

BAB I
PENDAHULUAN
A. Latar Belakang

Pendidikan tinggi berperan strategis dengan membentuk individu yang unggul dan kompetitif. Peraturan perundang undangan Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, menjelaskan bahwa tujuan utama pendidikan adalah untuk memfasilitasi pengembangan potensi peserta didik agar menjadi individu yang religius, bermoral, sehat, berpengetahuan luas, kompeten, mandiri, serta mampu menjalankan peran sebagai individu yang memiliki sikap demokratis dan rasa tanggung jawab sebagai warga negara. Selaras dengan itu meningkatnya jumlah mahasiswa yang melanjutkan studi ke perguruan tinggi menjadi salah satu indikator penting peningkatan kualitas pendidikan nasional (Kementerian Pendidikan Kebudayaan Riset dan Teknologi, (2022).

Kota Malang dipilih sebagai lokasi penelitian karena merupakan salah satu kota pendidikan terbesar di Indonesia dengan jumlah mahasiswa yang sangat tinggi dari berbagai daerah. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Malang (2022), tercatat lebih dari 250.000 mahasiswa aktif tersebar di berbagai perguruan tinggi. Selain itu, laporan dari Kompas (2023) menyebutkan bahwa mahasiswa di Kota Malang rentan mengalami tekanan akademik dan kecemasan menjelang kelulusan akibat tingginya tuntutan akademik dan persaingan kerja yang ketat. Fenomena ini menunjukkan urgensi untuk mengkaji faktor-faktor yang dapat memengaruhi tingkat kecemasan, salah satunya adalah dukungan sosial dari teman sebaya.

Di antara seluruh kelompok mahasiswa, mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang berada dalam fase paling kritis dalam masa studi mereka.

Mahasiswa tingkat akhir adalah individu yang berada pada fase akhir dalam jenjang pendidikan tinggi dan sedang dalam tahap penyelesaian tugas akhir sebagai syarat kelulusan (Asrun et al.,2019). Menurut Wibowo dan Purnamasari (2021), mahasiswa tingkat akhir umumnya memasuki semester 7 ke atas dan menghadapi tekanan akademik yang tinggi, terutama berkaitan dengan penyusunan skripsi dan persiapan transisi ke dunia kerja. Hal ini diperkuat oleh pendapat Suryani dan Widodo (2020) yang menyebutkan bahwa mahasiswa akhir berada dalam tahap perkembangan dewasa awal yang ditandai oleh peningkatan beban tanggung jawab akademik dan sosial, sehingga rentan mengalami tekanan psikologis seperti kecemasan, stres, dan kebingungan karier.

Mahasiswa tingkat akhir merupakan individu yang secara akademik telah menempuh sebagian besar mata kuliah dalam kurikulum dan saat ini memusatkan perhatian pada penyusunan tugas akhir atau skripsi, Menurut Asrun et al., (2019), mahasiswa dalam kategori ini berada pada fase penyelesaian skripsi sebagai bentuk pemenuhan persyaratan akademik guna memperoleh gelar sarjana. Mahasiswa pada tahap ini dihadapkan pada berbagai tekanan akademik seperti penyelesaian skripsi atau tugas akhir, pelaksanaan seminar dan ujian sidang, serta memikirkan rencana masa depan, baik memasuki dunia kerja maupun melanjutkan pendidikan ke jenjang berikutnya. Tekanan ini kerap memunculkan beban psikologis yang cukup besar dan dapat mengarah pada kecemasan akademik (Pramestuti & Dewi, 2019).

Kecemasan didefinisikan sebagai keadaan antisipasi terhadap bahaya di masa depan yang disertai dengan perasaan tidak menyenangkan seperti gelisah, tegang, dan ketakutan (Kaplan & Sadock (2009). Menurut Fauziah dan Ariati, (2015) kecemasan juga ditandai oleh respons fisiologis seperti peningkatan detak jantung, ketegangan otot, dan gangguan konsentrasi. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia pada tahun 2023 menunjukkan bahwa kesehatan mental terdapat 6,2% penduduk Indonesia berusia 15-24 tahun mengalami kecemasan (Kementrian Kesehatan RI, 2023). Selain itu, menurut laporan dari Kasat Reskrim Kabupaten Malang Tahun 2023 terjadi kasus bunuh diri di Sungai Brantas hal tersebut terjadi pada salah satu mahasiswa berinisial MAS, seorang mahasiswa semester 9 di Universitas Negeri Malang. Kasat Reskrim mengemukakan bahwasannya korban meninggal dikarenakan adanya beban akademik yaitu tugas akhir atau skripsi yang tidak selesai (detik.com, 2024).

Temuan-temuan tersebut mengindikasikan bahwa masalah kesehatan mental, termasuk kecemasan, cukup signifikan pada kelompok usia muda. Kecemasan yang dialami mahasiswa tingkat akhir bukanlah sesuatu yang sepele. Jika tidak dikelola dengan baik, kecemasan dapat mengganggu proses berpikir, pengambilan keputusan, serta menurunkan performa akademik dan kualitas hidup secara umum (Stefany et al., 2022). Penelitian Misalia et al., (2022) mengungkap bahwa kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir berkaitan dengan gangguan tidur, kelelahan mental, dan penurunan produktivitas.

