

BAB VI

PEMBAHASAN

6.1. Deskripsi Tingkat Efikasi Diri Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian data statistik deskriptif skala efikasi diri memiliki nilai *mean* 32,16, nilai standar deviasi 5,886 dengan nilai max 40 dan nilai min 10. Data ini menunjukkan bahwa dengan rata-rata 31,79 secara keseluruhan responden cenderung memiliki tingkat efikasi diri yang berada di atas sisi rentang skala mendekati nilai maksimum. Hal tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mempunyai efikasi diri yang tinggi. Data ini sesuai penelitian Saraswati *et al* (2021) yang menemukan bahwa 104 dari 112 sampel (92,9%) mahasiswa keperawatan yang menulis skripsi mempunyai efikasi diri yang tinggi. Penelitian ini juga didukung temuan Zulfa (2022) yang mengungkapkan 109 mahasiswa dari 193 sampel (56,47%) mempunyai efikasi diri yang tinggi saat menulis skripsi.

Peneliti berpendapat bahwa karena mahasiswa keperawatan lebih banyak diisi perempuan, sehingga mereka cenderung merasa lebih nyaman dan percaya diri. Dalam budaya tertentu, sifat-sifat seperti empati, kemampuan komunikasi, dan perhatian terhadap orang lain sering kali dikaitkan dengan perempuan, yang semakin memperkuat keyakinan diri mereka. Dalam pendidikan keperawatan biasanya menuntut kemampuan untuk menghadapi situasi kompleks, termasuk pengambilan keputusan klinis, manajemen stres, dan keterampilan interpersonal sehingga dapat membantu kemampuan untuk mengelola tantangan dengan baik.

Selain itu, seluruh responden penelitian berusia antara 20-24 tahun yang merupakan masa dewasa muda. Dengan mayoritas kecemasan mahasiswa berapada di rentang sedang, hal ini menunjukkan bahwa usia merupakan salah satu variabel yang memengaruhi efikasi diri (Sanger *et al.*, 2022). Individu yang berusia lebih tua memiliki tingkat efikasi diri yang lebih tinggi dalam mengembangkan mekanisme koping. Mereka akan bertindak sesuai dengan impian mereka karena mereka sudah memahami pentingnya keputusan yang mereka buat pada usia ini, yang dianggap sebagai awal tahap dewasa. Ini berarti bahwa mereka akan terus-menerus mengejar tujuan mereka dan melakukan

berbagai upaya untuk mencapai hasil terbaik. Dengan demikian, efikasi diri diantara rentang umur 20-24 tahun usia ini masih tergolong lebih muda sehingga rentan memiliki efikasi diri yang rendah.

6.2. Deskripsi Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian data statistik deskriptif skala dukungan sosial keluarga memiliki nilai *mean* 49,75, nilai standar deviasi 8,3384 dengan nilai max 60 dan nilai min 20. Data ini menunjukkan bahwa dengan rata-rata 48,35 mayoritas responden memiliki dukungan sosial keluarga yang cukup besar yang berada di atas sisi rentang skala mendekati nilai maksimum. Hal ini sejalan dengan studi Nabila *et al* (2024) bahwa 26 dari 41 sampel (63,4%) mahasiswa menerima dukungan sosial keluarga yang tinggi saat menyusun skripsi. Hasil ini juga sesuai dengan studi oleh Wicaksono & Kusumiati (2024) yang menemukan bahwa 35 dari 78 mahasiswa (44,9%) menerima dukungan sosial keluarga yang tinggi saat sedang menyusun skripsi.

Peneliti berpendapat bahwa hal ini dikarenakan mahasiswa keperawatan lebih banyak diisi perempuan. Selain itu dalam banyak budaya, perempuan dianggap lebih membutuhkan perhatian dan bimbingan dalam menjalani kehidupan akademik maupun profesional dan membuat keluarga cenderung lebih protektif terhadap anak perempuan, sehingga mereka lebih sering diberikan dukungan emosional, material, dan moral untuk memastikan keberhasilan mereka. Keperawatan adalah profesi yang secara tradisional lebih banyak dipilih oleh perempuan, sehingga keluarga lebih mungkin memberikan dorongan yang kuat terhadap mereka. Oleh karena itu, keluarga sering kali merasa lebih yakin dalam memberikan dukungan penuh.

