggunakan uji korelasi item-total (daya beda item) dan reliabilitas.

Uji korelasi item-total adalah uji konsistensi antara item dengan tes secara keseluruhan. Korelasi item total dilakukan untuk memilih item-item yang fungsinya sesuai dengan fungsi tes yang dikehendaki. Selanjutnya item-item diukur daya bedanya. Daya beda item menunjukkan sejauh mana item mampu membedakan antara kelompok yang memiliki dan tidak memiliki atribut yang diukur. Daya beda item diperoleh dengan cara mengorelasi skor item dengan skor totalnya (Azwar, 2004, h. 59).

Koefisien korelasi antara item dengan skor totalnya harus signifikan. Untuk memperoleh skor totalnya tersebut digunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

Rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$r = \frac{\sum iX - (\sum i)(\sum X)/n}{\sqrt{\left[\sum i^2 - (\sum i)^2/n \right] \left[\sum X^2 - (\sum X)^2/n \right]}}$$

Keterangan:

r = Koefisien korelasi

i = Skor aitem

X = Skortotal

n = Banyaknya subjek

Semakin tinggi korelasi positif antar skor aitem dengan skor total, berarti semakin tinggi konsistensi antara aitem tersebut dengan skor total yang diperoleh, yang berarti semakin tinggi daya bedanya (Azwar, 2004, h. 59). Untuk mempermudah perhitungannya, maka akan digunakan program *Statistical Package for Social Science* (SPSS) versi 10.0.

Suatu alat ukur dikatakan reliabel bila alat ukur tersebut dalam beberapa kali pengukuran terhadap subjek yang sama mampu memberikan hasil yang relatif sama, dengan catatan aspek yang diukur dalam diri subjek belum berubah. Pengujian reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini dilakukan dengan pendekatan konsistensi internal dengan menggunakan *Alpha Cronbach*. Alasan penggunaan *alpha cronbach* ini adalah hasilnya lebih cermat dan dapat mendekati hasil yang sebenarnya. Dalam formula *alpha cronbach* data dibelah sebanyak jumlah aitemnya.

Rumus *alphacronbach* adalah sebagai berikut:

$$\alpha = \frac{k \cdot r}{1 + (k - 1) \cdot r}$$

Keterangan:

- α = koefisien reliabilitas
- k = jumlah item valid
- 1 = bilangan konstanta
- r = mean korelasi interitem

Semakin besar koefisien reliabilitas yang diperoleh semakin kecil kesalahan pengukuran, maka akan semakin reliabel alat ukur yang akan digunakan, sebaliknya apabila semakin kecil koefisien korelasi maka semakin besar kesalahan pengukuran dan tidak reliabel alat ukur yang digunakan (Azwar, 2004, h. 83). Untuk mempermudah perhitungan, maka akan digunakan program SPSS versi 10.0.

E. Metode Analisis Data

Metode analisis data yang akan digunakan adalah metode statistik karena metode ini merupakan metode ilmiah untuk mengumpulkan, menyusun, menyajikan serta menganalisis data penelitian yang berwujud angka dan metode statistik dapat memberikan hasil yang objektif.

Seluruh komputasi dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan program komputer SPSS versi 10.0. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Regresi Sederhana.

Alasan menggunakan analisis tersebut (Winarsunu, 1996, h.95) karena metode tersebut dapat digunakan untuk:

1. Mengadakan prediksi besarnya variasi yang terjadi pada variabel kriterium berdasarkan variabel prediktor.
2. Menentukan hubungan antar variabel prediktor dengan variabel kriterium.
3. Menentukan arah dan besarnya koefisien korelasi antara variabel efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi.

Adapun rumus dari analisis regresi sederhana adalah :

$$Y = a + bX$$

Keterangan:

Y = nilai yang diukur/dihitung pada variabel kriterium

a = konstanta (nilai Y bila X=0)

b = koefisien regresi variabel prediktor atau kemiringan dari suatu regresi atau koefisien regresi yang mengukur besarnya X terhadap Y, bila X naik satu unit

X = nilai tertentu dari variabel prediktor

Asumsi yang harus dipenuhi untuk melakukan analisis data dengan teknik analisis regresi sederhana adalah:

1. Uji normalitas, dipakai untuk menguji apakah data subjek penelitian mengikuti suatu distribusi normal statistik (Santosa, 2002, h.378). Uji normalitas dengan menggunakan teknik statistik uji *Kolmogorof Smirnov Goodness of Fit Test*.
2. Uji linearitas, merupakan suatu prosedur yang digunakan untuk mengetahui status liniertidaknyasuatudistribusidatapenelitian (Winarsunu, 1996, h.98).

Semua penghitungan dalam analisis tersebut menggunakan SPSS versi 10.0.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL PENELITIAN

A. Prosedur dan Pelaksanaan Penelitian

1. Orientasi Kancanah Penelitian

Orientasi kancanah peneliti dilakukan sebelum penelitian dilaksanakan. Tujuan dilaksanakannya orientasi kancanah penelitian adalah untuk mengetahui kesesuaian karakteristik subjek penelitian dengan kondisi tempat penelitian. Orientasi kancanah penelitian dilakukan dengan melakukan survei langsung ke lokasi penelitiannya yaitu Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro (UNDIP).

Program Studi Psikologi UNDIP didirikan pada tahun 1996 berdasarkan surat keputusan Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi dengan nomor SK:362/Dikti/Kep/1995. SK tersebut memberikan izin untuk mendirikan Program Studi Psikologi dengan menginduk pada Fakultas Kedokteran UNDIP. Tujuan pendirian Program Studi Psikologi UNDIP adalah menyediakan sarjana psikologi yang siap berpartisipasi dalam pengembangan sumber daya manusia, menyediakan sarjana psikologi yang siap bekerjasama dengan berbagai lembaga masyarakat lain untuk melaksanakan pembangunan pada umumnya dan pembangunan kualitas manusia pada khususnya, memenuhi kebutuhan masyarakat Indonesia umumnya dan Jawa Tengah khususnya akan jasa psikologi dalam berbagai bidang kehidupan meliputi pendidikan, kesehatan, ekonomi, budaya dan lain-lain (Buku Panduan Akademik Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, 1999, h. 16).

Visi Program Studi Psikologi UNDIP adalah menjadi pusat pendidikan (*education centre*) ilmu psikologi yang berorientasi psikologi keluar ga di Indonesia tahun 2012. Adapun misi dari Program Studi Psikologi UNDIP antara

lain; *pertama*, mengembangkan ilmu psikologi yang terbuka, mampu berdialog dengan ilmu lain dengan konsentrasi pada psikologi keluarga. *Kedua*, mencetak sumber daya manusia yang berkualitas, unggul secara kompetitif dan mampu memelihara perdamaian. *Ketiga*, memenuhi kebutuhan masyarakat Indonesia umumnya, Jawa Tengah khususnya akan jasa psikologi dalam berbagai bidang kehidupan (Bag. Akademik Program Studi Psikologi UN DIP, 2005).

