

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORI**

#### **A. Komunikasi Interpersonal**

##### **1. Pengertian Komunikasi Interpersonal**

Komunikasi merupakan suatu kegiatan yang digunakan untuk bertukar informasi baik melalui lisan maupun tulisan. Adapun menurut Hovland, Janis dan Kelly, komunikasi merupakan proses yang dilakukan oleh seorang komunikator dalam menyampaikan stimulus dengan tujuan mengubah dan membentuk perilaku orang lain.<sup>17</sup>

Menurut Ruben dan Stewart, komunikasi merupakan proses yang menjadi dasar pertama memahami hakikat manusia. Dikatakan sebagai proses karena ada aktivitas yang melibatkan peranan banyak elemen atau tahapan yang meskipun terpisah-pisah tahapan ini saling berkaitan sepanjang waktu.<sup>18</sup> Contoh dalam suatu percakapan yang sederhana selalu ada langkah seperti penciptaan pesan, pengirim, penerima, dan interpretasi terhadap pesan.

Menurut Effendy, komunikasi adalah bentuk penyampaian suatu pernyataan oleh seseorang kepada orang lain<sup>19</sup>. Dengan adanya komunikasi, manusia bisa saling mengungkapkan perasaannya dan keingintahuannya dengan cara saling berinteraksi.<sup>20</sup>

---

<sup>17</sup> Dani Kurniawan, 'Komunikasi Model Laswell dan Stimulus-Organism-Response dalam Mewujudkan Pembelajaran Menyenangkan', *Jurnal Komunikasi Pendidikan*, 2.1 (2018), 60–68 <<https://doi.org/10.32585/jkp.v2i1.65>>.

<sup>18</sup> Suryanto.

<sup>19</sup> Kurniawan.

<sup>20</sup> Rosida Hanum, "Pelaksanaan Komunikasi Interpersonal Kepala Sekolah dengan Guru di SMP Negeri 1 Pangkalan Susu", *Dirasatuna*, 1.1 (2021), 97–105.

Ada 5 komponen komunikasi menurut Lasswell, sehingga komunikasi dapat bekerja sama secara sistematis sehingga hasilnya tepat sasaran, yaitu: <sup>21</sup>

a. *Who*

Siapa yang menyampaikan komunikasi (komunikator).

b. *Say what*

Apa pesan yang disampaikan.

c. *In which channel*

Saluran atau media apa yang digunakan untuk menyampaikan pesan komunikasi.

d. *To whom*

Siapa penerima pesan komunikasi (komunikan).

e. *What effect*

Perubahan apa yang terjadi ketika komunikan menerima pesan komunikasi yang telah tersampaikan.

Unsur-unsur komunikasi interpersonal ini dikembangkan dan diperbaiki.

Dalam penelitian Ahmad dan Harapan ke sembilan unsur komunikasi interpersonal yaitu sebagai berikut: <sup>22</sup>

a. Komunikator

Komunikator merupakan narasumber dari sebuah informasi dan juga sebagai orang yang memulai proses komunikasi. Komunikator memiliki pesan yang ingin disampaikan, baik berupa ide gagasan maupun informasi. Ada 3 faktor penting yang harus diperhatikan sebagai seorang komunikator, yaitu status

---

<sup>21</sup> Kurniawan.

<sup>22</sup> Ilma Aditya Musin, "Komunikasi Interpersonal Warga dalam Membangun Ukhuwah Islamiyah Kelurahan Gunung Terang Bandar Lampung", *UIN Raden Intan Lampung* (Skripsi UIN Raden Intan Lampung, 2021).

yang melekat pada dirinya, kredibilitas, dan kemampuan encoding. Dengan memiliki status yang baik, maka akan membangun kredibilitas komunikator itu sehingga akan memudahkan komunikator dalam menyampaikan pesan .

b. *Encoding*

*Encoding* merupakan proses untuk mensandi pesan yang hendak dikomunikasikan ke dalam bentuk yang dapat dikirim sehingga pesan tersebut dapat diterima oleh penerima secara baik, benar, dan lengkap.<sup>23</sup>

*Encoding* terjadi dalam pikiran komunikator, artinya menerjemahkan pesan yang hanya dipahami oleh komunikator baik secara verbal maupun nonverbal, sehingga komunikator dapat memutuskan penggunaan media yang akan menjadi saluran penyampaian pesan.