Selain itu, seluruh responden penelitian berusia antara 20-24 tahun yang merupakan masa dewasa muda. Dengan mayoritas kecemasan mahasiswa berapada di rentang sedang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa membutuhkan keseimbangan antara kemandirian dan dukungan keluarga untuk mendukung kesejahteraan psikologis dan akademis mereka. Dalam banyak budaya, keluarga dianggap memiliki tanggung jawab untuk mendukung anak-anak mereka hingga mencapai kemandirian penuh. Pada usia 20-24 tahun, mahasiswa

sering masih dianggap berada dalam tahap persiapan masa depan, sehingga dukungan keluarga dianggap sebagai kewajiban dan bentuk kasih sayang. Hal ini ditegaskan oleh Fitri & Lukman (2023) bahwa dukungan sosial keluarga memiliki peran penting selama masa dewasa awal, karena mahasiswa tingkat akhir sedang menghadapi berbagai transisi yang membutuhkan dukungan signifikan. Perubahan tersebut mencakup perubahan dari lingkungan perkuliahan ke kehidupan nyata setelah menyelesaikan studi.

6.3. Deskripsi Tingkat Kecemasan Akademis Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian data statistik deskriptif skala kecemasan akademis mempunyai nilai mean 21,66, nilai standar deviasi 7,4344 dengan nilai max 44 dan nilai min 11. Data ini menunjukkan bahwa dengan rata-rata 21,66 menunjukkan bahwa tingkat kecemasan akademis responden cenderung berada ditingkat yang lebih rendah hingga sedang dibandingkan dengan skor maksimum. Ini sejalan dengan penelitian Lestari & Wulandari (2021) dari 100 sampel terdapat 65 mahasiswa (65%) mengalami kecemasan akademik sedang saat menulis skripsi. Temuan penelitian ini sejalan juga dengan studi oleh Rezki (2023) bahwa mahasiswa keperawatan sebanyak 57 dari 80 sampel (71%) yang menyusun skripsi mengalami kecemasan akademik sedang.

Peneliti berpendapat dikarenakan mahasiswa keperawatan lebih banyak diisi perempuan dan juga pada mahasiswa perempuan dalam banyak kasus memiliki sifat perfeksionis dan keinginan untuk memenuhi ekspektasi tinggi dari diri sendiri maupun lingkungan sehingga cenderung lebih rentan terkena kecemasan. Dalam banyak budaya, perempuan sering kali dibebani dengan harapan untuk tampil "sempurna," baik secara akademis maupun dalam peran lainnya. Selain itu, mahasiswa perempuan juga dapat diperburuk oleh pola pikir negatif sehingga mereka merasa lebih sulit untuk mengelola kritik, baik dari diri sendiri maupun dari lingkungan, yang pada akhirnya meningkatkan risiko kecemasan.

Selain itu, seluruh responden penelitian berusia antara 20-24 tahun yang merupakan masa dewasa muda. Dengan mayoritas kecemasan mahasiswa berapada di rentang sedang, hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang masih tergolong muda masih sulit untuk mengendalikan kecemasan yang dirasakan.

Pernyataan ini didukung oleh Marlita *et al* (2023) menjelaskan bahwa kecemasan dipengaruhi oleh usia individu. Kurniawati (dalam Wicaksono & Kusumiati, 2024) mengatakan bahwa rentang usia 21–23 tahun termasuk dalam rentang usia dewasa muda dan menandai dimulainya pertumbuhan dan kedewasaan seseorang, dan mereka yang berada dalam rentang usia ini lebih rentan menderita penyakit mental, termasuk kecemasan. Penelitian yang dilakukan oleh B & Hamzah (2020) menjelaskan bahwa usia dan pengalaman seseorang menghadapi pemicu stres saling berkaitan kuat, semakin tua usia individu maka semakin baik mereka dalam mengelola stres. Dengan demikian, kecemasan akademis yang dimana diantara rentang umur 20-24 tahun usia ini masih tergolong lebih muda sehingga rentan memiliki kecemasan akademis yang lebih tinggi.