Program Studi Psikologi UNDIP memiliki beberapa unit pelaksana kegiatan yang biasa disebut dengan UPK. UPK ini dimaksudkan untuk membantu mahasiswa dalam menyalurkan hobi dan mengembangkan minatnya. UPK yang dimiliki Program Studi Psikologi UNDIP antara lain Skripsi (sistem Kerohanian Islam Psikologi), PMKK (Persekutuan Mahasiswa Kristen-Katolik), koperasi mahasiswa "Abstraksi", kelompok pecinta alam "Psikologi Hijau", kelompok jurnalis "Psikomedia", kelompok teater "Psi Mewah", kelompok vokal psikologi "Psikovokalista" dan kelompok olahraga "Psikopop" (DeMaPsi, 2005).

Pemilihan lokasi penelitian didasarkan pada berbagai pertimbangan sebagai berikut: *pertama*, hasil penelitian studi kasus yang pernah dilakukan oleh Pangestuti di Program Studi Psikologi UNDIP tahun 2003 menyatakan bahwa mahasiswa yang menyusun skripsi khususnya yang melakukan penundaan penyelesaian skripsi mempunyai tingkat stres yang cukup tinggi. *Kedua*, berdasarkan hasil wawancara pada sebagian mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP banyak terdapat keluhan dari mahasiswa mengenai proses bimbingan di Program Studi Psikologi UNDIP. *Ketiga*, hasil pengamatan pada beberapa mahasiswa yang melakukan penghindaran bertemu dosen pembimbing menyatakan bahwa, mahasiswa tersebut merasa takut dan tidak nyaman ketika bertemu dosen pembimbing, karena merasa tidak mampu mengerjakan tugas dari dosen pembimbing. *Keempat*, belum pernah dilakukan penelitian tentang hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam

menyusun skripsi pada mahasiswa. *Kelima*, adanya izin untuk melakukan penelitian dari pihak pengelola Program Studi Psikologi UNDIP.

Jumlah mahasiswa Program Studi Psikologi yang sudah menyusun skripsi adalah sejumlah 115 mahasiswa (Data Biro Skripsi Psikologi UNDIP, Juli 2005). Setelah dilakukan pembatasan berdasarkan karakteristik populasi yang disebut kuantitatif, maka didapatkan populasi penelitian sebanyak 105. Dengan menggunakan nomogram Harry King untuk menentukan ukuran sampel maka mahasiswa yang menjadi sampel penelitian adalah 73 mahasiswa, sedangkan sisanya yaitu 32 mahasiswa yang dijadikan sebagai sampel uji coba. Tingkat kepercayaan sampel terhadap populasi yang digunakan ini adalah sebesar 95% (Sugiyono, 2005, h. 64).

2. Persiapan Penelitian

Persiapan penelitian perlu dilakukan agar persiapan berjalan lancar dan sesuai dengan maksud dan tujuannya penelitian. Persiapan dalam penelitian ini meliputi:

a. Persiapan Administratif

Persiapan administratif yang dilakukan adalah permohonan surat pengantar penelitian dari Program Studi Psikologi UNDIP. Setelah penelitian mendapat surat pengantar penelitian dari Program Studi Psikologi UNDIP yang bernomor 799/J07.1.16/AK/2005, tentang permohonan ijin penelitian. Surat pengantar tersebut kemudian diajukan ke Ketua Program Studi Psikologi UNDIP dan mendapat persetujuan untuk melaksanakan penelitian. Setelah mendapat persetujuan untuk melaksanakan penelitian, maka penelitian menentukan jadwal untuk melakukan wawancara, uji coba skala, dan penelitian dengan terlebih dahulu melakukan konfirmasi kepada Sekretaris Bidang Akademik Program Studi Psikologi UNDIP. Setelah mendapatkan persetujuan mengenai jadwal pelaksanaan wawancara, uji coba skala dan penelitian, maka penelitian diadakan.

Setelah penelitian selesai, penelitian mendapat surat keterangan telah melaksanakan penelitian dari Ketua Program Studi Psikologi UNDIP nomor 1051/J07.1.16/AK/2005, tentang keterangan penelitian yang telah dilakukan oleh penelitian di Program Studi Psikologi UNDIP.

b. Persiapan alat ukur

Penyusunan alat ukur berupa skala diawali dengan penetapan definisi operasional untuk mendapatkan pengertian yang tepat dari variabel-variabel terkait tentang bentuk respon yang tepat dari subjek. Operasionalisasi ini dirumuskan dalam bentuk indikator-indikator perilaku (*behavioral indicator*). Selanjutnya sebelum penulisan item, penelitian menetapkan terlebih dahulu bentuk atau format stimulus yang hendak digunakan. Komponen-komponen atribut, indikator-indikator perilaku dan format stimulus disajikan sebagai bagian dari *blueprint* skala. *Blueprint* ini yang menjadi acuan dalam penulisan item. Hasil akhir penyusunan alat ukur dalam penelitian ini adalah skala.

Penelitian ini menggunakan dua buah skala, yaitu skala stres dalam menyusun skripsi dan skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing dalam skripsi.

1). Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

Skala stres dalam menyusun kripsi disusun berdasarkan aspek biologis dan psikologis. Aspek biologis stres berupa gejala fisik, dan aspek psikologis stres berupa gejala kognisi, emosi dan tingkah laku. Skala stres dalam menyusun kripsi terdiri dari 48 item. Komposisi dan sebaran item untuk masing-masing komponen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Sebaran Aitem Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

No	Aspek	Aitem		Jumlah		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>	
1	Biologis					
	a. Gejala Fisik	1,9,17,25,33,41	5,13,21,29,37,45	6	6	12
2	Psikologis					
	a. Gejala Kognisi	6,14,22,30,38,46	2,10,18,26,34,42	6	6	12
	b. Gejala Emosi	3,11,19,27,35,43	7,15,23,31,39,47	6	6	12
	c. Gejala Tingkah laku	8,16,24,32,40,48	4,12,20,28,36,44	6	6	12
Total				24	24	48

2). Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi yaitu keterbukaan, empati, keyakinan, kesiapan dan manajemen interaksi. Skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi terdiri dari 48 item. Komposisi dan sebaran item untuk masing-masing komponen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Sebaran Aitem Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

No	Aspek	Aitem		Jumlah		Total
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	<i>F</i>	<i>UF</i>	
1	Keterbukaan	1,17,33	9,25,41	3	3	6
2	Empati	10,26,42	2,18,34	3	3	6
3	Dukungan	3,19,35	11,27,43	3	3	6
4	Kepositifan	12,28,44	4,20,36	3	3	6
5	Kesederajatan	5,21,37	13,29,45	3	3	6
6	Keyakinan	14,30,46	6,22,38	3	3	6
7	Kesiapan	7,23,39	15,31,47	3	3	6
8	Manajemen interaksi	16,32,48	8,24,40	3	3	6
Total				24	24	48

3. Pelaksanaan Uji Coba

Sebelum digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan uji coba untuk mengetahui indeks dayabeda atau indeks dayadiskriminasi aitem dan keterpercayaan alat ukurnya. Azwar (2004, h. 13-14) menyatakan bahwa uji coba terhadap aitem skalapsikologi bertujuan untuk mengetahui apakah kalimat dalam aitem mudah dipahami oleh responden sebagaimana yang diinginkan oleh penulis aitem, dan sebagai salah satu cara praktis untuk memperoleh data dari responden yang akan digunakan untuk penskalaan atau untuk evaluasi kualitas aitem secara psikometris.