c. Pesan

Pesan dapat berupa ide, gagasan, pikiran, atau perasaan yang ingin disampaikan oleh komunikator kepada komunikan yang dapat dikomunikasikan melalui ekspresi wajah gerakan tubuh, kontak fisik, dan nada suara. Terdapat 2 elemen pesan dalam komunikasi, yaitu yang pertama adalah isi pesan yang mencangkup topik yang sedang dibicarakan. Kemudian yang kedua adalah relasi pesan, artinya hubungan yang terjalin ketika penyampaian pesan tersebut berlangsung.

d. Saluran

Saluran yang dimaksud adalah melalui media apa pesan tersebut dikirimkan.

Ada dua jenis saluran komunikasi, yaitu :

---

<sup>23</sup> Alo Liliwerti, *Komunikasi Antar-Personal*, cetakan ke (Jakarta: PT Fajar Interpratama Mandiri, 2017).

1) *Sensory channel* (saluran sensoris)

Saluran ini adalah saluran yang memindahkan pesan sehingga dapat ditangkap oleh indra manusia. Seperti cahaya, bunyi, perabaan, pembauan, dan rasa.

2) *Institutionalized means*

Saluran ini adalah saluran yang sering dilakukan oleh manusia. Seperti percakapan tatap muka, material cetakan, dan media elektronik.

e. *Decoding*

*Decoding* merupakan suatu proses menerjemahkan pesan yang diterima oleh komunikan agar sesuai dengan apa yang telah dimaksudkan oleh komunikator. Proses ini sangat dibutuhkan oleh komunikan untuk memahami pesan yang telah disampaikan oleh komunikator. *Decoding* adalah penafsiran pesan oleh penerima (*decoder*) agar pesan tersebut bermakna sebagaimana yang dimaksudkan oleh pengirim.<sup>24</sup>

f. Komunikalan

Komunikalan adalah orang yang menerima pesan yang bisa diartikan dengan penerima atau sebuah tujuan, sasaran, atau orang yang mengonsumsi dan memproses pesan dari penerima. Dalam komunikasi interpersonal, komunikalan dapat juga berubah menjadi komunikator, karna komunikasi interpersonal bersifat interaktif dan transaksional sehingga pesan tidak terpaku pada salah satu pihak saja. Penerima dalam sebuah proses komunikasi berada pada ujung dari proses komunikasi, dia adalah orang yang sedapat mungkin, yang memiliki orientasi yang sama dengan pengirim.<sup>25</sup>

---

<sup>24</sup> Liliwerti.

<sup>25</sup> Liliwerti.

g. Umpan balik

Umpan balik merupakan respon yang diberikan oleh komunikan terhadap pesan yang diterimanya dari komunikator. Umpan balik menjelaskan bahwa penerima pesan menafsirkan informasi, kemudian dia merumuskan respons yang tepat atas pesan yang berasal dari pengirim. Keyton mengatakan ada tiga bentuk umpan balik, yaitu:<sup>26</sup>

1) *Descriptive feedback*

Umpan balik yang mengidentifikasi atau menggambarkan bagaimana cara seseorang berkomunikasi.

2) *Evaluative feedback*

Umpan balik ini mengevaluasi cara seseorang dalam berkomunikasi.

3) *Prescriptive feedback*

Umpan balik ini memberikan semacam perilaku yang seharusnya dilakukan.

h. Gangguan

Gangguan merupakan sesuatu yang menjadi penghambat perjalanan pesan dari komunikator ke komunikan. Gangguan dibagi menjadi 3, yaitu :

1) Gangguan eksternal

Gangguan ini terjadi karena komunikator dan komunikan tidak fokus ketika komunikasi sedang berlangsung.

---

<sup>26</sup> Liliwerti.

2) Gangguan internal

Gangguan ini bersumber dari dalam diri komunikan maupun komunikator yang terlihat selama proses komunikasi. Gangguan ini biasanya berupa pikiran atau perasaan yang mengakibatkan makna pesan terganggu.

