

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN PADA
MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI DIMEDIASI
OLEH EFIKASI DIRI AKADEMIK**

TESIS

Untuk Memperoleh Sebagian Persyaratan

Memperoleh Derajat Gelar S-2

Program Studi Magister Psikologi



Disusun Oleh:

PUTRI AYU PRATIWI

NIM : 202210440211026

**DIREKTORAT PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

Juni 2024

**PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP
KECAMASAN PADA MAHASISWA DALAM
PENYELESAIAN SKRIPSI DIMEDIASI
OLEH EFIKASI DIRI AKADEMIK**

Diajukan oleh :

PUTRI AYU PRATIWI
202210440211026

Telah disetujui

Pada hari/tanggal, Jum'at/ 28 Juni 2024

Pembimbing Utama



Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog

Pembimbing Pendamping



**Dr. Cahyaning Suryaningrum,
M.Si., Psikolog**

Direktur
Program Pascasarjana



Ketua Program Studi
Magister Psikologi



Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog

TESIS

Dipersiapkan dan disusun oleh :

PUTRI AYU PRATIWI

202210440211026

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada hari/tanggal, Jum'at/ 28 Juni 2024
dan dinyatakan memenuhi syarat sebagai kelengkapan
memperoleh gelar Magister/Profesi di Program Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Malang

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua	:	Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog
Sekretaris	:	Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si., Psikolog
Penguji I	:	Assoc. Prof. Dr. Diah Karmiyati, M.Si
Penguji II	:	Dr. Nida Hasanati, M.Si

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : PUTRI AYU PRATIWI
NIM : 202210440211026
Program Studi : Magister Psikologi

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. TESIS dengan judul : **PENGARUH DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP KECEMASAN PADA MAHASISWA DALAM PENYELESAIAN SKRIPSI DIMEDIASI OLEH EFIKASI DIRI AKADEMIK** Adalah karya saya dan dalam naskah Tesis ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademik di suatu Perguruan Tinggi dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali yang secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dalam daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah Tesis ini dapat dibuktikan terdapat unsur-unsur **PLAGIASI**, saya bersedia Tesis ini **DIGUGURKAN** dan **GELAR AKADEMIK YANG TELAH SAYA PEROLEH DIBATALKAN**, serta diproses sesuai dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Tesis ini dapat dijadikan sumber pustaka yang merupakan **HAK BEBAS ROYALTY NON EKSKLUSIF**.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Malang, 28 Juni 2024
akan,

METERA
TEMPEL
10000
81102ALX283183647
PUTRI AYU PRATIWI

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Dalam proses penyusunan, penulis mendapatkan bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Nazaruddin Malik, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Prof. Latipun, Ph.D selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Prof. Dr. Iswinarti, M.Si., Psikolog selaku ketua program studi Magister Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang sekaligus pembimbing I, atas bimbingan dan motivasi yang diberikan pada penulis sebagai bentuk upaya menyelesaikan tesis dengan baik.
4. Ibu Dr. Cahyaning Suryaningrum, M.Si., Psikolog, selaku pembimbing II atas bimbingan dan motivasi yang diberikan penulis sebagai bentuk upaya menyelesaikan tesis dengan baik.
5. Assoc. Prof. Dr. Diah Karmiyati, M. Si & Dr. Nida Hasananti, M. Si selaku dosen penguji yang telah memberikan evaluasi serta saran, sehingga penulis bisa melakukan perbaikan dengan hasil yang lebih baik dari sebelumnya.
6. Dosen Magister Psikologi serta staf tata usaha di Direktorat Program Pascasarjana Universitas Muhammadiyah Malang atas layanan dan fasilitas yang diberikan selama perkuliahan.
7. Kepada seluruh responden FIKES UMM, saya mengucapkan terima kasih telah membantu serta menjadi responden penelitian tesis saya.
8. Kedua orang tua, dan keluarga tersayang yang selalu mendoakan, mensupport serta memotivasi penulis dalam menyusun hingga menyelesaikan tesis ini.
9. Kepada teman baikku mb Tri Yanti, mb Kia, seluruh teman – teman seperjuangan saya Magister Psikologi 2022 terima kasih sudah menjadi teman hidupku, sudah mau berkenalan, dan berteman dengan aku, terima kasih banyak juga atas *support*, dan memberikan nasehat semangat saya

dalam menyelesaikan tesis ini dengan cepat. Saya harap semoga pertemanan ini tidak putus sampai disini amin ya robbal alamin.