Uji coba skala stress dalam menyusun skripsi dan skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dilakukan di Program Studi Psikologi. Kedua skala

diujicobakan pada 32 mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP yang merupakan bagian dari populasi penelitian. Uji coba dilakukan peneltidengan cara menemui subjek secara *door to door* ketempat tinggal mahasiswa di kampus Program Studi Psikologi UNDIP. Uji cobadilakukan pada tanggal 21-27 Juli 2005.

Setelah dilakukan uji coba alat ukur, maka aitem yang valid dan yang gugur dapat ditentukan melalui teknik korelasi *product moment* dengan menggunakan program komputer SPSS Versi 10.0.

4. Uji Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Alat Ukur

Setelah uji coba skaladilaksanakan pada mahasiswa yang memiliki karakteristik yang setara dengan sampel penelitian, selanjutnya data mentah yang diperoleh dari uji coba tersebut ditabulasi dan dikenaikan analisis uji daya beda aitem dan reliabilitas alat ukur.

Parameter daya beda aitem yang berupa koefisien korelasi aitem total memperlihatkan kesesuaian fungsi aitem dengan fungsi skala dalam mengungkap perbedaan individual. Dengan demikian digunakan untuk mengoptimalkan fungsi-fungsi skala, pemilihan aitem-aitemnya didasarkan pada koefisien korelasi tersebut (Azwar, 2004, h. 64).

Sebagai kriteria pemilihan aitem berdasarkan korelasi aitem total, biasanya digunakan batasan $r_{ix} \geq 0,30$. Semua aitem yang mencapai koefisien korelasi minimal 0,30 dianggap pembedanya dianggap memuaskan (Azwar, 2004, h. 65). Semakin tinggi korelasi positif antar skor aitem-aitem dengan skor tes berarti semakin tinggi konsistensi antar aitem tersebut dengan keseluruhan berarti semakin tinggi daya bedanya. Oleh karena itu dalam penelitian ini menggunakan standar minimal $r_{ix} = 0,30$ untuk memilih aitem yang memiliki daya beda yang tinggi.

a. Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

Skala stres dalam menyusun skripsi untuk uji coba terdiri dari 48 aitem. Standar indeks daya beda minimal yang digunakan untuk memilih aitem adalah 0,30 dengan demikian aitem dengan daya beda minimal 0,30 dinyatakan valid. Berdasarkan hasil analisis SPSS versi 10.0

didapatkan hasil indeks dayabeda berkisar antara -0,2098 sampai 0,6034 dengan koefisien reliabilitas 0,8690. Ringkasannya selengkapnya disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 7. Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Stres dalam Menyusun Skripsi N=48

Skala	r_{ix} Min	r_{ix} Max	Koefisien Reliabilitas
Stres dalam Menyusun Skripsi	-0,2098	0,6034	0,8690

Setelah melakukan seleksi aitem berdasarkan standar minimum r_{ix} sebesar 0,30 maka diperoleh jumlah aitem skala stres dalam menyusun skripsi yang valid sejumlah 28 butir aitem dengan rentang dayabeda yang disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 8. Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Stres dalam Menyusun Skripsi N=28

Skala	r_{ix} Min	r_{ix} Max	Koefisien Reliabilitas
<i>Stres dalam Menyusun Skripsi</i>	0,3220	0,6998	0,9064

Berdasarkan hasil seleksi aitem skala stres dalam menyusun skripsi didapat 28 aitem valid dan 20 aitem gugur. Aitem-aitem yang gugur tersebut mempunyai koefisien korelasi dayabeda aitem di bawah 0,30. Aitem-aitem valid dan gugur dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 9. Distribusi Butir Aitem Valid dan Gugur Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah		Total
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	<i>Biologis</i> <i>a. Gejala Fisik</i>	5,9,13,17,21,33	1,25,29,37,41,45	6	6	12
2	<i>Psikologis</i> <i>a. Gejala Kognisi</i>	2,6,18,22,26,30,38,46	10,14,34,42	8	4	12
	<i>b. Gejala Emosi</i>	7,11,19,27,31,35,43	3,15,23,39,47	7	5	12

	c. Gejala Tingkah Laku	4,8,16,24,36,44,48	12,20,28,32,40	7	5	12
Total				28	20	48

Setelah diketahui butir-butir aitem yang valid dan gugur, kemudian dilakukan kembali penyusunan nomor yang baru dari butir-butir aitem skala stres dalam menyusun skripsi. i. Sebaran butir aitem yang baru adalah sebagai berikut:

Tabel 10. Distribusi Aitem Valid Skala Stres dalam Menyusun Skripsi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot (%)
		Favorable	Unfavorable		
1	Biologis a. Gejala Fisik	9(1),17 (9), 33(17)	5(5),13(13), 21(21)	6	21,43
2	Psikologis a. Gejala Kognisi	6(6),22 (14), 30(22),38 (25), 46(28)	2(2),18(10), 26(18)	8	28,57
	b. Gejala Emosi	11 (3),19 (11), 27(19),35 (23), 43(26)	7(7),31 (15)	7	25
	c. Gejala Tingkah laku	8(8),16 (16), 24(24),48 (27)	4(4),36 (12), 44(20)	7	25
Total				28	100

Keterangan: Nomor diluar tanda () adalah nomor aitem yang lama

Nomor didalam tanda () adalah nomor aitem yang baru

b. Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

Skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi untuk diujicoba terdiri dari 48 aitem. Berdasarkan hasil analisis SPSS versi 10.0 didapatkan hasil indeks daya beda aitem sebelum dikoreksi berkisar antara 0,0897–0,6672. Aitem dengan daya beda minimal 0,30 dinyatakan valid. Ringkasan indeks daya beda aitem dan reliabilitas skala

efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi disajikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 11. Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi N=48