3) Gangguan semantik

Gangguan ini berhubungan dengan bahasa, sehingga sering terjadi kesalahpahaman antara komunikator dan komunikan

Gangguan juga dapat dikategorikan, kategori gangguan pada umumnya terjadi dari:<sup>27</sup>

- 1) *Environmental noise*, seperti interferensi atau gangguan campur tangan yang menghambat atau mencegah penerima untuk menerima pesan secara lengkap.
- 2) *Physiologicl-impairment noise*, gangguan fisiologis seperti penurunan kemampuan sensorik ketika seseorang menjadi tuli, atau tidak memiliki sensorik untuk menerima pesan.
- 3) *Semantic noise*, hambatan yang tampil dalam bentuk bahasa, gangguan ini berasal dari alam, seperi penggunaan dialek atau ketentuan tertentu bagi komunitas.
- 4) *Syntactical noise*, adalah hambatan sintaksis (perilaku) terlihat dalam penggunaan kata-kata yang tidak tersusun yang sesuai dengan tata bahasa setempat.
- 5) *Organizational noise*, hambatan yang bersumber dari perbedaan struktur dan status dalam organisasi.

---

<sup>27</sup> Liliwerti.

6) *Cultural noise*, gangguan ini terjadi dari perbedaan budaya dari para partisipan dalam komunikasi.

7) *Psychological noise*, hambatan komunikasi yang bersumber dari stress, frustrasi, iritasi, sehingga mengganggu makna pesan.

i. Konteks

Konteks merupakan situasi dan kondisi sebelum atau saat berlangsungnya komunikasi. Konteks menerangkan situasi dan kondisi yang melibatkan jumlah peserta komunikasi.<sup>28</sup> Konteks mempengaruhi di mana kita berada

dan dengan siapa kita berkomunikasi, inilah tempat kita berkomunikasi

Beberapa konteks komunikasi interpersonal yaitu:

1) Fisik

Berkenaan dengan lokasi, lingkungan sekitar jarak, dan waktu terjadinya komunikasi.

2) Sosial

Merujuk pada sifat relasi pihak yang terlibat komunikasi, bisa bersifat kekeluargaan, pertemanan, persaudaraan, dan lain-lain.

3) Historis

Berkaitan dengan latar belakang dan riwayat komunikasi yang terjadi di antara pihak yang terlibat dalam komunikasi.

4) Psikologis

Meliputi suasana hati dan perasaan. Apabila salah satu pihak merasakan suasana psikologis yang buruk maka akan mempengaruhi proses komunikasi.

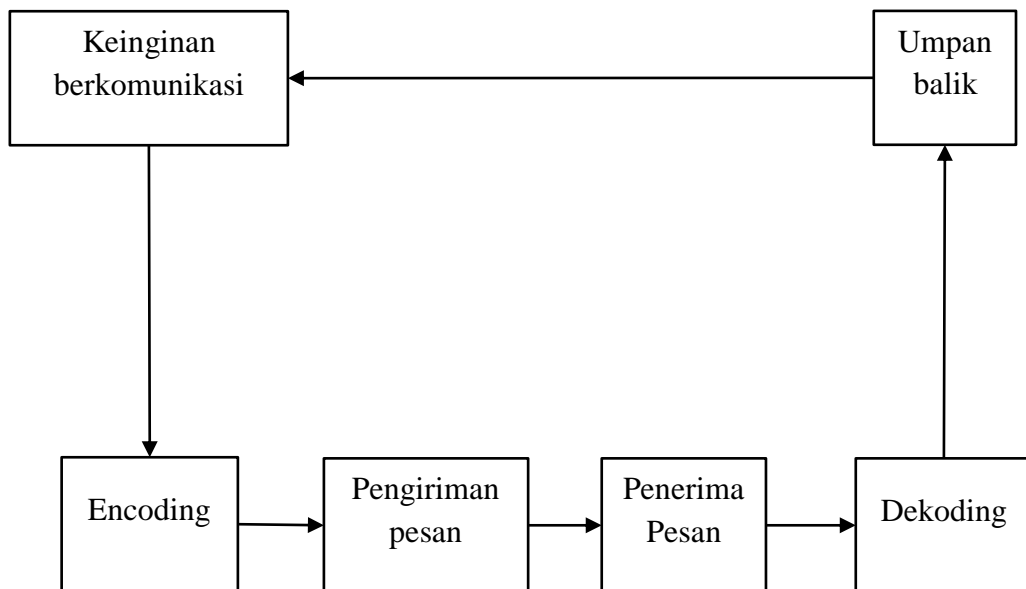
---

<sup>28</sup> Liliwerti.