10. Kepada orang yang spesial MB terima kasih banyak sudah menemani saya selama 2 tahun sampai sekarang, memberikan *support*, nasehat, dukungan, motivasi, dan membantu dalam menyelesaikan tesis saya ini dengan cepat.

11. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan tesis ini yang tidak dapat penulis sebutkan seluruhnya.

Penulis menyadari bahwa tidak ada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran untuk perbaikan tesis ini sangat diharapkan. Harapan penulis semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berhubungan.

Malang, 28 Juni 2024

Peneliti,



Putri Ayu Pratiwi

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR BAGAN	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
ABSTRAK	viii
PENDAHULUAN	1
KAJIAN PUSTAKA.....	7
Kecemasan	7
Dukungan Sosial	10
Efikasi Diri Dalam akademik.....	13
Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Penyelesaian Skripsi	14
Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Akademik.....	15
Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi	16
Efikasi Diri Akademik Sebagai Mediator Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Mahasiswa Dalam Menyelesaikan Skripsi	18
Kerangka Berpikir.....	19
Hipotesis Penelitian.....	19
METODE PENELITIAN.....	19
Desain Penelitian.....	19
Subjek Penelitian.....	20
Instrumen Penelitian.....	20
Prosedur Penelitian.....	22
Analisis Data	22
HASIL PENELITIAN.....	22
Uji Asumsi Klasik.....	22
Deskripsi Variabel Penelitian.....	23
Uji Korelasi	24

