

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Komunikasi interpersonal merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, termasuk bagi kalangan mahasiswa. Proses pertukaran informasi dan perasaan antar individu ini tidak hanya membantu dalam membangun hubungan sosial, tapi juga berperan penting dalam aspek kesehatan mental (Umberson & Karas Montez, 2010). Mahasiswa, sebagai kelompok yang berada pada fase transisi dari remaja menuju dewasa, sering menghadapi berbagai tekanan, seperti tekanan sosial (Billah et al., 2023) Di tengah lingkungan yang kompetitif, mahasiswa dituntut untuk beradaptasi dengan berbagai situasi baru yang dapat menimbulkan stres. Komunikasi interpersonal merupakan kemampuan yang penting bagi mahasiswa dalam mengatasi stres yang mereka alami dan memperkuat kesehatan mental mereka (Sun, 2023).

Mahasiswa memiliki beragam sumber daya dan kesempatan untuk meningkatkan keterampilan komunikasi interpersonal, dengan kita sebagai makhluk sosial, maka mahasiswa dapat berkomunikasi secara terbuka mengingat manusia diciptakan berpasang-pasangan diharapkan mahasiswa dapat berkomunikasi secara efektif guna memberikan dukungan sosial dan mengatasi konflik seperti stres dan depresi terutama terkait kesepian, yang dimana semua nya sangat lah penting untuk menunjang kehidupan lebih baik dan mengontrol stres.

Komunikasi merupakan hal yang penting bagi mahasiswa untuk menjalin Solidaritas dan Kemampuan Interpersonal. Komunikasi interpersonal yang efektif dapat membantu mahasiswa mengatasi tekanan akibat dari kesepian, meningkatkan kesejahteraan mental mereka, dan membantu dalam pengembangan keterampilan sosial yang dibutuhkan untuk sukses dalam kehidupan sehari-hari terutama di kehidupan kampus (Cahyani & Utami, 2023).

Ketika mahasiswa merasa kesepian, mereka sering kali mudah melamun dan kebingungan ketika menghadapi masalah, yang membuat mereka enggan mengerjakan tugas. Mereka juga merasa tidak cocok dengan orang-orang di sekitarnya dan sering tidak memiliki banyak pengalaman dalam menjalin hubungan yang dekat, sehingga mereka hanya punya sedikit teman dan interaksi sosial yang terbatas. Hal ini biasanya terjadi saat mereka berada dalam lingkungan sosial yang baru dan tidak nyaman, yang

membuat mereka sulit atau bahkan gagal untuk berpartisipasi dalam aktivitas sosial, menyebabkan stres karena kesepian.

Kesepian adalah hal yang umum terjadi pada manusia dan tidak mengenal usia. Kesepian adalah masalah besar yang mempengaruhi kesehatan mental seseorang dan adalah bagian dari kehidupan semua orang (Ogolsky & Bowers, 2013). Setiap orang, tidak peduli apakah mereka laki-laki atau perempuan, tua atau muda, kaya atau miskin, menikah atau tidak, bisa merasa kesepian. Ini adalah sesuatu yang dialami oleh semua orang di seluruh dunia. Perasaan kesepian ini sering muncul pada mereka yang baru memasuki dewasa awal, terutama saat menghadapi perubahan besar seperti pindah dari sekolah ke universitas.

Kesepian dapat berdampak buruk bagi seseorang yang mengalaminya. Menurut Baron dan Byrne (2003) kesepian merupakan kondisi emosi dan mental yang tidak menyenangkan yang timbul dari keinginan untuk memiliki hubungan dekat namun gagal terwujud. Kondisi kesepian sering terjadi karena absennya orang-orang penting dalam hidup seseorang, yang membuat mereka merasa terisolasi dan mengalami masalah seperti stres, kehilangan kepercayaan diri, penggunaan alkohol yang berlebihan, dan dalam situasi yang sangat serius, bisa berujung pada upaya bunuh diri.