## 5) Kultur dan budaya

Berkaitan dengan nilai-nilai, sopan santun, keyakinan, dan peran yang akan mempengaruhi berlangsungnya komunikasi.

Gambaran mengenai komponen komunikasi sebagai berikut :



**Gambar 2.1. Komponen Komunikasi**

## 2. Proses Komunikasi

Adapun proses Komunikasi merupakan sebuah cara yang di dalamnya memuat terjadinya kegiatan komunikasi. Secara sederhana proses komunikasi bisa digambarkan sebagai proses yang mengaitkan antara pengirim dan penerima pesan.<sup>29</sup>

Menurut Osgood, proses komunikasi merupakan sebuah proses atau komunikasi dari masing - masing individu dengan maksud meninjau dan memahami dari lambing-lambang yang disepakati bersama. Osgood

---

<sup>29</sup> AW Suranto, *Komunikasi Interpersonal* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2011).



menjelaskan bahwa berdasarkan tahapannya, proses komunikasi dibedakan menjadi berikut ini:

- a. Proses Komunikasi Primer, yaitu sebuah peristiwa untuk menyampaikan pemikiran dari satu orang kepada orang lain dengan menggunakan lambang atau 21 lambing sebagai media utama.
- b. Proses Komunikasi Skunder, yaitu sebuah proses prnyampaian pesan menggunakan media kedua sebagai alat utama.
- c. Proses Komunikasi Linier, yaitu proses penyampaian pesan dari komunikator ke komunikan secara satu garis lurus.
- d. Proses Komunikasi Sirkular, yaitu sebuah proses komunikasi dengan terjadinya feedback antara komunikator dan komunikan.<sup>30</sup>

Hal ini berbeda pendapat dengan penelitian Effendy, dia menyatakan bahwa ada 2 proses komunikasi interpersonal, yaitu :<sup>31</sup>

- a. Proses komunikasi primer

Proses penyampaian pesan oleh komunikator kepada komunikan dengan menggunakan 21 lambing sebagai media komunikasi. Lambang yang dimaksud berupa verbal dan nonverbal. Lambang verbal berupa bahasa, baik secara tulisan maupun lisan. Sedangkan lambang nonverbal berupa isyarat anggota tubuh (gesture).

- b. Proses komunikasi sekunder

Proses penyampaian pesan oleh komunikator kepada komunikan dengan menggunakan media komunikasi dalam menyampaikan pesan. Penggunaan media ini akan memudahkan proses komunikasi yang terhalang

---

<sup>30</sup> Harapan Edi, *Komunikasi Antar Pribadi* (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2014).

<sup>31</sup> Hanum.

jarak antara komunikator dan komunikan. Media yang digunakan biasanya antara lain: telepon, surat kabar, radio, televisi.

Berdasarkan pada hasil di atas, maka para teoritis komunikasi membagi definisi itu ke dalam dua aliran, yaitu:<sup>32</sup>

a. Definisi yang berorientasi pada sumber (*Source oriented*)

Kebanyakan definisi yang berorientasi pada sumber menyatakan bahwa “komunikasi adalah kegiatan dengan mana seseorang (sumber) secara sungguh-sungguh memindahkan stimuli guna mendapatkan tanggapan. Definisi tersebut cenderung berpandangan bahwa semua komunikasi pada dasarnya adalah persuasi. Lebih jauh lagi, komunikasi ini berorientasi pada sumber ini menekan penelitian variabel-variabel tertentu dalam proses komunikasi, seperti isi pesan, dan sifat persuasinya.

b. Definisi yang berorientasi pada penerima (*receive oriented*)

Definisi yang berorientasi pada penerima memandang bahwa “komunikasi sebagai semua kegiatan dalam mana seorang penerima menggapai stimulus atau rangsangan.<sup>33</sup> Tegasnya, proses komunikasi menurut pandangan ini berkenaan dengan pemahaman dan arti, karena tekanan diletakkan pada bagaimana penerima melihat dan menafsirkan suatu pesan.

Menurut Courtland L. Bovee dan John V. Thil, proses komunikasi dapat dibagi menjadi lima tahap, yaitu:<sup>34</sup>

---

<sup>32</sup> Siti Amanah, ‘Diktat Mata Kuliah Pengantar Ilmu Komunikasi KPI IAIN Kediri’ (Kediri: Mata Kuliah, 2023).