Kecemasan pada mahasiswa akhir dapat diperburuk oleh berbagai faktor, seperti beban akademik, tekanan sosial, dan ketidakpastian masa depan (Stefany et al., 2022). Salah satu faktor pelindung yang penting adalah dukungan sosial, terutama dari teman sebaya. Dukungan sosial teman sebaya merupakan bentuk

interaksi interpersonal yang mencakup bantuan emosional, informasi, serta dukungan praktis dari individu yang setara secara usia atau pengalaman (Gottlieb, 2005; Weiss, 2015). Teman sebaya sering menjadi tempat berbagi cerita, memperoleh motivasi, serta saling mendukung secara psikologis.

Temuan serupa juga dilaporkan oleh Dini dan Iswanto (2019), yang menyebutkan bahwa tingkat kecemasan menghadapi ujian menurun secara signifikan pada mahasiswa yang merasakan dukungan sosial tinggi dari teman-temannya. Cahyady dan Rambe (2020) juga mengidentifikasi adanya korelasi negatif antara dukungan sosial teman sebaya dan tingkat kecemasan akademik pada pelajar di tingkat menengah. Sementara itu, pada level perguruan tinggi, Prastika (2022) mengungkapkan bahwa mahasiswa teknik yang mendapat dukungan sosial dari teman seangkatan menunjukkan stres akademik yang lebih rendah dibandingkan mereka yang tidak mendapat dukungan serupa. Akan tetapi, dalam praktiknya tidak semua mahasiswa mampu memanfaatkan atau menerima dukungan sosial teman sebaya secara optimal. Beberapa di antaranya tetap mengalami kecemasan tinggi meskipun memiliki jaringan pertemanan yang luas. Ini menunjukkan bahwa efektivitas dukungan sosial tidak hanya bergantung pada keberadaan dukungan itu sendiri, tetapi juga pada kualitas interaksi, frekuensi, dan kesesuaian bentuk dukungan dengan kebutuhan emosional individu (Salsabillah et al., 2025). Fenomena ini memperkuat pentingnya melakukan kajian mendalam terkait hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan, terutama pada mahasiswa yang sedang berada di fase akhir studi.

Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji dukungan sosial maupun kecemasan secara terpisah, studi yang secara khusus membahas hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan pada mahasiswa tingkat

akhir di Indonesia khususnya di Kota Malang masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian sebelumnya hanya berfokus pada salah satu variabel atau mengkaji kelompok mahasiswa secara umum tanpa mempertimbangkan dinamika unik yang dialami oleh mahasiswa tingkat akhir. Padahal, mahasiswa pada fase akhir studi menghadapi tantangan psikologis yang berbeda dibandingkan mahasiswa semester awal atau menengah, seperti tekanan penyelesaian tugas akhir, kekhawatiran terhadap masa depan, dan perasaan keterasingan dari lingkungan sosial.

Keterbatasan penelitian sebelumnya dalam menjangkau konteks mahasiswa akhir secara spesifik membuka ruang bagi dilakukannya penelitian yang lebih mendalam. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi untuk dilakukan sebagai upaya mengisi kesenjangan literatur yang ada. Penelitian ini menawarkan kontribusi kebaruan (*novelty*) dengan menguji secara empirik hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, yang hingga kini belum banyak dikaji dalam konteks lokal, khususnya di Kota Malang. Kontribusi kebaruan dalam penelitian diperlukan untuk menunjukkan nilai tambah dan celah literatur yang ingin diisi oleh studi ini (Creswell, 2014).

Diharapkan, hasil penelitian ini tidak hanya memperkaya pemahaman teoritis dalam ranah psikologi pendidikan dan psikologi sosial, tetapi juga memberikan kontribusi praktis melalui perumusan intervensi yang berbasis komunitas kampus. Program-program seperti *peer mentoring*, kelompok diskusi sebaya, hingga layanan konseling informal dapat menjadi strategi yang efektif untuk mendeteksi dini serta mengurangi gejala kecemasan yang dialami mahasiswa pada fase akhir studi.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang?

C. Tujuan

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir di Kota Malang.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini mampu memberikan informasi kontribusi yang signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam konteks hubungan dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan sosial pada mahasiswa tingkat akhir. Temuan ini diharapkan dapat memperluas pemahaman tentang bagaimana faktor-faktor sosial, khususnya relasi dengan teman sebaya, dapat berperan sebagai mekanisme pelindung (buffer) terhadap tekanan akademik dan kecemasan yang muncul menjelang penyelesaian studi. Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat menjadi rujukan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan model intervensi psikososial berbasis dukungan teman sebaya, baik dalam konteks pendidikan tinggi maupun lingkungan perkembangan remaja akhir secara umum.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Mahasiswa Tingkat Akhir

Penelitian ini dapat membantu mahasiswa tingkat akhir untuk lebih menyadari pentingnya dukungan sosial dari teman sebaya dalam menghadapi tekanan akademik, terutama menjelang penyelesaian tugas

akhir atau skripsi. Dengan memahami peran dukungan sosial, mahasiswa diharapkan dapat lebih terbuka dalam menjalin hubungan sosial yang positif dan membangun strategi koping yang lebih adaptif untuk mengatasi kecemasan.

b. Bagi Pihak Lain

Penelitian ini bisa berfungsi sebagai referensi informasi dan pertimbangan bagi berbagai pihak yang memiliki perhatian terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan mahasiswa, dalam menyusun program, kebijakan, atau intervensi yang mendorong terbentuknya lingkungan sosial yang mendukung. Informasi dari hasil penelitian ini dapat digunakan untuk merancang pendekatan berbasis komunitas dalam membantu mahasiswa mengelola kecemasan secara lebih efektif.