Tekanan mental dan stres sering kali disebabkan oleh perasaan kesepian. Kesepian sendiri adalah masalah yang dirasakan oleh seseorang ketika hubungan interpersonalnya tidak memenuhi harapan yang telah dibentuk, menjadikannya pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan dan menyedihkan. Kesepian menggambarkan perasaan sedih, tidak berdaya, putus asa, dan kekosongan (Ogolsky & Bowers, 2013).

Ikatan Sosial adalah bentuk kedekatan individu dan banyaknya hubungan sosial antar individu. Menurut Nuriandini & Naryoso (2016) kesepian didefinisikan sebagai kegelisahan subjektif yang dirasakan seseorang dalam hubungan sosialnya yang merugikan identitas pentingnya, baik dalam bentuk jumlah (kuantitatif) maupun kedalaman (kualitatif). Dari sisi kuantitatif, seseorang mungkin tidak memiliki banyak teman atau pasangan sesuai dengan keinginan mereka. Sementara dari segi kualitatif, hubungan sosial yang dimiliki mungkin terasa dangkal, kurang mendalam, dan tidak berarti. Orang bisa merasa kesepian meski dalam kesendirian ataupun di tengah keramaian.

Stres karena kesepian merujuk pada tekanan emosional yang disebabkan oleh perasaan kesepian yang mendalam dan berkepanjangan. Kesepian dapat dianggap sebagai kondisi psikologis di mana individu merasa terisolasi atau kurang memiliki hubungan sosial/interpersonal yang memadai, yang sering kali berdampak negatif pada kesejahteraan mental seseorang. Kesepian kronis dapat memicu berbagai masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan stres, serta memengaruhi kualitas hidup secara keseluruhan (Wang et al., 2020).

Selain itu, studi oleh (Mushtaq & Sirajudeen, 2021) menunjukkan bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara kesepian dan *distress* psikologis di kalangan orang dewasa, mengindikasikan bahwa kurangnya hubungan sosial dapat meningkatkan perasaan stres dan kecemasan.

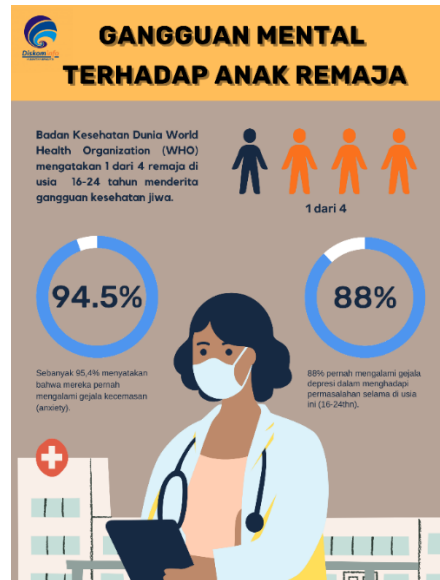
Studi lainnya yang memperkuat oleh (Konno et al., 2021) Kesepian berhubungan erat dengan *distress* psikologis, dengan orang yang kesepian memiliki kemungkinan 36 kali lebih besar untuk mengalami *distress* dibandingkan mereka yang tidak kesepian. Dari Kurangnya kepercayaan interpersonal dan institusional dapat meningkatkan kesepian, yang pada gilirannya meningkatkan stres yang dirasakan. (Billah et al., 2023). Beberapa Studi ini menyoroti pentingnya memiliki hubungan interpersonal yang kuat dan bermakna dalam menjaga kesehatan mental yang baik.

Cara yang bisa diambil seseorang untuk mengatasi masalah tersebut adalah dengan meningkatkan hubungan interpersonal dengan orang di sekitarnya. Kemampuan komunikasi sangatlah penting dalam membangun hubungan. Untuk membentuk hubungan personal dengan orang lain, individu akan melewati beberapa tahapan yaitu kontak, keterlibatan, keakraban, perusakan & pemutusan (DeVito, 2001)

Rakhmat (2007) menyatakan Komunikasi interpersonal yang sukses menciptakan rasa senang bagi kedua individu yang terlibat, memupuk sikap terbuka. Sebaliknya, ketika komunikasi tidak berhasil, itu bisa menyebabkan ketegangan. Komunikasi interpersonal selalu terjalin karena hubungan yang baik memerlukan komunikasi yang efektif. Semakin efektif komunikasi yang terjadi antara kedua individu, semakin banyak keterbukaan, dukungan, dan rasa positif yang tercipta (Sujarwo, 2017).