Skala	r_{ix}^{Min}	r_{ix}^{Max}	Koefisien Reliabilitas
Efektivitas Komunikasi Mhs-Dsn Pembimbing Utama Skripsi	-0,0897	0,6672	0,8906

Setelah dilakukan seleksi aitem berdasarkan standar minimum r_{ix} sebesar 0,30 maka diperoleh jumlah aitem skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi yang valid sejumlah 32 butir aitem dengan rentang daya beda yang disajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel 12. Indeks Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi N=32

Skala	r_{ix}^{Min}	R_{ix}^{Max}	Koefisien Reliabilitas
Efektivitas Komunikasi Mhs-Dsn Pembimbing Utama skripsi	0,3366	0,7104	0,9187

Berdasarkan hasil seleksi aitem skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, didapatkan sejumlah 32 aitem valid dan 16 aitem gugur. Ringkasannya lengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 13. Distribusi Butir Aitem Valid dan Gugur Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah		Total
		Valid	Gugur	Valid	Gugur	
1	Keterbukaan	9,25	1,17,33,41	2	4	6
2	Empati	18,26,34,42	2,10	4	2	6
3	Dukungan	3,11,19,35,43	27	5	1	6
4	Kepositifan	12,20,36,44	4,28	4	2	6
5	Kesederajatan	5,13,21,29,37	45	5	1	6

6	Keyakinan	6,14,38,46	22,30	4	2	6
7	Kesiapan	15,23,31,39	7,47	4	2	6
8	Manajemen interaksi	8,16,32,40	24,48	4	2	6
Total				32	16	48

Setelah diketahui butir-butir aitem yang valid dan gugur, kemudian dilakukan kembali penyusunan nomor yang baru dari butir-butir aitem skala efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi. Sebaran butir aitem yang baru adalah sebagai berikut:

Tabel 14. Distribusi Aitem Valid Skala Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah	Bobot (%)
		Favorable	Unfavorable		
1	Keterbukaan	-	9(1),25 (16)	2	6,25
2	Empati	26 (2),42 (17)	18 (9),34 (24)	4	12,5
3	Dukungan	3 (10),19(25), 35(31)	11(3),43 (18)	5	15,63
4	Kepositifan	12 (4),44 (19)	20 (11),36 (26)	4	12,5
5	Kesederajatan	5(12),21 (27), 37(32)	13(5),29 (20)	5	15,63
6	Keyakinan	14 (6),46 (21)	6 (13),38 (28)	4	12,5
7	Kesiapan	23 (14),39 (29)	15 (7),31 (22)	4	12,5

8	Manajemen Interaksi	16(8),32 (23)	8 (15),40 (30)	4	12,5
Total				32	100

Keterangan: Nomordiluartanda() adalah nomor item yang lama

Nomordidalamtanda() adalah nomor item yang baru

5. Pelaksanaan Penelitian

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang telah diujicobakan. Penelitian dilaksanakan mulai tanggal 3-10 Agustus 2005 yang berlokasi di kampus Program Studi Psikologi UNDIP dan secara *doortodoor* ditempatkan mahasiswa. Lokasi penelitian berada pada dua tempat yang berbeda, dikarenakan peneliti mengalami kesulitan untuk dapat mengumpulkan subjek di kampus Program Studi Psikologi UNDIP. Kesulitan tersebut disebabkan oleh banyaknya subjek yang tidak bersedia untuk dimintai kehadirannya di kampus karena adanya kesibukan dan keterbatasan waktu yang dimiliki.

Pengambilan data dilakukan secara langsung oleh peneliti selama 8 hari berturut-turut mulai pukul 06.30-20.00 WIB. Hari pertama peneliti mendapat subjek sebanyak lima orang, hari kedua lima orang, hari ketiga 15 orang, hari keempat 10 orang, hari kelima lima orang, dan hari keenam 15 orang, hari ketujuh lima orang, dan hari kedelapan 10 orang. Rata-rata waktu yang diperlukan untuk mengisikala psikologi ini adalah 20 menit.

B. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP yang sedang menyusun skripsi minimal tiga bulan dan dihitung dari tanggal pendaftaran biro skripsi dan telah melakukan bimbingan dengan dosen pembimbing utama. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *simplerandomsampling* dengan cara undian. Teknik tersebut memungkinkan setiap subjek dalam populasi memiliki peluang yang sama besar untuk terpilih menjadi sampel penelitian. Adapun penentuan jumlah subjek yang menjadi subjek penelitian dan subjek uji coba dilakukan dengan menggunakan *nomogram* Harry King. Berdasarkan penghitungan *nomogram* Harry King didapatkan 73 mahasiswa yang menjadi subjek penelitian dan 32 mahasiswa menjadi subjek uji coba. Tetapi dalam pelaksanaan penelitian ada tiga subjek yang gugur sebagai subjek penelitian. Gugurnya tiga subjek tersebut berasal dari angkatan 1998 yang sedang mengejar deadline penyelesaian skripsi pada saat penelitian diadakan. Berdasarkan alasan tersebut maka agar tidak mengganggu penyusunan skripsi ketiga mahasiswa tersebut maka peneliti mengurungkan ketiga mahasiswa tersebut dari daftar calon subjek penelitian. Berdasarkan kondisi tersebut maka jumlah total subjek penelitian yang dianalisis adalah 70. Tingkat kepercayaan sampel terhadap populasi yang digunakan dalam penelitian ini sebesar 95% (Sugiyono, 2005, h. 64).

C. Hasil Analisis Data dan Interpretasi

Pengujian terhadap hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode analisis regresi sederhana. Sebelum dilakukan uji hipotesis terlebih dahulu dilakukan uji normalitas dan uji linieritas sebagai syarat dalam penggunaan analisis regresi.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas sebaran data penelitian menggunakan teknik *Kolmogorov-Smirnov Goodness of Fit Test*. Berikut adalah hasil selengkapnya:

Tabel 15. Uji Normalitas Sebaran Data Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi dan Stres dalam Menyusun Skripsi

Variabel	Kolmogorov-Smirnov	P(p>0,05)	Bentuk
Efektivitas Komunikasi Mhs-Dsn Pembimbing Utama Skripsi	0,655	0,784	Normal
Stres dalam Menyusun Skripsi	0,826	0,502	Normal

Hasil uji normalitas tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel dalam penelitian ini memiliki distribusi normal. Hal tersebut dapat dilihat dari uji normalitas yang menghasilkan *Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,655 dengan $p=0,784$ untuk efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, dan 0,826 dengan $p=0,502$ untuk stres dalam menyusun skripsi.