6.4. Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Akademis Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kecemasan akademik dengan efikasi diri mahasiswa dalam menyusun skripsi berkorelasi negatif. Dapat disimpulkan bahwa H1 diterima. Hal ini diperkuat dengan data yang telah diuji yang memiliki nilai *Pearson Correlation* -0.255 atau masuk dalam kategori lemah dengan nilai sig. 0.007 ($p < 0,05$). Nilai korelasi ini bertanda negatif, artinya kecemasan akademik dan efikasi diri mahasiswa dalam penyusunan skripsi berkorelasi negatif. Hal ini berarti bahwa ketika mahasiswa mempunyai efikasi diri tinggi maka kecemasan akademis yang dialami akan berkurang saat menyusun skripsi, begitu juga sebaliknya.

Dari data ini peneliti melihat bahwa hubungan negatif antara efikasi diri dan kecemasan akademis pada mahasiswa keperawatan menunjukkan bahwa efikasi diri dapat berperan sebagai pelindung psikologis. Sebaliknya, mahasiswa dengan efikasi diri rendah lebih rentan terhadap kecemasan akademis karena mereka mungkin meragukan kemampuan mereka untuk memenuhi tuntutan akademik. Hal ini dapat mengarah pada penghindaran tugas, dan ketakutan yang berlebihan terhadap evaluasi akademik. Oleh karena itu, meningkatkan efikasi diri tidak hanya berdampak pada pengurangan kecemasan akademis tetapi juga pada peningkatan kinerja akademik dan kesiapan klinis mahasiswa keperawatan.

Efikasi diri mahasiswa dipengaruhi oleh sejumlah faktor, yang menjelaskan mengapa kekuatan kategori rendah meskipun hasilnya berkorelasi. Menurut teori Bandura (dalam Jendra & Sugiyo, 2020) komponen pertama adalah pengalaman sukses, ketika seseorang sering berhasil efikasi dirinya meningkat, dan ketika gagal efikasi dirinya menurun. Perasaan menguasai sesuatu merupakan sumber efikasi diri yang paling signifikan. Efikasi diri seseorang akan meningkat sebagai hasil dari pengalaman yang sukses. Pemodelan sosial merupakan faktor kedua. Ketika melihat orang lain berhasil hal ini akan meningkatkan efikasi diri seseorang, dan sebaliknya. Komponen ketiga adalah persuasi verbal, efikasi diri meningkat ketika seseorang diyakinkan bahwa mereka dapat menyelesaikan pekerjaan dengan baik. Komponen keempat adalah keadaan fisik dan emosional, tingkat stres dan kecemasan yang rendah sering kali dikaitkan dengan tingkat efikasi diri yang tinggi, dan sebaliknya.

Penelitian ini sejalan dengan studi berjudul “Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi” oleh Telussa & Kusumiati (2022) yang memiliki nilai korelasi $-0,223$ dan tergolong lemah dengan nilai sig. $0,000$ ($p < 0,05$). Selain itu, penelitian ini menemukan korelasi negatif antara kecemasan mahasiswa dengan efikasi diri untuk menyelesaikan skripsi. Hal ini menunjukkan mahasiswa yang memiliki efikasi diri cenderung tidak mengalami kecemasan saat mengerjakan skripsi. “Hubungan antara efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung” merupakan studi lain yang dilakukan oleh Rizqi (2023) yang menemukan adanya korelasi negatif lemah juga antara kecemasan dengan efikasi diri, dengan nilai korelasi sebesar $-0,314$ dengan nilai sig. sebesar $0,000$ ($p < 0,05$).

Kepercayaan diri mahasiswa berdampak pada tingkat kecemasan mereka saat mengerjakan skripsi. Kepercayaan diri sangat penting saat menyusun tugas akhir karena menunjukkan tingkat keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyelesaikan tugas. Memperoleh kepercayaan diri membantu orang percaya pada kemampuan mereka, yang akhirnya dapat memotivasi mereka untuk mencapai tujuan mereka. Individu dengan kepercayaan diri tinggi tidak akan mudah merasa cemas atau gelisah (Rizqi, 2023).