<sup>33</sup> Suryanto.

<sup>34</sup> Amanah.

a. Pengirim mempunyai suatu ide atau gagasan

Ide dapat diperoleh dari berbagai sumber, dunia ini penuh dengan berbagai macam informasi baik yang dapat dilihat, didengar, dicium ataupun diraba. Ide yang ada dalam benak seseorang disaring dan disusun dalam suatu peta mental yang terdapat dalam jaringan otak yang merupakan gambaran persepsi kita terhadap kenyataan.

b. Ide diubah menjadi suatu pesan

Proses komunikasi dimulai dengan adanya ide dalam pikiran, yang lalu diubah ke dalam bentuk kata-kata, yang kemudian dipindahkan kepada orang lain. Agar ide dapat diterima dan dimengerti secara sempurna, pengirim pesan harus memperhatikan beberapa hal, yaitu: subjek, maksud, *audience*, gaya personal, dan latar belakang budaya.

c. Pemandangan pesan

Setelah mengubah ide ke dalam suatu pesan, maka tahap selanjutnya adalah memindahkan atau menyampaikan pesan melalui berbagai saluran yang ada kepada penerima pesan.

d. Penerima menerima suatu pesan

Orang yang menerima suatu pesan yang disampaikan oleh komunikator. Komunikasi antara seseorang dengan orang lain akan terjadi bila pengirim mengirimkan suatu pesan dan penerima menerima pesan tersebut. Suatu pesan yang disampaikan harus dapat dimengerti dan tersimpan di dalam pikiran penerima pesan.

e. Penerima memberi tanggapan dan mengirim pesan

Umpan balik merupakan tanggapan penerima pesan yang memungkinkan pengirim untuk menilai efektivitas suatu pesan. Setelah menerima pesan, penerima akan memberi tanggapan dengan cara tertentu dan memberikan sinyal kepada pengirim pesan.

Proses komunikasi yang dimaksud adalah sebuah proses penyampaian pesan dari komunikator kepada komunikan, bagaimana cara dia berkomunikasi dan berhubungan dengan orang-orang di sekitarnya.

Komunikasi dikelompokkan berdasarkan jumlah peserta, mulai dari yang melibatkan jumlah peserta sedikit hingga yang melibatkan jumlah peserta banyak. Dalam pengelompokan tersebut, diantaranya adalah komunikasi interpersonal.<sup>35</sup>

Komunikasi interpersonal merupakan pertemuan antara setiap individu yang dihadiri paling sedikit oleh dua orang dan bertujuan untuk memberikan pesan dan informasi secara langsung<sup>36</sup>.

John Stewart dan Gary D'Angelo memandang komunikasi interpersonal berfokus pada inti komunikasi yang terjadi antara individu, berpartisipasi dan saling berhubungan dengan baik. Sebagai seorang yang punya kepribadian unik, ia mampu memilih, berperasaan, merefleksikan, dan bermanfaat dirinya sendiri daripada sebagai objek atau benda. Dalam berkomunikasi, seseorang berhak memilih dan bertindak sesuai apa yang dia inginkan, baik itu menjadi komunikator maupun komunikan. Komunikasi interpersonal juga memiliki

---

<sup>35</sup> Musin.

<sup>36</sup> Edi.

proses yang harus dilakukan karena dengan memiliki proses diharapkan tidak ada kesalahan dalam komunikasi.<sup>37</sup>

Menurut Joseph A DeVito, Komunikasi Interpersonal merupakan sebuah metode mengirim dan menyampaikan pesan antara dua orang atau lebih dengan beberapa umpan balik atau efek seketika. Dengan menggunakan komunikasi interpersonal dapat membantu seseorang untuk mengekspresikan ide, perasaan, dan juga pemikiran.<sup>38</sup>

Komunikasi Interpersonal juga dapat membangun hubungan antar individu menjadi lebih dekat secara emosi yang mampu saling mengembangkan gagasan dalam menyesuaikan kehidupan sosial.<sup>39</sup>

Devito mengemukakan bahwa apabila seseorang merencanakan komunikasi interpersonal, di antaranya:

1. Keterbukaan (*openness*)

Perlakuan yang bisa menerima saran masukan dan kritikan yang diberikan oleh orang lain dan bisa menyampaikan informasi penting kepada orang lain. Dengan kata lain, keterbukaan adalah kesediaan untuk membuka dirinya menggunakan informasi yang biasanya disembunyikan, asalkan informasi ini tidak bertentangan dengan atas kepatutan.