Uji Hipotesis	24
PEMBAHASAN	28
KESIMPULAN DAN IMPLIKASI	33
DAFTAR PUSTAKA	34
LAMPIRAN	39



DAFTAR BAGAN

Bagan 1. kerangka Berpikir..... 19



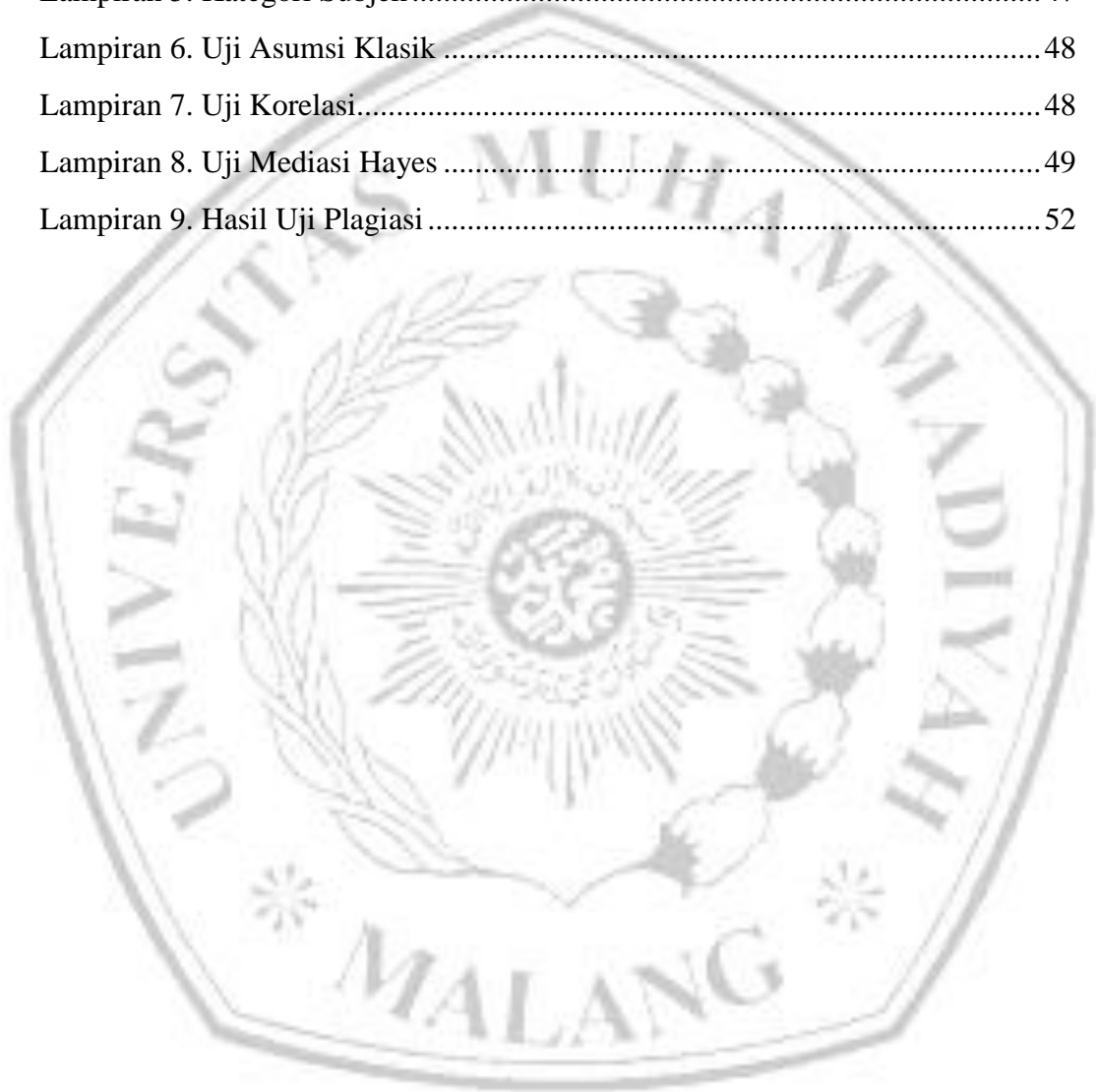
DAFTAR TABEL

Tabel 1. Demografis Subjek.....	20
Tabel 2. Deskripsi Variabel Penelitian.....	23
Tabel 3. Kategori Variabel Penelitian.....	23
Tabel 4. Hasil Uji Korelasi	24
Tabel 5. Uji Hipotesis	25



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Item Alat Ukur Skala Kecemasan	40
Lampiran 2. Item Alat Ukur Skala Efikasi Diri Akademik	42
Lampiran 3. Item Alat Ukur Skala Dukungan Sosial	43
Lampiran 4. Validitas & Reliabilitas Alat Ukur	44
Lampiran 5. Kategori Subjek	47
Lampiran 6. Uji Asumsi Klasik	48
Lampiran 7. Uji Korelasi.....	48
Lampiran 8. Uji Mediasi Hayes	49
Lampiran 9. Hasil Uji Plagiasi	52



Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Pada Mahasiswa Dalam
Penyelesaian Skripsi Dimediasi Oleh Efikasi Diri Akademik

Putri Ayu Pratiwi

putriayupratiwi1905@gmail.com

Iswinarti

iswinarti@umm.ac.id

Cahyaning Suryaningrum

cahyaning@umm.ac.id

Abstrak

Kecemasan merupakan ketakutan yang menyebar dan tidak jelas terkait dengan perasaan tidak yakin, tidak berdaya, perasaan terisolasi, keterasingan, dan keresahan. Kecemasan pada mahasiswa saat menyelesaikan skripsi dapat timbul karena efikasi diri akademik yang rendah. Mahasiswa dengan efikasi diri dalam akademik rendah dapat mengalami kesulitan dalam menyelesaikan skripsinya. Dukungan sosial ini memiliki manfaat yang dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya. Tujuan penelitian ini untuk menguji peran efikasi diri dalam akademik sebagai mediator pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Alat ukur yang digunakan terdiri dari 3 alat ukur yaitu skala *Taylor Minnesota Anxiety Scale* (TMAS), skala Dukungan Sosial yang Dirasakan / *Scale of Perceived Social Support* (MPSS), dan skala Efikasi Diri Akademik / *Academic Self-Efficacy Scale* (ASES). Teknik sampling menggunakan *non probability sampling* dengan karakteristik subjek mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Penelitian ini dianalisis menggunakan *mediated regression*, diperoleh nilai β -1.475 dengan interval kepercayaan (CI) 95% berkisar antara -2.007 sampai -0.988. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa efikasi diri akademik dapat berperan sebagai mediator pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan.