Seseorang yang percaya diri akan memandang tantangan sebagai peluang untuk berkembang, bukan sebagai sesuatu yang akan menghambat kemajuan mereka, karena mereka berpikir mereka dapat mengatasinya dengan baik. Untuk mengatasi hambatan apa pun yang mungkin muncul, individu tersebut akan menekan kecemasan mereka. Bandura (1997) menyatakan bahwa orang yang memiliki rasa percaya diri tidak akan dibatasi oleh hambatan (Telussa & Kusumiati, 2022; Zulfa, 2022).

Peneliti menarik kesimpulan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa selama mengerjakan tugas akhir berkorelasi dengan efikasi diri mereka. Individu dengan percaya diri yang tinggi cenderung tidak mudah menderita kecemasan dan lebih mahir dalam memperkirakan upaya, ketekunan, dan keuletan yang dibutuhkan untuk menyelesaikan tugas. Individu dengan percaya diri yang tinggi memandang kegagalan sebagai peluang untuk berkembang daripada sebagai hambatan untuk maju. Efikasi diri ini dapat menekan kecemasan, sehingga memungkinkan mereka untuk mengatasi tantangan apa pun.

6.5. Hubungan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Akademis Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa kecemasan akademik dengan dukungan sosial keluarga dalam menyusun skripsi berkorelasi negatif. Dapat disimpulkan bahwa H1 diterima. Hal ini didukung dengan data nilai *Pearson Correlation* -0.206 atau masuk dalam kategori lemah dengan nilai sig. 0.030 ($p < 0,05$). Nilai korelasinya negatif, artinya ada hubungan negatif antara kecemasan akademis mahasiswa dan dukungan sosial keluarga mereka selama penulisan skripsi. Hal ini berarti bahwa ketika menulis skripsi, mahasiswa yang menerima dukungan sosial keluarga yang tinggi akan merasa kurang cemas tentang kinerja akademis mereka dalam menyusun skripsi, begitu juga sebaliknya.

Dari data ini peneliti melihat bahwa dukungan sosial keluarga yang kuat memiliki hubungan negatif dengan kecemasan akademis mahasiswa keperawatan. Dukungan keluarga memberi peran penting sebagai penyeimbang emosi mahasiswa. Ketika keluarga memberikan dukungan yang konsisten, mahasiswa lebih mampu mengelola tekanan akademis dengan lebih baik. Oleh karena itu,

dukungan keluarga harus dianggap sebagai salah satu aspek penting dalam intervensi untuk meningkatkan kesejahteraan psikologis mahasiswa keperawatan, yang pada gilirannya dapat meningkatkan performa akademik dan kesiapan klinis mereka.

Meskipun hasil saling berhubungan, kekuatan kategori tersebut lemah karena ada faktor-faktor lain yang tidak terkontrol atau tidak terkondisikan. Menurut Friedman (dalam Cahyanti, 2020) dukungan sosial keluarga terhadap mahasiswa dipengaruhi oleh sejumlah faktor yang berbeda. Aspek pertama adalah sosial ekonomi, orang tua dari sosial ekonomi kelas menengah keatas lebih terlibat, mendukung, dan berkomitmen daripada kelompok sosial ekonomi rendah. Aspek kedua adalah tingkat pendidikan, semakin tinggi pendidikan anggota keluarga, semakin banyak bantuan yang mereka berikan kepada keluarga lainnya.

Penelitian ini sesuai dengan studi Wicaksono & Kusumiati (2024) “Hubungan Antara Dukungan Keluarga Dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi” dengan menggunakan uji Spearman Rho (2-tailed) mendapatkan nilai $-0,360$ dengan nilai sig. $0,001$ ($p < 0,05$) yang artinya menemukan korelasi negatif antara tingkat kecemasan dengan dukungan keluarga. Artinya semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima, maka semakin rendah tingkat kecemasan yang terjadi saat mengerjakan skripsi, begitu pula sebaliknya. Penelitian lain oleh Nabila *et al* (2024) yang berjudul “Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Mahasiswa dalam Penyusunan Skripsi” menjelaskan bahwa tingkat kecemasan yang dialami ketika menulis skripsi berkorelasi negatif dengan dukungan keluarga, hal ini menunjukkan bahwa semakin besar dukungan keluarga yang diterima maka semakin kecil rasa cemas yang dialami, semakin kecil kecemasan saat menulis tesis dengan nilai koefisien uji Spearman Rank untuk hubungan ini adalah $-0,327$.