2. Empati (*empathy*)

Empati adalah bisa merasakan apa yang dirasakan oleh orang lain, seperti jika dia menjadi orang tersebut. Dia juga dapat memahami situasi apa yang sedang dialami dengan orang lain.

---

<sup>37</sup> Edi.

<sup>38</sup> Suranto.

<sup>39</sup> Musin.

### 3. Sikap Mendukung (*supportiveness*)

Hubungan interpersonal yang supportif adalah sikap saling mendukung ada di dalamnya, dimana masing-masing dari pihak yang berkomunikasi mendukung untuk terselenggaranya komunikasi secara terbuka.

### 4. Sikap Positif (*positiveness*)

Sikap positif ditujukan untuk sikap dan perilaku, maksudnya adalah individu yang saling terlibat dalam komunikasi harus memiliki pikiran yang positif dan juga tidak mengandung pikiran buruk. Bentuk Tindakan yang dipilih juga relevan dengan tujuan komunikasi yang secara nyata dan aman.

### 5. Kesetaraan (*equality*)

Kesetaraan adalah bentuk pengakuan dari kedua belah pihak bahwa sama-sama memiliki kepentingan, bernilai, berharga, dan saling memerlukan, tidak ada rasa ketimpangan dan lebih menguasai dari salah satu pihak.<sup>40</sup>

## **B. Mahasiswa**

Secara literal, Mahasiswa merupakan seseorang yang sedang belajar di perguruan tinggi, baik Universitas, Institut, maupun akademi formal lainnya yang lebih tinggi dari siswa. Sarwono mengemukakan bahwa mahasiswa merupakan setiap manusia yang telah resmi terdaftar dan mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun.<sup>41</sup>

Menurut Siswoyo, mahasiswa dapat didefinisikan sebagai seseorang yang sedang menuntut ilmu di perguruan tinggi, baik negeri ataupun lembaga lain yang

---

<sup>40</sup> Suranto.

<sup>41</sup> Suranto.

setingkat dengan perguruan tinggi.<sup>42</sup> Bagi Mahasiswa, pengetahuan adalah dunianya, karena sejak dari dia memasuki perguruan tinggi, dia akan diasah menjadi pribadi yang berintelektual. Tetapi tidak hanya menjadi pribadi yang berintelektual, tetapi mahasiswa juga dituntut untuk bisa memecahkan masalah, baik di akademik maupun non akademik. Menjadi mahasiswa juga sebuah privilege yang diakui oleh masyarakat, dimana dia adalah seorang yang pintar, cerdas, dan juga seseorang yang bisa memimpin, tetapi mahasiswa juga seorang manusia biasa yang juga memiliki banyak kekurangan. Hal ini yang terkadang membuat tuntutan kepada mahasiswa itu sendiri. Bagi mereka yang belum atau tidak memenuhi privilege tersebut, mereka akan merasa minder dan terbelakang. Ini yang membuat banyak mahasiswa menjadi pendiam, belum lagi persaingan antara sesama mahasiswa di bidang akademik.

Mahasiswa yang diambil dari penelitian ini adalah Mahasiswa dari Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam Angkatan 2017, dan 2018 yang telah menyelesaikan Skripsinya dan telah melakukan yudisium selama dua gelombang terakhir.

### **C. Problem Focused Coping.**

Coping merupakan sebuah upaya untuk mengendalikan keadaan yang membebani atau melakukan usaha untuk masalah- masalah hidup, dan mencari cara agar menguasai atau mengurangi stres.<sup>43</sup> Lazarus dan Folkman mengatakan bahwa dalam melakukan sesuatu pastilah menemukan hambatan. Hambatan atau kendala

---

<sup>42</sup> Arnan Muflihady Martadinata, 'Peran Mahasiswa Dalam Pembangunan Indonesia', *Idea : Jurnal Humaniora*, 2.1 (2019) <<https://doi.org/10.29313/idea.v0i0.4168>>.