Berdasarkan penelitian yang relevan, remaja dan dewasa muda, termasuk mahasiswa, seringkali enggan untuk berbagi masalah atau stres yang mereka alami kepada orang lain karena kekhawatiran akan penilaian negatif, rasa malu, dan takut

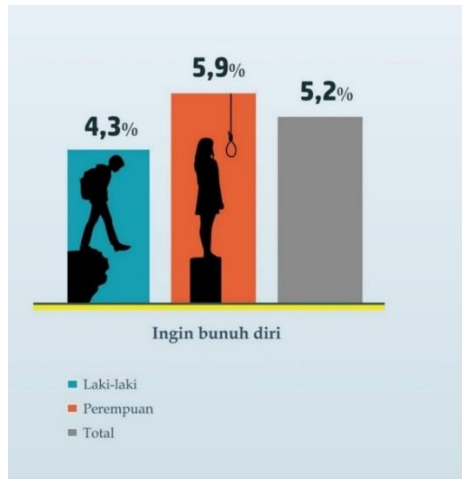
ditertawakan. Hal ini dapat menjadi penghalang bagi mereka untuk berkomunikasi secara terbuka, hingga munculnya kesepian dalam diri, yang pada akhirnya dapat menyebabkan masalah kesehatan mental seperti stres berkepanjangan atau gangguan emosional lainnya (Barker et al., 2019)



Gambar 1. 1 Gangguan Mental Anak Remaja

Sumber: Data Purwokarta Kab

Sebuah penelitian yang melibatkan 393 responden remaja dengan rentang usia 16-24 tahun memberikan penguatan terhadap asumsi sebelumnya. Penelitian ini menyebutkan bahwa satu dari empat remaja di rentang usia tersebut mengalami gangguan terkait kesehatan mental. Penyebabnya beragam, mulai dari aktivitas hormon reproduksi, proses perkembangan otak yang masih berlangsung, hingga pembentukan identitas diri mereka, dan salah satunya kesepian. (*GANGGUAN MENTAL TERHADAP ANAK REMAJA / Data Kabupaten Purwokarta*). Kondisi ini tentu dapat disertai dengan ketidakstabilan emosi atau pengambilan keputusan yang seringkali bersifat impulsif dan cenderung melakukan kesalahan.



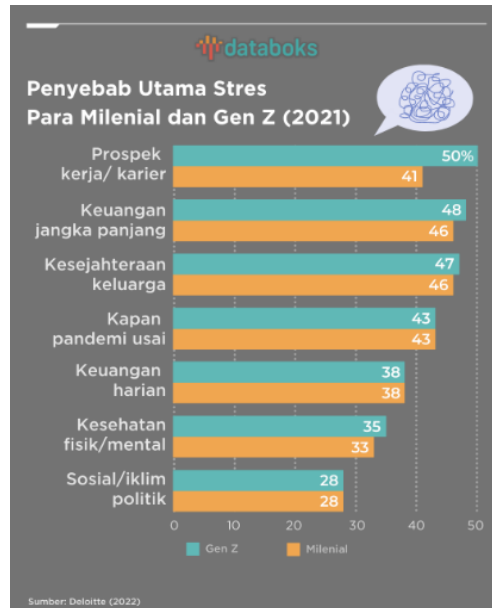
Gambar 1. 2 Data Remaja Ingin Bunuh Diri