Kata kunci : Dukungan Sosial, Kecemasan, Efikasi Diri Akademik

*The Influence of Social Support on Anxiety in Students in Completing Their Thesis
Mediated by Academic Self-Efficacy*

Putri Ayu Pratiwi

putriayupratiwi1905@gmail.com

Iswinarti

iswinarti@umm.ac.id

Cahyaning Suryaningrum

cahyaning@umm.ac.id

Abstract

Anxiety is a diffuse and vague fear associated with feelings of uncertainty, helplessness, feelings of isolation, alienation, and unrest. Anxiety in students when completing a thesis can arise due to low academic self-efficacy. Students with low academic self-efficacy can experience difficulties in completing their thesis. This social support has benefits that can help individuals overcome their problems. The purpose of this study was to examine the role of academic self-efficacy as a mediator of the effect of social support on anxiety. This research is quantitative research. The measuring instrument used consists of 3 measuring instruments, namely the Taylor Minnesota Anxiety Scale (TMAS), the Perceived Social Support Scale (MPSS), and the Academic Self-Efficacy Scale (ASES). The sampling technique uses non-probability sampling with the characteristics of the subject of final semester students who are completing their thesis. This study was analyzed using mediated regression, obtained a β value of -1.475 with a 95% confidence interval (CI) ranging from -2.007 to -0.988. The results of this study indicate that academic self-efficacy can act as a mediator of the effect of social support on anxiety.

Keywords: Social Support, Anxiety, Academic Self-Efficacy

PENDAHULUAN

Kecemasan merupakan keadaan dimana individu dihadapkan oleh peristiwa atau kejadian yang sedang dihadapi, sehingga peristiwa tersebut menyebabkan individu merasa tertekan, ketakutan dan kecemasan yang secara berlebihan menyebabkan individu mengalami masalah dalam menyelesaikan masalahnya yang begitu penting, permasalahan tersebut menjadi perhatian yang perlu tahap dalam mengatasinya (Habibullah, Hastiana, dan Hidayat, 2019). Kecemasan hampir menimpa setiap orang di waktu tertentu dalam kehidupannya. Kecemasan merupakan reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Kecemasan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Ramaiah, 2018). Mahasiswa semester akhir dalam menyelesaikan skripsi kerap kali merasakan kecemasan. Dalam situasi ini misalnya menyelesaikan skripsi, dimana skripsi ini menjadi salah satu syarat wajib bagi mahasiswa untuk bisa menyanggah gelar S1 (Bukit & Widodo, 2022).

Tingkat kecemasan mahasiswa saat membuat skripsi sangat bervariasi, misal tidur yang terganggu, jantungnya berdetakkan kencang ketika menghadap dosen, takut saat ikut bimbingan, perasaan bersalah karena belum mampu menuntaskan target skripsi, berikut merupakan kecemasan yang dihadapi mahasiswa saat menuliskan skripsi (Bukit & Widodo, 2022). Tingginya kecemasan pada mahasiswa yang tengah menyelesaikan skripsi dapat menghambat proses pembuatan skripsi. Mahasiswa saat membuat skripsi mengalami efek cemas yang berbeda-beda yaitu terdapat mahasiswa yang malas ke kampus, terdapat mahasiswa yang datang terlambat agar konsultasi bimbingan skripsi tidak lama, mahasiswa yang memiliki motivasi rendah, dan mahasiswa takut masuk ke ruang dosen (Widigda, 2018)

Permasalahan menjejarkan skripsi inilah yang melatarbelakangi kecemasan yang dimana sebagai fungsi mekanisme yang melindungi ego. Dalam hal ini kecemasan memberikan sinyal pada individu, tentang bahaya serta jika tidak dilaksanakan penanganan yang tepat maka bahaya tersebut akan meningkat hingga ego dikalahkan (Rahayu, 2021). Kecemasan sepanjang proses mengerjakan skripsi pastinya menjadikan keadaan tidak nyaman.