Penelitian oleh Ibrahim *et al* (2023) menjelaskan dukungan keluarga dapat membantu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi agar tidak terlalu cemas. Dukungan keluarga yang kuat memberi mahasiswa akses ke berbagai sumber daya, seperti fasilitas, dukungan emosional untuk membantu mereka tetap termotivasi saat menyelesaikan tugas akhir, serta bimbingan yang bermanfaat dari anggota keluarga. Selain itu, Nabila *et al* (2024) menjelaskan bahwa mahasiswa yang

menerima bantuan akan lebih percaya diri dan bersemangat untuk mengatasi hambatan yang mereka hadapi. Orang tua yang mendukung pendidikan anak-anaknya akan berusaha memenuhi semua kebutuhan mereka, termasuk menyediakan sumber daya dan bantuan saat anak-anak mereka mengalami kesulitan. Hasilnya, anak-anak merasa bahwa anggota keluarga mereka peduli terhadap mereka, yang membuat mereka tetap terinspirasi dan bersemangat saat menghadapi kesulitan.

Inayahtul'ain (dalam Firdausi *et al.*, 2022) juga menjelaskan mahasiswa yang mendapatkan dukungan dari keluarga juga merasa lebih dicintai dan diperhatikan, sehingga meningkatkan percaya diri mereka. Saat menyelesaikan tugas akhir, mereka juga cenderung lebih tenang dan mampu mengatasi rasa cemas. Efikasi diri yang kuat memungkinkan mahasiswa mengatasi rintangan dan menghasilkan karya yang luar biasa.

Peneliti menarik kesimpulan bahwa dukungan keluarga dapat menurunkan kecemasan dalam penulisan skripsi. Dukungan keluarga yang kuat memberi mahasiswa akses ke sumber daya, fasilitas, dukungan emosional, dan bimbingan yang bermanfaat. Hal ini dapat membantu mahasiswa mengatasi hambatan karena dukungan tersebut meningkatkan semangat dan mengurangi kecemasan mereka. Mahasiswa merasa dipedulikan ketika keluarga mereka menyediakan fasilitas dan bantuan ketika mereka menghadapi kesulitan. Dukungan keluarga yang kuat secara umum dapat meningkatkan kinerja akademik mahasiswa sehingga bisa mengurangi kecemasan saat menyusun skripsi.

6.6. Variabel yang Lebih Berpengaruh antara Efikasi Diri dan Dukungan Sosial Keluarga dengan Kecemasan Akademis Mahasiswa Akhir Keperawatan Angkatan 2021 Universitas Muhammadiyah Malang

Berdasarkan hasil penelitian nilai uji T pada efikasi diri sebesar -2,489 dan pada variabel dukungan sosial keluarga sebesar -1,868. Hal ini menunjukkan bahwa kedua variabel berpengaruh negatif. Dalam hal ini, nilai -2,489 pada variabel efikasi diri memiliki pengaruh yang lebih besar dibanding variabel dukungan sosial keluarga terhadap kecemasan akademis.

Selain itu, ditemukan bahwa efikasi diri mempengaruhi kecemasan akademik sebesar 6,5% dengan nilai koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,065 serta dukungan sosial keluarga berpengaruh sebesar 4,2% dengan nilai R^2 sebesar 0,042. Dengan demikian, dengan nilai uji T -2,489 dan nilai R^2 6,5% tersebut menunjukkan kecemasan akademis mahasiswa saat menulis skripsi lebih dipengaruhi oleh efikasi diri dibandingkan dengan variabel dukungan sosial keluarga.