Sumber: Kompas.id

Di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia sendiri, menurut informasi yang disampaikan oleh Nalini Muhti yang merupakan wakil dari Indonesia untuk Asosiasi Pencegahan Bunuh Diri Internasional (IASP) sekaligus bertugas sebagai psikiater di Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soetomo-Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga di Surabaya, terdapat fakta yang cukup mengejutkan bahwa kasus bunuh diri belum dianggap sebagai keadaan darurat di bidang medis dan masalah kesehatan mental yang serius di Indonesia. (*Kejadian Bunuh Diri Tak Dianggap Serius Di Indonesia*)

Ini tentu menjadi ancaman serius mengingat saat ini Indonesia berada dalam puncak bonus demografi yang ditandai dengan kelimpahan penduduk usia produktif. Penduduk usia produktif itu seharusnya menjadi tumpuan pembangunan ekonomi. Namun, jika kesehatan mental mereka bermasalah, apalagi sampai bunuh diri, tentu justru akan membebani ekonomi. (*Waspadai Bunuh Diri Pada Anak Muda - Kompas.Id*)

Sedangkan, penelitian sebelumnya menemukan bahwa banyak remaja Indonesia di periode transisi ini mengalami tantangan beradaptasi terhadap kehidupan mereka yang mulai berubah, kesulitan mengatur waktu dan keuangan pribadi, serta mengalami peningkatan rasa kesepian saat belajar dan merantau di kota yang jauh dari tempat tinggal. (GANGGUAN MENTAL TERHADAP ANAK REMAJA | Data Kabupaten Purwakarta).



Gambar 1. 3 Data Penyebab Utama Stres.

Sumber: Databoks (2021)

Menurut sebuah laporan survei yang dilakukan oleh Deloitte, terdapat banyak kalangan anak muda yang rentan mengalami kondisi stres, terutama dari kelompok usia Milenial dan Generasi Z. Berdasarkan hasil survei yang mereka lakukan, faktor yang termasuk sumber stres bagi Generasi Z dan Milenial adalah prospek terkait Sosial (Salah satunya Kesepian). Persentase Generasi Z yang mengalami stres akibat Sosial mencapai 28%, dan Milenial yang proporsinya sebesar 28% (*Banyak Milenial Dan Gen Z Stres Memikirkan Prospek Kerja*).

Di Kota Bandung sendiri banyak orang yang mengalami stres. Berdasarkan data KOMPAS.com — Wali Kota Bandung Ridwan Kamil mencatat terdapat 600.000 orang stres di Bandung. Jumlah tersebut berdasarkan data dari RS Hasan Sadikin Bandung. (*Ridwan Kamil: Ada 600.000 Orang Stres Di Kota Bandung*)

Ada beberapa survey dilakukan oleh Ahli Kesehatan Psikiater di Bandung. Berdasarkan hasil survei yang mengejutkan diungkap oleh psikiater RS Hasan Sadikin Bandung dr. Teddy Hidayat Sp.KJ. (K) dalam acara *World Mental Health Day* di Bandung, Data surveinya menyimpulkan 30,5 persen mahasiswa mengalami depresi, 20 persen berpikir serius untuk bunuh diri, dan 6 persen sudah melakukan percobaan bunuh diri. Bagi Teddy, hasil ini membuktikan bagaimana kegagalan perguruan tinggi menjadi tempat perlindungan mahasiswanya. Sudah beberapa Kasus yang terjadi di Bandung. (*Tuntutan Akademik, Picu Stres Hingga Bunuh Diri Pada Remaja*).

Kasus lain seorang mahasiswa S2 ITB ditemukan tewas tergantung di kamar indekosnya. Mahasiswa S2 ITB itu bernama Muhtar Amin. Muhtar Amin gantung diri di kamar indekosnya di kawasan Coblong, Kota Bandung. Muhtar Amin berkuliah di Insitut Teknologi Bandung (ITB). Muhtar Amin mahasiswa S2 ITB itu memang mengalami masalah hidup. Muhtar Amin mengalami depresi. Kronologi Kasus Gantung Diri Mahasiswa S2 ITB Versi Ketua RT Setempat, Sempat Bertemu Dulu Hal itu terungkap dari surat kontrol bagian kejiwaan Rumah Sakit Melinda 2, yang ditemukan di kamar indekosnya. (*Mahasiswa S2 ITB Ditemukan Tewas Tergantung*).