Ketidaknyamanan itu berefek kepada daya konsentrasi terganggu serta daya menyikapi persoalan sepanjang proses pengerjaan skripsi. Hilangnya daya kemampuan tersebut mengakibatkan pengerjaan skripsi menjadi tidak lancar sehingga mahasiswa terlambat untuk lulus yang kemungkinan disebabkan oleh kecemasan dalam penyusunan skripsi (Susilo et al., 2021). Oleh sebab itu, diperlukannya beberapa faktor berkontribusi terhadap kecemasan ini, termasuk pengaruh internal dan eksternal. Faktor internal seperti kompleksitas topik yang dipilih, ketidakpastian dalam arah dan metodologi penelitian, keterbatasan kemampuan akademis, rasa takut gagal, dan kurangnya rasa percaya diri, semuanya memainkan peran penting dalam memperparah tingkat kecemasan (Sousa et al., 2018; Hidayati, 2022). Di sisi lain, faktor eksternal seperti ketersediaan sumber referensi yang memadai, tekanan dari tenggat waktu yang ketat, dan dukungan dari dosen pembimbing dan teman sebaya juga mempengaruhi kecemasan mahasiswa selama proses penyusunan skripsi (Izza, 2024).

Selain itu, dukungan akademik telah diidentifikasi sebagai faktor penting yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan. Penelitian Zeng et al., (2021) telah menunjukkan bahwa tingkat dukungan akademik yang lebih tinggi mengarah pada kinerja akademik yang lebih baik, yang pada gilirannya dapat membantu meringankan kecemasan dan gejala depresi. Selain itu, dukungan sosial memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa. Penelitian Pontes, (2024) menunjukkan bahwa semakin banyak dukungan sosial yang dirasakan oleh mahasiswa, semakin rendah tingkat kecemasan mereka. Maka, untuk menghindari kecemasan tersebut dibutuhkan dukungan sosial, adanya dukungan sosial dari lingkungan terutama orang tua membuat anak merasa bahwa mereka tidak berjuang sendirian dalam menyelesaikan masalahnya. Salah satu cara yang dapat membantu seseorang mengatasi permasalahan pada diri individu adalah dukungan sosial. Dukungan sosial ini salah satunya dapat diperoleh dari orang tua (Faza, 2020). Adanya dukungan sosial dapat mencegah timbulnya kecemasan pada individu (Sekarina, 2020). Dukungan dari orang-orang terdekat berupa kesediaan untuk mendengarkan keluhan-keluhan remaja akan membawa efek positif yaitu

sebagai pelepasan emosi, meningkatkan harga diri, meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan (Devinda et al., 2018).

Dukungan orang sekitar berfungsi memberikan penguatan bagi mahasiswa dalam menumbuhkan rasa aman, memberikan kasih sayang, perhatian, penghargaan, dan eksplorasi dalam kehidupan yang pada akhirnya akan meningkatkan rasa percaya diri pada siswa untuk menghadapi situasi baru dan tantangan dalam kehidupannya termasuk salah satunya adalah ketika menghadapi tes masuk perguruan tinggi negeri (Amseke, 2018). Fungsi atau pengaruh dukungan sosial dalam menghadapi kecemasan skripsi yakni dukungan sosial bisa menurunkan kecemasan ataupun hambatan yang dialami mahasiswa, saat membuat skripsi yang merujuk kepada pemberian kenyamanan kepada individu lainnya. Kendala-kendala dalam menyusun skripsi yang dialami mahasiswa yakni ganti judul yang berulang, dosen pembimbing yang sukar dijumpai, metode studi yang tidak cocok, acuan yang sulit diperoleh, menyebabkan mahasiswa merasakan kecemasan.