Peneliti berpendapat bahwa efikasi diri mempunyai pengaruh yang lebih tinggi terhadap kecemasan akademis dalam penelitian ini yang menunjukkan bahwa kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri dalam melakukan sesuatu sangat penting untuk mengelola kecemasan yang dialami. Dalam konteks akademik, mahasiswa dihadapkan pada berbagai tuntutan, seperti menyelesaikan tugas, mengikuti ujian, hingga menyelesaikan skripsi. Tingkat efikasi diri yang dimiliki akan memengaruhi cara mereka memandang dan merespons tekanan tersebut. Oleh karena itu, efikasi diri menjadi faktor kunci yang lebih berpengaruh terhadap kecemasan akademis mahasiswa.

Namun, ditemukan bahwa nilai sig. pada variabel efikasi diri sebesar 0,014 ($p < 0,05$) yang artinya efikasi diri memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecemasan akademis. Sedangkan pada variabel dukungan sosial keluarga nilai sig. sebesar 0,065 ($p > 0,05$) yang artinya dukungan sosial keluarga tidak memiliki pengaruh yang signifikan meskipun ada indikasi arah hubungan. Dari data ini penulis berpendapat hal ini dapat terjadi karena efikasi diri berkaitan langsung dengan keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengatasi tantangan akademik. Mahasiswa dengan tingkat efikasi diri yang tinggi cenderung memiliki kepercayaan diri yang lebih baik dalam menyelesaikan tugas, menghadapi ujian, dan mengelola tekanan akademik. Sedangkan dukungan sosial keluarga juga berperan penting namun pengaruhnya terhadap kecemasan akademis bersifat tidak langsung. Dukungan dari keluarga biasanya berfungsi sebagai sumber motivasi atau rasa aman, tetapi tidak selalu dapat memberikan keterampilan atau strategi yang diperlukan mahasiswa dalam menghadapi tekanan akademik. Oleh karena itu, penguatan efikasi diri lebih signifikan dalam membantu mahasiswa mengelola

kecemasan akademis, karena faktor ini berperan sebagai kemampuan internal yang memampukan mereka mengatasi tantangan dengan lebih mandiri.

Hasil data ini sejalan dengan teori Bandura (dalam Telussa & Kusumiati, 2022) yang menyatakan bahwa tingkat efikasi diri seseorang dalam mengatasi masalah dapat memengaruhi tingkat kecemasan individu terhadap masalah tersebut. Individu dengan tingkat efikasi diri yang tinggi meyakini bahwa mereka mampu menangani situasi yang dihadapi dengan efektif. Mereka cenderung melihat kesulitan sebagai tantangan daripada hambatan yang membebani diri. Sikap ini membantu individu mengurangi kecemasan dalam dirinya, sehingga lebih siap menghadapi berbagai kendala yang muncul.

Hal ini sesuai dengan studi Lusi *et al* (2023) menemukan bahwa pengaruh efikasi diri sebesar 28,6% saat menulis skripsi terhadap kecemasan yang dialami. Keyakinan diri memiliki peran penting dalam membangun ketahanan seseorang saat menghadapi berbagai tantangan. Mahasiswa yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung mencari solusi untuk mengatasi hambatan yang dapat menghalangi penyelesaian skripsinya.

Namun, sumbangan kedua variabel tersebut hanya sebesar 10,7% saja terhadap kecemasan akademis, sedangkan faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini yakni 89,3% sisanya. Penelitian oleh Ibrahim *et al* (2023) membahas sejumlah faktor lain yang memengaruhi kecemasan akademis saat menulis skripsi, termasuk konsep diri. Pengalaman dan interaksi seseorang dengan dunia luar membentuk perspektif mereka terhadap diri mereka sendiri, dikenal sebagai konsep diri. Konsep diri yang positif menunjukkan kapasitas mahasiswa untuk mengenali dan menghargai kelebihan dan kekurangan mereka sendiri, sehingga konsep diri yang positif akan berjalan seiring dengan berkurangnya kecemasan saat menulis skripsi, dan sebaliknya. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Zahroh & Solichah (2022) bahwa konsep diri berpengaruh negatif dengan kecemasan akademis dengan nilai ($\beta = -0.292$, $p < 0.05$). Dukungan dari teman sebaya merupakan faktor kedua. Individu yang terhubung dengan orang lain biasanya memiliki dukungan sosial yang signifikan dari teman sebayanya karena mereka tidak suka melihat orang lain mengalami kesulitan. Hal ini dibuktikan oleh penelitian Satria & Kurniawati (2024) bahwa dukungan teman sebaya memiliki pengaruh terhadap kecemasan akademis dengan nilai F sebesar 93.986 dan