2. Uji Linieritas

Uji linieritas bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang linier antara kedua variabel penelitian. Hubungan yang linier menggambarkan bahwa perubahan pada variabel bebas akan cenderung diikuti oleh perubahan pada variabel terikat dengan membentuk garis linier. Uji linieritas dari hubungan efektifitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing

utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP menghasilkan $F_{lin}=28,16529$ dengan $p=0,0000$ ($p<0,05$). Hasil uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 16. Uji Linieritas Variabel Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi dan Stres dalam Menyusun Skripsi

Nilai F	Signifikansi	P
28,16529	0,0000	$P<0,05$

Uji linieritas menunjukkan bahwa hubungan antara dua variabel penelitian adalah linier. Terpenuhi ya kedua asumsi di atas menunjukkan bahwa teknik regresi dapat digunakan untuk memprediksi hubungan antara kedua variabel penelitian.

3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan besar hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP adalah $r_{xy} = -0,541$ dengan tingkat signifikansi $0,000$ ($p<0,05$). Nilai r_{xy} negatif menunjukkan arah hubungan kedua variabel negatif, artinya semakin tinggi efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, maka semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP, sebaliknya semakin rendah efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP.

Tingkat signifikansi korelasi $p=0,000$ ($p<0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan atau nyata antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun

skripsi, dengan demikian hipotesis yang menyatakan terdapat hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP dapat diterima.

Tabel 17. Deskripsi Statistik Penelitian

Variabel	Mean	Standar Deviasi	N
Efektivitas Komunikasi Mhs-Dsn Pembimbing Utama Skripsi	96,47	10,19	70
Stres dalam Menyusun Skripsi	63,06	6,63	70

F_{tes} dalam penelitian ini menghasilkan F hitung sebesar 28,16529 dengan tingkat signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi. Keterangan selanjutnya dapat dilihat dalam tabel 18.

Tabel 18. Rangkuman Analisis Regresi Sederhana Variabel-variabel Penelitian

Model	Sum of Square	df	Mean Square	F	Sig
Regression	887,372	1	887,372	28,165	0,000
<i>Residual</i>	2143,399	68	31,506		
Total	3030,771	69	918,878		

Hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP, dapat digambarkan dalam persamaan garis regresi sesuai silang tercantum pada tabel 19.

Tabel 19. Koefisien Persamaan Garis Regresi

Model	Unstandardized Coefficient		Standardized Coefficient	T	Sig
	B	Std. Error	Beta		
Constant	97,016	6,434		15,079	0,000
Efektivitas Komunikasi Interpersonal Mhs-Dsn	-0,352	0,066	-0,541	-5,307	0,000

Berdasarkan tabel di atas, dapat dilihat nilai koefisien tantan variabel efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi yang dapat memprediksi variasi yang terjadi pada variabel stres dalam menyusun skripsi melalui persamaan garis regresi. Persamaan garis regresi pada hubungan kedua variabel tersebut adalah:

$$Y = c + \beta x$$

$$Y = 97,016 - 0,352x$$

Persamaan di atas bermakna bahwa variabel stres dalam menyusun skripsi (y) rata-rata akan berubah sebesar -0,352 untuk setiap unit perubahan yang terjadi pada variabel efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi (x).

Tabel 20. Koefisien Determinasi Penelitian

R	RSquare	Adjusted RSquare	Std Error of Estimate
0,541	0,293	0,282	5,613

Koefisien determinasi pada tabel menunjukkan bahwa R^2 sebesar 0,293. Angka tersebut mengandung arti bahwa dalam penelitian ini efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi memiliki sumbuangan efektif sebesar 29,3% terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi variabel stres dalam menyusun skripsi sebesar 29,3% dapat diprediksi oleh variabel efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, dan sisanya 70,7% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini, yaitu faktor jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, strategi coping, sukun dan kebudayaan, inteligensi, tugas akademik (skripsi), hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosial.

Berdasarkan hasil analisis, diperoleh rata-rata (mean) empirik, rata-rata (mean) hipotetik, standar deviasi empirik dan standar deviasi hipotetik. Hasil analisis selengkapnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 21. Gambaran Umum Hasil Skor Variabel-variabel Penelitian

Statistik	Efektivitas Komunikasi Mhs-Dsn Pembimbing Utama Skripsi		Stres dalam Menyusun Skripsi	
	Hipotetik	Empirik	Hipotetik	Empirik
Skor Minimum	32	66	28	41
Skor Maksimum	128	122	112	78
Mean	80	96,47	70	63,06
Standar Deviasi	16	10,19	14	6,63

Gambaran kortes tersebut kemudian dipakai untuk menyusun klasifikasi kategori efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Adapun tujuan dari kategorisasi adalah menempatkan individu dalam kelompok-kelompok yang terpisah secara berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2004, h. 107). Kategorisasi bersifat relatif maka peneliti boleh menentukan luasnya interval secara subjektif setiap kategorisasi yang diinginkan, selama penetapan berada dalam batas kewajaran dan dapat diterima akal (Azwar, 2004, h. 108). Kategorisasi variabel-variabel penelitian dapat dilihat dalam gambar 1 dan gambar 2.

Gambar 1

Kondisi Empiris Stres dalam Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP

SR	R	S	T	ST
2 orang	39 orang	27 orang (63,06)		2 orang

4963 7791

Keterangan:

SR = Sangat Rendah

R = Rendah

S = Sedang

T = Tinggi

ST = Sangat Tinggi

Dari kategori stres dalam menyusun skripsi, mean empirik yang diperoleh sebesar 63,06. Artinya stres dalam menyusun skripsi yang dialami subjek berada pada kategori sedang. Keadaan ini menunjukkan bahwa ketika diadakan penelitian subjek memiliki stres dalam menyusun skripsi yang sedang.

Gambar2

Kondisi Empiris Efektivitas Komunikasi Mahasiswa-Dosen Pembimbing Utama Skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP

SR	R	S	T	ST
-	1orang	16orang	37orang (96,47)	16orang
5672		88104		

Keterangan:

SR =SangatRendah

R=Rendah

S=Sedang

T=Tinggi

ST=SangatTinggi

Dari kategorisasi efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, mean empiri yang diperoleh sebesar 96,47. Artinya pada saat diadakan penelitian, efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi berada pada kategori tinggi. Kondisi ini menunjukkan bahwa subjek mempersepsikan komunikasi interpersonal dengan dosen pembimbing utama skripsi sebagai komunikasi yang efektif.

BABV

PENUTUP

A. Pembahasan

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Progam Studi Psikologi UNDIP Semarang. Sebagai mana ditunjukkan oleh koefisien korelasi $r_{xy} = -0,541$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Tanda negatif pada koefisien korelasi menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama

skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP Semarang. Kondisi tersebut berarti bahwa semakin tinggi efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing maka akan semakin rendah tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP, dan sebaliknya semakin rendah tingkat efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing maka semakin tinggi tingkat stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP.