Berdasarkan hambatan serta cemas yang dihadapi mahasiswa saat membuat skripsi hingga memerlukan pertolongan serta dukungan sosial dari orang lain, yakni orang tua, dosen pembimbing, rekan, ataupun dosen lain agar bisa menurunkan rasa cemas ataupun hambatan yang dialami mahasiswa guna menyelesaikan skripsi (Meliala et al., 2021), maka diperlukannya efikasi diri. Efikasi diri akademik adalah keyakinan individu terhadap data untuk menciptakan sesuatu yang diharap kepada akademik. Orang yang yakin kepada daya dirinya, hendak berupaya terus hingga yang diselesaikan tuntas serta mempunyai capaian di dalam sebuah akademik. Apabila terjadi suatu masalah dalam pencapaian yang diinginkan, individu yang memiliki efikasi diri dalam akademik yang tinggi akan tetap bertahan dan tidak menyerah (Heriyani et al., 2022). Disisi lain, efikasi diri yang mencerminkan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menyelesaikan tugas, berfungsi sebagai mediator dalam hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan (Mao et al., 2020). Ketika mahasiswa merasa didukung oleh lingkungan sosialnya, hal ini meningkatkan kepercayaan diri mereka dalam menangani tugas-tugas akademik, termasuk tugas skripsi. Efikasi diri yang tinggi memungkinkan mahasiswa untuk

menghadapi tantangan dengan lebih efektif, sehingga mengurangi tingkat kecemasan (Mao et al., 2020; Liao, 2023).

Efikasi pada penelitian ini merupakan variabel mediasi, peran mediasi efikasi diri dalam hubungan antara dukungan sosial dan kecemasan terkait skripsi mengungkapkan keterlibatan mekanisme psikologis yang kompleks (Mao et al., 2020). Intervensi yang bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri, seperti pelatihan keterampilan mengatasi masalah, lokakarya manajemen waktu, atau konseling akademik, dapat secara efektif mengurangi kecemasan (Luo et al., 2022). Memperkuat efikasi diri mahasiswa melalui intervensi semacam itu memperkuat efek positif dari dukungan sosial, membantu mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi mereka dengan percaya diri dan mengurangi kecemasan. Selain itu, tujuan variabel efikasi diri dalam akademik sebagai mediasi adalah menjelaskan hubungan antara variabel dukungan sosial dengan variabel kecemasan dalam mengerjakan skripsi.

Dampak efikasi diri dalam konteks dukungan sosial terhadap kecemasan yang dialami selama penyusunan skripsi dapat dipahami melalui analisis multi-tahap. Pada awalnya, dukungan sosial dari berbagai sumber seperti keluarga, teman, atau institusi akademik menawarkan bantuan emosional, motivasi, dan sumber daya yang relevan yang sangat penting untuk tugas-tugas akademik (Mao et al., 2020). Dukungan sosial tidak hanya berdampak langsung pada pengurangan kecemasan, tetapi juga memengaruhi kecemasan melalui peningkatan efikasi diri (Mao et al., 2020).

Hubungan dukungan sosial serta efikasi diri dalam akademik ini diperkuat pula oleh faktor yang mempengaruhi perkembangan efikasi diri dalam akademik satu diantaranya *verbal persuasion* serta *emotional condition*. Perihal itu sejalan bersama macam dukungan sosial yang berwujud *appraisal support* (nasehat), *tangible support* (bantuan berwujud aksi), serta *self esteem support* (dukungan berkaitan perasaannya). Dukungan sosial dapat mempengaruhi efikasi diri dalam akademik karena terdapat hubungan yang kuat antara dukungan sosial bersama efikasi diri dalam akademik. Semakin tinggi dukungan sosial makin tinggi pula efikasi diri dalam akademik yang dipunya. Berkaitan bersama hubungan yang positif signifikan antara dukungan

sosial dengan efikasi diri dalam akademik jika dukungan sosial tinggi maka efikasi dirinya juga tinggi, serta kebalikannya. Hubungan dukungan sosial bersama efikasi diri akademik dapat signifikan karena terdapat parameter dari satu variabel bersama variabel yang berkaitan. Seperti halnya faktor yang mempengaruhi efikasi diri di akademik ada dalam dukungan sosial (Heriyani et al., 2022), maka dukungan sosial akan menumbuhkan rasa penerimaan, penghargaan, dan motivasi di kalangan mahasiswa, membantu mereka dalam menghadapi kompleksitas dan tekanan dalam mengerjakan skripsi, yang pada akhirnya mengurangi tingkat stres dan kecemasan (Mao et al., 2020).