signifikansi $<0,001$. Oleh karena itu, mahasiswa yang menerima banyak dukungan dari teman sebaya tidak akan mengalami terisolasi dan tidak akan kesulitan menyelesaikan tugas akhir.

Menurut Telussa & Kusumiati (2022) pengendalian diri merupakan faktor lain yang memengaruhi kecemasan akademis pada mahasiswa skripsi. Pengendalian diri sangat penting bagi mahasiswa skripsi karena membantu mereka mengatur pikiran dan emosi, mencegah kecemasan, dan menjaga perilaku yang tepat. Mahasiswa yang memiliki pengendalian diri akan menjauhkan diri dari kegiatan-kegiatan yang tidak berhubungan dengan skripsinya, yang membantu mereka tetap fokus pada tugas dan terhindar dari gangguan yang tidak penting. Hal ini dibuktikan oleh Maulana *et al* (2025) bahwa kontrol diri berpengaruh terhadap kecemasan akademis dengan nilai ($\beta = -0.891, p < 0.05$). Beberapa faktor lainnya termasuk religiositas, yaitu kepercayaan akan keberadaan Tuhan. Religiositas ini dapat membantu mahasiswa merasa tidak terlalu stres dan terhindar dari berpikir berlebihan. Hal ini membantu mereka tidak terlalu memikirkan hal-hal di luar kemampuan mereka dan membantu mereka terhindar dari kecemasan. Hal ini dibuktikan oleh Nugraha & Purwandari (2022) bahwa religiositas memiliki pengaruh terhadap kecemasan akademis yakni 26,1% ($R=0,261$).

6.7. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan ini mungkin menjadi faktor yang perlu dipertimbangkan oleh peneliti di masa mendatang, karena studi ini tidak diragukan lagi memiliki kekurangan yang perlu ditangani dalam studi selanjutnya. Keterbatasan studi ini meliputi:

- a. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang tidak melakukan uji validitas dan uji reabilitas sendiri oleh peneliti
- b. Penelitian ini menemukan bahwa faktor efikasi diri dan dukungan sosial keluarga hanya berpengaruh sebesar 10,7% sehingga diperlukan untuk menganalisis faktor lain yang dapat mempengaruhi kecemasan akademis pada mahasiswa

6.8. Implikasi Keperawatan

Implikasi penelitian penelitian ini dengan mengacu pada temuan analisis data antara lain:

a. Implikasi Teoritis

Berdasarkan hasil analisis data, kecemasan akademis mahasiswa selama penulisan skripsi lebih dipengaruhi oleh dukungan sosial keluarga daripada efikasi diri. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial keluarga dan efikasi diri yang baik harus menjaga untuk tetap baik agar dapat mengurangi kemungkinan mengalami kecemasan akademis saat menulis skripsi. Di sisi lain, mahasiswa yang memiliki efikasi diri kurang dan kurang memiliki dukungan sosial keluarga harus berusaha menghilangkan pikiran negatif dan meningkatkan hubungan mereka dengan keluarga, karena hal ini dapat menciptakan ruang yang hangat dimana mereka dapat dengan bebas mendiskusikan kesulitan yang mereka alami.

b. Implikasi Praktis

Bagi mahasiswa yang kurang memiliki dukungan sosial keluarga, kecemasan akademis sedang-tinggi, dan efikasi diri rendah penelitian ini dapat menjadi panduan bagi lembaga akademis untuk membantu mereka meningkatkan dukungan sosial keluarga dan efikasi diri serta menghindari kecemasan akademis saat menulis skripsi. Konseling individu yang dilakukan secara teratur dan terencana dapat membantu mahasiswa mengomunikasikan tantangan apa pun yang mungkin mereka hadapi.