Hasil penelitian tersebut sesuai dengan hipotesis yang diajukan bahwa ada hubungan negatif antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi Universitas Diponegoro Semarang. Efektivitas komunikasi yang tinggi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing memungkinkan mahasiswa terhindar dari stres dalam menyusun skripsi.

Terujinya hipotesis dalam penelitian ini disebabkan karena, pada hakekatnya stres adalah kondisi individu yang merupakan hasil interaksi antara individu dengan lingkungan, menyebabkan adanya suatu tekanan dan mempengaruhi aspek fisik, perilaku, kognitif dan emosional. Tekanan yang dialami oleh individu yang stres dapat bersumber dari lingkungan sosial. Salah satu sumber stres dari lingkungan sosial adalah adanya hubungan interpersonal yang negatif (Sarafino, 1994, h.89).

Hubungan interpersonal yang negatif selain sebagai sumber stres juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi stres. Salah satu penentu positif atau negatifnya suatu hubungan interpersonal adalah proses komunikasi yang terjalin antara kedua belah pihak yang menjalin hubungan interpersonal (Sarwono, 1997, h.193). Melalui komunikasi seseorang dapat memenuhi kebutuhan rasa ingin tahu, kebutuhan aktualisasi diri, kebutuhan untuk menyampaikan ide, pemikiran, pengetahuan dan informasi secara timbal balik kepada orang lain (Walgito, 2001, h.75). Komunikasi juga membantu individu dalam proses perkembangan intelektual dan sosial, pembentukan identitas diri dan jati diri, sumber perbandingan sosial dan penentu kesehatan mental (Supratiknya, 1995, h.10).

Komunikasi antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi bertujuan untuk membantu mahasiswa dalam menyelesaikan kan permasalahan yang dihadapi saat penyusunan skripsi. Komunikasi yang terjalin antara mahasiswa dengan dosen pembimbing skripsi mempunyai peran yang sangat penting dalam membantu mahasiswa membuat konsep pikir yang akan digunakan dalam penelitian. Hasil komunikasi mahasiswa dengan dosen pembimbing juga berperan dalam pengambilan keputusan oleh mahasiswa atas masalah-masalah yang dihadapi saat menyusun skripsi.

Efektivitas komunikasi interpersonal dapat tercapai, bila kedua belah pihak baik mahasiswa maupun dosen pembimbing mempunyai kesamaan dalam menginterpretasikan makna pesan yang disampaikan dalam proses komunikasi. Adanya komunikasi yang efektif menyebabkan adanya perasaan senang yang dapat mendorong adanya sikap keterbukaan antara kedua belah pihak, sebaliknya bila komunikasi yang terjalin tidak berjalan efektif maka menyebabkan timbulnya perasaan tegang yang dapat menyebabkan timbulnya masalah perselisihan antara mahasiswa dengan dosen pembimbing. Adanya perselisihan paham dengan dosen pembimbing membuat hubungan interpersonal yang terbentuk menjadi kurang harmonis, sehingga timbul adanya tekanan pada diri mahasiswa. Penelitian mengenai dampak perselisihan paham antara mahasiswa dengan dosen pembimbing pernah dilakukan oleh Ross *et al.* (1999) pada mahasiswa Universitas Midwestern Amerika Serikat. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa salah satu sumber stres pada mahasiswa berasal dari faktor akademik adalah perselisihan paham dengan dosen.

Efektivitas komunikasi interpersonal mempunyai aspek yang selalu berhubungan dengan orang lain, baik secara fisik maupun mental. Adanya keterbukaan, empati, dukungan, kepositifan, kesederajatan, keyakinan, kesiapan dan manajemen interaksi selalu melibatkan individu satu dengan individu lain dalam hubungan interpersonal. Berdasarkan aspek tersebut maka cukup beralasan jika efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi berhubungan dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP berada dalam kategori sedang. Artinya, bahwa ketika diadakan penelitian subjek memiliki stres dalam menyusun skripsi yang sedang. Berkaitan dengan kondisi tersebut, ada beberapa faktor di lapangan yang dapat menjelaskan mengapa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP dalam kategori sedang.

Pertama, sebagai seorang mahasiswa psikologi tentunya

telah mendapatkan materi tentang stres pada saat proses belajar mengajar. Materi stresser yang diberikan pada beberapa mata kuliah, misalnya psikologi umum, psikologi kesehatan, psikologi sosial, dan psikologi klinis, bahkan psikologi industri dan organisasi pun mempelajari stres, hanya saja konteksnya berbeda-beda. Materi yang dipelajari mulai dari pemahaman arti stres, sumber-sumber stres, faktor-faktor stres, dan efek negatif dan positif dari stress serta cara mengelola stres. Pengetahuan dan pemahaman yang didapat oleh mahasiswa psikologi tentunya berpengaruh pada ketahanan dalam menghadapi sumber dan faktor stres.

Kondisi tersebut di atas berdasarkan pernyataan Atkinson *et.al.* (1974, h.340-341) yang menyatakan bahwa pengaruh negatif stres dapat diturunkan apabila individu sudah dapat

memperkirakan sebelumnya akan pengaruh sumber stres pada individu. Pernyataan tersebut didukung oleh hasil penelitian Baum *et.al* (1997, h.12-13) pada masyarakat Pittsburg Amerika Serikat. Hasilnya menyatakan bahwa tingkat stresin individu yang didiagnosis mengidap penyakit kanker, lebih rendah ditemukan pada individu yang telah mempunyai sejarah kanker dalam keluarganya, daripada individu yang tidak mempunyai sejarah kanker dalam keluarganya. Individu yang telah mempunyai sejarah kanker dalam keluarganya lebih siap menerima diagnosis bahwa dirinya mengidap penyakit kanker daripada individu yang berasal dari keluarga yang tidak mempunyai sejarah kanker. Adanya pengetahuan dan pemahamannya yang didapat mengenai cara mengatasi stres pada mahasiswa psikologi, sedikit banyak juga berpengaruh pada perilaku individu dalam menghadapi kondisi stres.

Kedua, sebagian besar subjek merasa lebih dekat dan akrab dalam hubungan interpersonal dengan lingkungan sosial terutama dengan dosen pada saat menyusun kripsi, daripada pada saat proses belajar mengajar dalam perkuliahan. Dalam proses penyusunan kripsi, subjek juga merasa mempunyai waktu dan kesempatan yang banyak dalam berdiskusi baik masalah pribadi maupun masalah kripsi dengan dosen. Kondisi tersebut memunculkan adanya suasana yang lebih akrab dan dekat. Suasana tersebut tidak akan muncul tanpa adanya komunikasi yang efektif.