<sup>43</sup> Atiqoh Qonita Adam, "Pengaruh Self Esteem, Dukungan Sosial, dan Status Ekonomi Terhadap Problem Focused Coping pada Siswa Berbakat Intelektual", *Psikologi UINSH*, 1.2 (2016), 101.

ini dapat membebani mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Kondisi yang membebani dinamakan stress.<sup>44</sup>

Osgood menjelaskan bahwa manusia dipengaruhi oleh lingkungan atau situasi yang meliputi:<sup>45</sup>

1. Faktor ekologis, iklim atau kondisi alam.
2. Faktor rancangan dan arsitektural, penataan ruang.
3. Faktor temporal, misalnya keadaan emosi.
4. Suasana perilaku, misalnya cara berpakaian dan cara bicara.
5. Teknologi.
6. Faktor sosial, mencakup sistem peran, struktur sosial, dan karakteristik sosial individu.
7. Lingkungan psikososial yaitu persepsi seseorang terhadap lingkungannya.
8. Stimuli yang mendorong dan memperteguh perilaku.

Selain itu, menurut Hardjana, stress merupakan bentuk ketegangan fisik, psikis, emosi, dan mental yang dapat mempengaruhi kinerja sehari-hari seseorang. Sumber stress disebut dengan stressor. Bagi mahasiswa, skripsi merupakan salah satu faktor penyebab stress atau stressor.<sup>46</sup>

Menurut Frydenberg dan Lewis, setiap individu memiliki cara yang berbeda dalam mengatasi kendala atau hambatan yang dilaluinya, tergantung dari nilai, kepercayaan, dan pencapaian yang ingin diraih.<sup>47</sup>

---

<sup>44</sup> Andria Praghlapati dan Wida Ulfitri, "Gambaran Mekanisme Coping Pada Mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Tingkat IV Yang Sedang Menghadapi Tugas Akhir di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan X Bandung", *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 3.2 (2019), 115–26 <<https://doi.org/10.28932/humanitas.v3i2.2168>>.

<sup>45</sup> Suryanto.

<sup>46</sup> Nida Hakimah, Rochani, dan Putri Dian Dia Conia, 'Gambaran Emotional Focused Coping dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling Universitas Sultan Ageng Tirtayasa', *Sistema: Jurnal Pendidikan*, 03.01 (2022), 14–20.

<sup>47</sup> Praghlapati and Ulfitri.



Cara individu dalam mengatasi stress inilah yang di ebut dengan coping menurut Folkman dan Lazarus dalam penelitian Andria dan Wida.

Menurut Lazarus dan Folkman (1984) problem fokus coping merupakan salah satu strategi coping yang diarahkan kepada upaya untuk mengurangi tuntutan dari situasi yang penuh tekanan. *Coping* jenis ini terdiri dari :<sup>48</sup>

1. *Active Coping* merupakan sebuah metode aktif untuk menghilangkan stress dan juga meringkankan dampaknya. *Active Coping* mencakup mengerjakan suatu hal yang bisa untuk menghilangkan stress, mengerjakan usaha yang dilakukan individu secara bertahap untuk menghilangkan stress.
2. *Planing* merupakan merencanakan bagaimana cara untuk menghilangkan stress. *Planing* mencakup mencari jalan keluar untuk mencari strategi apa untuk bertindak, mencari cara untuk mencari hal apa yang harus diambil dan mencari jalan keluar untuk mengatasi masalah.
3. *Suppression of competing activities* adalah pribadi yang berusaha untuk menghindari dari masalah dan membatasi diri untuk tidak berkecimpung dengan semua hal yang berhubungan dengan masalah.
4. *Restraint coping* adalah menunggu sasaran waktu yang tepat untuk bertindak, menahan diri, dan tidak bertindak secara langsung.
5. *Seeking social support for instrumental reasons* merupakan usaha dari seseorang untuk mencari bantuan, nasihat, dan juga informasi.<sup>49</sup>

Strategi - strategi *coping* ini penting dalam mengendalikan dan menurunkan tingkat stress pada mahasiswa yang menyusun skripsi.

---

<sup>48</sup> Melda Sofia Kamarullah, 'Coping Stress Pada Mahasiswa Menyusun Skripsi (Studi Kasus) Coping Stress on Students Completing the Final Project ( Case Study )', *Journal of Healthcare Technology and Medicine*. Vol 8 No 2 (2022), 1369–76.

<sup>49</sup> Adam.