Percobaan bunuh diri juga terjadi di kalangan mahasiswa Unpad. Kasus percobaan bunuh diri terjadi menimpa tiga orang mahasiswa Unpad. Di antaranya, pertama, kasus bunuh diri mahasiswa program studi Peternakan di Fakultas Peternakan Unpad angkatan 2016. Ia adalah AH (22), AH ditemukan tewas gantung diri di kontrakan di Dusun Asih, Desa Hegarmanah, Kecamatan Jatinangor, Kabupaten Sumedang. Sebelumnya, dua mahasiswa Unpad juga tewas bunuh diri. Korban berinisial MB, mahasiswa Program Studi Ilmu Sejarah 2012, meninggal (18/12/2018) pukul 04.00 WIB. Setelah itu, akhir tahun 2018 lalu, RWP, mahasiswa Fakultas Perikanan dan Ilmu Kelautan (FPIK) Unpad. RWP ditemukan tak bernyawa setelah bunuh diri di kamar kosnya pukul 06.00 WIB, (24/12/2018). (*Sudah 4 Mahasiswa Di Bandung Bunuh Diri, Penyebabnya Diduga Depresi, Berikut Kenali Gejalanya - Tribunjabar.Id*)

Hal ini lah yang menyebabkan pentingnya Komunikasi Untuk mengatasi Kesenian terkhususnya di *Telkom University* Bandung. Alasan berdasarkan fakta mengapa peneliti mengambil data penelitian di *Telkom University* karena berdasarkan Kasus di Kampus Peneliti sendiri, *Telkom University* yaitu Mahasiswa *Telkom University* (Tel-U) berinisial AR (22) nekad gantung diri di kamar kos miliknya di Puri Indah I, RW 15, Kampung Sukabirus, Desa Citereup, Dayeuhkolot, Kabupaten Bandung, Jumat (20/7), Diduga yang bersangkutan nekad menghabisi nyawa sendiri akibat masalah pribadi yang tengah dihadapinya sejak dua tahun terakhir. (*Mahasiswanya Tewas Gantung Diri, Telkom University Berduka | Republika Online*)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rizki Nuriandini (Nuriandini & Naryoso, 2016), yang berjudul “*Komunikasi Antarpribadi Dalam Upaya Mengatasi Depresi Kesenian Tanpa Pasangan*” yang meneliti tentang

“Komunikasi antarpribadi dalam mengatasi depresi kesepian tanpa pasangan”

Namun, terdapat perbedaan antara penelitian ini dan penelitian yang dilakukan oleh peneliti tersebut, yaitu dalam hal subjek yang diteliti. Subjek penelitian dalam penelitian oleh Nuriandini ialah wanita karir yang telah berusia dewasa akhir, sedangkan subjek penelitian peneliti yaitu Mahasiswa *Telkom University*. Pada penelitian tersebut menunjukkan bahwa ada kaitan antara komunikasi interpersonal dengan stres karena kesepian.

Penelitian ini menjadi sangat relevan, terutama di kalangan Mahasiswa *Telkom University*, Yang berdasarkan data diatas, memberikan konteks yang unik untuk mengkaji lebih dalam tentang pentingnya komunikasi interpersonal dalam mengatasi masalah mental seperti stres karena kesepian, dan Mahasiswa *Telkom University* sendiri, banyak yang mengalami stres, penelitian ini relevan, membahas bagaimana mengatasi stres karena kesepian melalui komunikasi interpersonal.