Adanya komunikasi yang tidak efektif dengan dosen dapat menjadi sumber stres bagi mahasiswa, karena dapat menyebabkan perselisihan pendapat antara mahasiswa dan dosen, sehingga memicu terjadinya ketegangan. Adanya komunikasi yang tidak efektif menghambat pelaksanaan peran dosen pembimbing dalam membantuanakdidikdalam mengatasi kesulitan yang dialami (Djamarah, 2004, h.46) .

Data hasil penelitian juga menyatakan bahwa efektifitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dalam kategori tinggi. Artinya sebagai komunikasi yang efektif. interpersonal dengan dosen pembimbing utama skripsi nyasebagai komunikasi yang efektif. Adanya kondisi tersebut disebabkan karena beberapa faktor antara lain: pertama, adanya persepsi positif mahasiswa pada dosen pembimbing. Faktanya tersebut didapat dari hasil wawancara dengan subjek penelitian pada saat peneliti melakukan penelitian. Kondisi tersebut dapat terjadi karena pada saat penentuan dosen pembimbing skripsi, mahasiswa diberi kesempatan untuk memilih dosen pembimbingnya dengan persetujuan biro skripsi. Di lain pihak, dosen pembimbing juga diberi kebebasan dalam menyikap permohonan untuk menjadi dosen pembimbing bagi mahasiswa yang mengajukan permohonan tersebut.

Persepsi positif yang dimiliki subjek pada dosen pembimbing mendorong tumbuhnya kepercayaan pada diri subjek. Subjek percaya bahwa dosen pembimbing yang dipilih tersebut dapat memahami kemampuan dirinya, dan juga mempunyai kemampuan untuk membimbing skripsinya. Kondisi tersebut didukung oleh pernyataan Rakhmat (1998, h.97), bahwa persepsi interpersonal pelaku komunikasi berpengaruh terhadap proses komunikasi interpersonal yang ada. Adanya persepsi interpersonal yang positif antara pelaku komunikasi menyebabkan adanya keterbukaan dan kesenangan dalam komunikasi. Kondisi tersebut menunjukkan adanya komunikasi yang terjalin efektif. Sebaliknya jika persepsi interpersonal yang terbentuk negatif maka tidak ada keterbukaan dalam komunikasi, bahkan memicu terjadinya ketegangan. Kondisi tersebut menunjukkan adanya komunikasi yang cenderung kurang efektif.

Kedua, proses komunikasi interpersonal antara mahasiswa dengan dosen pembimbing utama skripsi berlangsung secara dialogis dan dalam situasi individual, sehingga mahasiswa dapat leluasa untuk mengkomunikasikan permasalahannya. Fakta menunjukkan bahwa dalam komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi, tidak sedikit mahasiswa yang mengkomunikasikan masalah pribadi yang dihadapi. Kondisi tersebut membuat mahasiswa merasa lebih nyaman, karena mendapatkan bimbingan dan motivasi dari dosen pembimbing. Kondisi tersebut mendorong terjalannya

kedekatan dan keakraban antara mahasiswa dengan dosen pembimbing. Kondisi tersebut sesuai dengan pernyataan Barker (1984, h. 136) bahwa efektivitas komunikasi interpersonal dipengaruhi oleh konteks komunikasi. Konteks komunikasi dalam komunikasi interpersonal yang dimaksud adalah tempat berlangsungnya komunikasi dan situasi yang ada pada saat komunikasi berlangsung.

Komunikasi interpersonal yang berlangsung secara dialogis pada saat bimbingan skripsi juga dapat berpengaruh pada tercapainya efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing skripsi, karena umpan balik dapat diberikan secara langsung. Komunikasi dialogis memberi kesempatan mahasiswa untuk bersikap responsif dalam menanggapi pendapat atau pertanyaan kepada dosen (Effendy, 2000, h. 101-102). Kondisi tersebut dapat mengurangi adanya kesalahan dalam interpretasi pesan, dan apabila terjadi kesalahan dalam interpretasi pesan dapat segera diketahui dan dibenahi saat itu juga.

Hasil analisis regresi penelitian ini menunjukkan sumbangane efektif variabel efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa-dosen pembimbing utamaskripsi sebesar 29,3% terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa tingkat konsistensi variabel stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa sebesar 29,3% dapat diprediksi oleh variabel efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa-dosen pembimbing utamaskripsi, dan sisanya 70,7% ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian ini. Adapun faktor-faktor lain yang mempengaruhi stres adalah: faktor jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, strategi coping, sukun dan kebudayaan, inteligensi, tugas akademik (skripsi), hubungan mahasiswa dengan lingkungan sosial.

Sedikitnya sumbangan variabel efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing utamaskripsi terhadap stres yang dialami oleh mahasiswa tersebut cukup beralasan karena banyak faktor yang mempengaruhi stres individu. Faktor yang dimungkinkan berpengaruh besar pada stres individu adalah karakteristik kepribadian individu.

Karakteristik kepribadian individu yang berbeda-beda dapat menyebabkan kanadanyarespon yang berbeda-beda terhadap sumber stres yang sama. Smet (1994, h. 198) menyatakan bahwa individu dengan tipe kepribadian ketabahan mempunyai ketahanan yang lebih tinggi dalam menghadapi sumber stres dibandingkan individu yang tidak mempunyai kepribadian ketabahan. Sutherland dan Cooper (Smet, 1994, h. 198) menyatakan bahwa individu yang dapat digolongkan dalam kepribadian ketabahan memiliki tiga sifat dasar, antara lain: adanya kontrol pribadi, komitmen, dan tantangan. Adanya kontrol pribadi yang memberikan andalam diri untuk dapat menyelesaikan masalah, adanya komitmen yang tinggi untuk menyelesaikan masalah, dan adanya persepsi bahwa masalah adalah sebuah tantangan akan mempengaruhi individu yang mempunyai kepribadian ketabahan menjadi lebih optimis dalam menghadapi kenyataan hidup sehingga memiliki pola coping terhadap stres yang lebih efektif.

Hasil penelitian ini mempunyai perbedaan dengan hasil penelitian Pangestuti (2003) yang menyatakan bahwa mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan mengalami penundaan penyelesaian skripsi di Program Studi Psikologi UNDIP mempunyai tingkat stres yang cukup tinggi. Adanya

perbedaan kondisi stres tersebut karena dipengaruhi oleh adanya beberapa perbedaan, antarlain: *pertama*, adanya perbedaan karakteristik subjek penelitian. Pada penelitian Pangestuti (2003) subjek penelitiannya adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan mengalami penundaan penyelesaian skripsi, sedangkan pada penelitian ini subjeknya adalah mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dan sebagian besar tidak melakukan penundaan penyelesaian skripsi. Lama waktu penyusunan skripsi mahasiswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini rata-rata berkisar antara tiga bulan -15 bulan (Biro Skripsi Psikologi UNDIP, Juli 2005).