#### D. Skripsi

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah yang dikerjakan oleh seorang mahasiswa sebagai syarat untuk menjadi sarjana, penelitian ini juga bersifat sistematis dan seksama yang kemudian berkonsultasi dengan dua orang dosen pembimbing.<sup>50</sup> Di setiap Universitas yang memiliki program sarjana umumnya untuk menjadi syarat kelulusan harus mampu mengerjakan tugas akhir berupa skripsi.<sup>51</sup> Skripsi juga menjadi salah satu syarat wajib untuk mahasiswa untuk mengambil ijazah strata satu.

Widharyanto mengatakan bahwa pengertian skripsi merupakan sebuah karya tulis ilmiah yang dikerjakan oleh mahasiswa tingkat akhir untuk menyelesaikan proses studinya. Studi penelitian yang dibuat juga harus sesuai dengan pedoman penelitian ilmiah, baik lapangan, penelitian pengembangan, atau penelitian perpustakaan. Tujuan dari tugas akhir berupa mengerjakan skripsi adalah melatih dan mempersiapkan kemampuan mahasiswa secara ilmiah dengan menggunakan cara menganalisis, penelitian, dan menarik kesimpulan dengan membuat laporan penelitian akhir berupa skripsi.<sup>52</sup>

Di IAIN Kediri sendiri, ada tata cara pengajuan judul hingga selesai atau hingga penyelesaian skripsi yang dilakukan di SIAKAD, Langkah Pertama, Mahasiswa mengajukan pengajuan judul pada menu siakad "Daftar Proposal". Kedua, akan ada tahap Validasi yang dilakukan oleh Kaprodi, Sekprodi, atau operator Prodi dengan mengecek Pengajuan Judul. Jika sudah sesuai maka

---

<sup>50</sup> Adam.

<sup>51</sup> Didik Widiyanto, Sigit Nugroho, dan Yanwar Arief, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dari Dosen Dengan Motivasi Menyelesaikan Skripsi Pada Mahasiswa", *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi*, 4.1 (2019), 1–14 <<https://doi.org/10.33367/psi.v4i1.649>>.

<sup>52</sup> Faella Hanika Achroza, "Hubungan Antara Komunikasi Interpersonal Dosen Pembimbing Mahasiswa dan Problem Focused Coping dengan Stres Dalam Menyusun Skripsi Pada Mahasiswa FKIP Bimbingan dan Konseling Universitas Muria Kudus" (Universitas Muria Kudus, 2013) <<http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/130118/Memoria.pdf>>.

mengganti tahap pengajuan menjadi “Pembimbing Proposal” dan menentukan Dosen Pembimbing Proposal pada SIAKAD. Tahap Tiga, Mahasiswa dan Dosen Pembimbing melakukan bimbingan baik secara offline ataupun online di siakad dengan Dosen Pembimbing yang sudah di tentukan. Tahap Keempat Mahasiswa yang sudah menyelesaikan proposal sampai BAB 3 meng Upload berkas persyaratan Ujian Proposal. Kelima, Penjadwalan yang dilakukan oleh Kaprodi, Sekprodi, atau Operator Prodi dan kemudian menunggu jadwal Ujian. Tahap keenam, imput nilai yang akan dilakukan oleh Dosen Penguji dan Dosen Pembimbing.<sup>53</sup>

Sebagai syarat dan kewajiban akhir, banyak dari mahasiswa yang menganggap pengerjaan skripsi ini amatlah sakral dan berarti, sehingga menjadi hal yang menakutkan untuk sebagian mahasiswa. Ada banyak sebab yang membuat mahasiswa sulit untuk mengerjakan skripsi, salah satunya dari kesulitan dari menyusun kalimat adalah satu kunci untuk menulis skripsi. Dari data yang didapatkan di lapangan tentu harus dinarasikan menjadi sebuah kalimat untuk bisa menjadi sebuah tulisan. Karena di Prodi Komunikasidan Penyiaran Islam lebih memprioritaskan di bidang *broadcasting* dan *Event Organizer* sehingga mengharuskan mahasiswa Prodi Komunikasi dan Penyiaran Islam belajar lebih di bidang penulisan, mulai dari belajar inilah membuat berjalan sedikit demi sedikit, dan membutuhkan waktu sedikit lebih lama dari lainnya.

---

<sup>53</sup> ‘Alur Proposal Tugas Akhir’ (Fakultas Ushuluddin dan Dakwah IAIN Kediri).