Melihat beberapa Penelitian/Studi dan maraknya fenomena kasus nyata Bunuh Diri yang dikutip sebelumnya, terkait Stres dan Kesepian pada Mahasiswa, membuat peneliti tergerak dan terfokus pada fenomena ini untuk diteliti. Kesepian merupakan fase seorang mengarah ke stres dan depresi, karena tidak memiliki teman cerita, teman humor, teman untuk berbagi masalah, sehingga tumpuan masalahnya bertumpu pada diri sendiri, Salah satu solusi untuk mengatasi masalah ini adalah dengan memperkuat hubungan interpersonal dengan orang-orang di sekitar mereka. Dalam konteks ini, kemampuan berkomunikasi menjadi sangat krusial dalam pembentukan/membangun hubungan yang efektif agar menghindari stres.

Peneliti sendiri adalah penyintas yang didiagnosis Depresi, OCD (*Obsessive Compulsive Disorder*), Kecemasan (*Anxiety Disorder*), ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*), Bipolar/BPD (*Mood Disorder*), dan gangguan mental lainnya oleh dokter Jiwa. Peneliti sendiri sebab nya, juga berasal dari kesepian, yang dulu nya kesepian tidak memiliki teman yang benar-benar dekat segala punya masalah pun tidak di ceritakan, merasakan kesendirian diantara keramaian, beban ditanggung sendiri, hingga akhirnya seperti BOM yang berakibat fatal ke kesehatan mental dan psikologis (Gangguan Mental), pernyataan peneliti mengenai dampak kesepian terhadap kesehatan mental / psikologis, terbukti oleh Jurnal dari Psychiatry Research (*The Effect of Loneliness on Distinct Health Outcomes: A Comprehensive Review and*

Meta-Analysis) yang mengatakan “*Kesepian memiliki dampak sedang hingga besar pada kesehatan mental dan kesejahteraan secara keseluruhan.*” (Park et al., 2020).

Dari hal tersebut peneliti belajar, bahwa kesepian itu bukan hal yang bisa dianggap remeh, kita perlu dukungan dari orang lain. Peneliti merasa empati melihat orang-orang yang saat ini mengalami stres karena kesepian, melihat banyaknya data fenomena kasus bunuh diri di Bandung (terkhusus *Telkom University*) akibat stres, kesepian, dan lain-lain, karena kurangnya kesadaran pentingnya kemampuan membangun komunikasi interpersonal

Peneliti sendiri yang sekaligus penyintas belajar banyak hal mengenai psikologi, dan komunikasi, bahwa Komunikasi Interpersonal adalah alat yang bisa mengatasi stres karena kesepian (Aanes et al., 2010). Oleh karena peneliti adalah penyintas, peneliti belajar penanganan tentang psikologi dan *mentalhealth*, sehingga peneliti bisa melihat dan mengamati sesama mahasiswa yang mengalami stres dan kesepian, pada tanggal 11-23 Januari 2024 peneliti pun coba memulai observasi dan melakukan pra-survei, pemilihan mahasiswa pada mulanya, dipilih oleh peneliti berdasarkan observasi di lokasi sekitaran *Telkom University*, dengan mengamati lingkungan, mahasiswa yang sedang berinteraksi/sendirian, dan melihat dari segi penampilan, apakah kusut/rapi, dari pertimbangan itu peneliti memberikan angket menggunakan google form, kepada 15 mahasiswa *Telkom University* dari berbagai jurusan dan angkatan dengan pertanyaan:

- 1) Pernah mengalami perasaan kesepian? Jika iya, lanjutkan, (jika tidak, jangan lanjutkan)
- 2) Sering curhat dengan teman? Jika iya, apakah karena merasakan kesepian? (jika tidak, jangan lanjutkan)
- 3) Pernah trauma dijauhi teman?
- 4) Dan ketika anda merasa kesepian, apakah ada hal-hal lain yang anda rasakan, (jika ada sebutkan) seperti misalnya perasaan cemas, lesu, sulit konsentrasi, hilang minat, melamun dan merasa sedih dan nangis tanpa sebab?