Kedua, adanya jeda waktu penelitian yang cukup lama yaitu dua tahun, memungkinkan adanya perbedaan kondisi hubungan interpersonal dan perbedaan pola komunikasi mahasiswa dengan dosen. Adanya perbedaan kondisi tersebut salah satu faktor yang menyebabkan adalah adanya perubahan sikap dosen dan mahasiswa dalam menyikapi perbedaan pola pikir yang ada. Kondisi komunikasi akademis di Program Studi Psikologi saat ini lebih menunjukkan adanya keterbukaan, sehingga masing-masing pihak baik mahasiswa maupun dosen dapat menyadari kekurangan masing-masing.

Perubahan kondisi tersebut sedikit banyak dipengaruhi oleh hasil dialog akademis antara mahasiswa dengan dosen, yang secara rutin diselenggarakan oleh DeMaPsi (Dewan Eksekutif Mahasiswa Psikologi) UNDIP bekerjasama dengan pihak pengelola Program Studi Psikologi UNDIP. Aspirasi dan keluhan mahasiswa saat ini selain dapat disampaikan melalui dialog akademik, dapat pula disampaikan melalui lembaga evaluasi kerja dosen, serta dapat disampaikan secara

langsung kepada pengelola Program Studi Psikologi U NDIP. Banyaknya kesempatan untuk menyampaikan aspirasi dan keluhan dapat menumbuhkan kesadaran mahasiswa dan dosen untuk bersama-sama berusaha berbuat yang terbaik demi kemajuan Program Studi Psikologi UNDIP .

B. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. *Pertama*, bobot tiap aspek dalam aspek-aspek stres dalam menyusun skripsi tidak seimbang, karena aspek biologis memiliki bobot 25% sedangkan aspek psikologis memiliki bobot 75%. Kondisi tersebut terjadi karena peneliti memandang aspek psikologis memiliki gejala yang lebih banyak dari pada aspek biologis, sehingga peneliti memperbanyak bobot aspek psikologis. Dasar pertimbangan peneliti dalam menentukan bobot tiap aspek tersebut kurang kuat, karena tidak ada teori atau hasil penelitian terdahulu yang mendukung kondisi tersebut.

Kedua, kurang adanya kontrol terhadap variabel lain yang mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi sehingga dimungkinkan ada beberapa faktor yang ikut mempengaruhi stres dalam menyusun skripsi selain faktor efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi . Adapun faktor stres dalam menyusun skripsi yang mungkin dapat dikontrol tetapi tidak dilakukan kontrol oleh peneliti terhadap faktor tersebut adalah faktor inteligensi.

C. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat dibuat simpulan sebagai berikut:

- 1. Ada hubungan negatif antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP. Semakin tinggi efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi maka semakin rendah stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP, sebaliknya semakin rendah efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi maka semakin tinggi stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP.**
2. Sumbangan efektif efektivitas komunikasi mahasiswa- dosen pembimbing utama skripsi terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP ditunjukkan oleh angka 29,3 %. Kondisi tersebut mengisyaratkan bahwa efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi berpengaruh terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP sebanyak 29,3%. Sedangkan sisanya sebesar 70,7 % ditentukan oleh faktor-faktor lain yang tidak diungkapkan dalam penelitian ini dan diduga turut berpengaruh pada stres dalam menyusun skripsi, misalnya faktor jenis kelamin, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, strategi coping, suku dan kebudayaan, inteligensi, dan tugas akademik (skripsi).

D.Saran

1. Bagi Mahasiswa

Berdasarkan hasil penelitian ini dinyatakan bahwa efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi berpengaruh terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa, maka diharapkan mahasiswa dapat mempertahankan komunikasi yang efektif dengan dosen pembimbing, khususnya pembimbing utama skripsi. Cara yang dapat ditempuh oleh mahasiswa agar tercapai efektivitas komunikasi dengan dosen pembimbing adalah menjalin kedekatan dengan dosen pembimbing, membangun persepsi yang positif pada dosen pembimbing, menumbuhkan ketertarikan dan kejujuran, serta membangun kepercayaan pada dosen pembimbing.

Komunikasi yang efektif dapat menyebabkan hubungan interpersonal yang terjalin antara mahasiswa dengan dosen pembimbing terjalin harmonisannya, sehingga proses pembimbingan skripsi menjadi lancar. Proses bimbingan yang lancar menghindarkan mahasiswa untuk melakukan penundaan penyelesaian skripsi.

2. Bagi Dosen

Berdasarkan hasil penelitian ini dinyatakan bahwa efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi berpengaruh terhadap stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa dan efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dalam kategori tinggi, maka diharapkan dosen dapat mempertahankan keefektifitasan komunikasi yang telah terjalin dengan mahasiswa bimbingannya. Jika kedua belah pihak, baik mahasiswa yang menyusun skripsi maupun dosen pembimbing dapat kooperatif, maka akan sangat membantu dalam lancarnya penyusunan skripsi mahasiswanya.

3. Bagi Pengelola Program Studi Psikologi UNDIP

Program Studi Psikologi UNDIP merupakan wadah untuk mewujudkan efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen khususnya dosen pembimbing, sehingga diharapkan dapat mendukung terjalinnya efektivitas komunikasi interpersonal mahasiswa dengan dosen pembimbing utama. Pihak pengelola Program Studi Psikologi UNDIP diharapkan tetap memberikan kesempatan yang luas bagi mahasiswa untuk menyampaikan aspirasi dan keluhan melalui dialog akademik, melalui lembar evaluasi. Pengelola Program Studi Psikologi juga diharapkan dapat memperbanyak kegiatan diluar kegiatan akademis yang melibatkan mahasiswa dan dosen sehingga terjalin hubungan yang akrab.

4. Bagi Peneliti Lain

Memperhatikan keterbatasan dalam penelitian ini, bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti hubungan antara efektivitas komunikasi mahasiswa-dosen pembimbing utama skripsi dengan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa Program Studi Psikologi UNDIP Semarang. Agar tidak hanya meninjau dari sudut pandang mahasiswa tetapi juga dari sudut pandang dosen pembimbing skripsi, khususnya pembimbing utama.

Peneliti selanjutnya juga disarankan agar memperhatikan faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan stres dalam menyusun skripsi pada mahasiswa. Selain hal tersebut peneliti selanjutnya juga dapat memperkaya hasil penelitian dengan memperluas orientasi ke arah penelitian, tidak hanya di Program Studi Psikologi UNDIP tetapi juga pada Program Studi atau Fakultas lain dan juga di Perguruan Tinggi lain, sehingga semakin komprehensif dan banyak mengungkap wacana baru dengan daya generalisasi yang semakin luas.