Dari pra-survei terdapat 15 mahasiswa, 10 di antaranya mengaku sering curhat kepada teman mereka karena merasa kesepian dan mengaku tidak sering mengalami stres, maka dipilih lagi empat mahasiswa (dua mahasiswa dan dua mahasiswi) yang secara khusus pernah mengalami stres signifikan akibat kesepian, karena mengaku

sering curhat saat kesepian yang diiringi dengan tanda-tanda stres seperti cemas, merasakan lesu, sulit konsentrasi, hilang minat, melamun dan merasa sedih dan nangis tanpa sebab, bahkan pernah memiliki keinginan untuk melukai diri sendiri karena kesepian, cara yang dapat ditempuh yaitu berkomunikasi interpersonal dengan orang lain, karena menginginkan kehadiran individu. Temuan pra-survei ini mengindikasikan bahwa kesepian merupakan masalah yang cukup signifikan di kalangan mahasiswa *Telkom University* dan dapat berdampak serius pada kesehatan mental mereka. Dari temuan Pra-Survei dan beberapa adanya data kasus bunuh diri di *Telkom University*, Sehingga peneliti pun merasa tergerak untuk melakukan penelitian berjudul “*Membangun Komunikasi Interpersonal Dalam Mengatasi Stres Karena Kesepian: Studi Kasus Pada Mahasiswa Telkom University*”.

1.2 Fokus Penelitian

Penelitian ini terfokus pada membangun komunikasi interpersonal yang digunakan mahasiswa *Telkom University* dalam mengatasi Stres karena kesepian.

1.3 Rumusan Masalah

Rumusan masalah utama dari penelitian ini adalah:

“*Bagaimana membangun komunikasi interpersonal untuk mengatasi stres karena kesepian?*”

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan fokus penelitian dan permasalahan diatas, Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana seorang mahasiswa *Telkom University* membangun komunikasi interpersonal dalam upaya mengatasi stres karena kesepian

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis:

Penelitian ini berkontribusi pada literatur ilmu komunikasi dan psikologi dengan menyediakan pemahaman mendalam tentang membangun komunikasi interpersonal dalam mengatasi stres karena kesepian.

1.5.2 Manfaat Praktis:

1. Rekomendasi untuk Lembaga Pendidikan:

Menyediakan rekomendasi berbasis bukti untuk lembaga pendidikan tinggi dalam mengembangkan program dukungan kesehatan mental yang memanfaatkan

komunikasi interpersonal sebagai strategi utama untuk mengurangi Stres karena kesepian mahasiswa.

2. Pedoman untuk Pembuatan Kebijakan:

Temuan dari penelitian ini dapat digunakan oleh pembuat kebijakan untuk merancang kebijakan kesehatan mental yang lebih efektif, yang mengintegrasikan pentingnya komunikasi interpersonal dalam strategi pengelolaan stres dan promosi kesejahteraan mental mahasiswa.

3. Bahan Masukan untuk Praktisi Kesehatan Mental:

Penelitian ini memberikan wawasan penting kepada konselor, psikolog mengenai pentingnya mempertimbangkan faktor-faktor sosial ketika mendesain intervensi psikososial untuk membantu mahasiswa mengatasi Stres karena kesepian.

1.6 Waktu dan Periode Penelitian

Pelaksanaan Penelitian ini pada rentang waktu Januari 2024 sampai dengan Mei 2024

No.	Keterangan	2023-2024							
		JAN	FEB	MAR	APR	MEI	JUN	JUL	AGT
1.	Mencari dan mencantumkan tema	■							
2.	Mencari dan menentukan objek	■							
3.	Melakukan pra penelitian	■							
4.	Menentukan Judul Penelitian		■						
5.	Penyusunan BAB I			■					
6.	Penyusunan BAB II				■				
7.	Penyusunan BAB III					■			
8.	Pendaftaran <i>Desk Evaluation</i>					■			
9.	Penyusunan BAB IV-V						■		
10.	Evaluasi BAB IV-V							■	
11.	Pendaftaran Sidang								■

Tabel 1. 1 Waktu dan Periode Penelitian