Berdasarkan pengertian di atas menjelaskan bahwa interaksi antara dukungan sosial, efikasi diri, dan kecemasan selama persiapan skripsi menyoroti pentingnya mengatasi faktor psikologis untuk meningkatkan pengalaman akademik mahasiswa. Dengan memahami dan memanfaatkan peran mediasi efikasi diri, intervensi dapat disesuaikan untuk memberdayakan mahasiswa, mengurangi kecemasan, dan mendorong penyelesaian skripsi yang sukses. Pada hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Jayanti et al., (2021) menghasilkan temuan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dalam akademik dengan kecemasan dengan arah hubungan negatif dan kekuatan sedang. Arah hubungan negatif maknanya semakin tinggi efikasi diri dalam akademik yang dimiliki mahasiswa maka semakin rendah kecemasan menuntaskan skripsi yang dihadapi. Sebaliknya, makin rendah efikasi diri dalam akademik yang dimiliki oleh mahasiswa, maka semakin tinggi kecemasan menyelesaikan skripsi yang dihadapi. Efikasi diri dalam akademik ini memperlihatkan kontribusi besarnya 81,1% pada kecemasan menyelesaikan skripsi. Kontribusi yang kuat dari efikasi diri akademik ini diharap bisa membantu mahasiswa mengurangi kecemasan menyelesaikan skripsi. Menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa guna menyelesaikan skripsi akan memungkinkan mereka guna bisa memperlihatkan kinerja yang lebih baik sepanjang skripsi hingga mahasiswa bisa mendapat capaian skripsi yang lebih baik serta menggapai kelulusan studi (Fatmawati et al., 2022).

Penelitian yang dilaksanakan Mufidah (2017) menemukan bahwa terdapat hubungan yang positif antara dukungan sosial dengan resiliensi

melalui mediasi efikasi diri akademik. Dengan adanya dukungan sosial akan meningkatkan kesejahteraan psikologis individu sebab terdapatnya perhatian, munculnya rasa mempunyai, naiknya harga diri dan mempunyai rasa positif tentang diri sendiri (Wijaya et al, 2017). Capaian studi yang dilaksanakan menadapatkan hasil ada hubungan positif efikasi diri akademik serta dukungan sosial orang tua pada penyesuaian diri mahasiswa. Studi lain didapatkan hasil bahwa adanya hubungan positif serta signifikan dukungan sosial serta efikasi diri akademik (Sari et al, 2016). Namun, dalam hasil penelitian Ulfa (2021) menyebutkan dukungan sosial berpengaruh tidak langsung terhadap kecemasan skripsi melalui variabel mediasi efikasi diri akademik.

Berdasarkan latarbelakang diatas maka peneliti bisa merumuskan permasalahan yakni “apakah efikasi diri akademik dapat memediasi pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam penyelesaian skripsi” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan penyelesaian skripsi yang dimediasi oleh efikasi diri akademik. Pada penelitian juga memperhatikan peran mediasi dari efikasi diri akademik. Berdasarkan teori dukungan sosial, dukungan yang diberikan oleh keluarga, teman, dan institusi akademik dapat berfungsi sebagai *buffer* atau pelindung terhadap stres dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi sejauh mana dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi mereka, serta bagaimana efikasi diri akademik, sebagai keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri dalam konteks akademik, berperan dalam memperkuat atau memperlemah pengaruh tersebut. Secara praktis, penelitian ini bertujuan untuk memberikan wawasan yang dapat digunakan oleh lembaga pendidikan tinggi dalam merancang program dukungan dan intervensi yang efektif. Dengan memahami hubungan antara dukungan sosial, efikasi diri akademik, dan kecemasan, universitas dan pihak terkait dapat mengembangkan strategi yang lebih terarah untuk membantu mahasiswa mengatasi kecemasan selama proses penyusunan skripsi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi praktis bagi mahasiswa dan pihak pendukung mereka untuk meningkatkan efikasi diri akademik, sehingga

mereka dapat menyelesaikan skripsi dengan lebih percaya diri dan mengalami tingkat kecemasan yang lebih rendah.

KAJIAN PUSTAKA

Kecemasan

Kecemasan adalah keadaan emosional negatif seseorang yang ditandai oleh kekhawatiran mengenai keadaan di masa depan. Kecemasan biasanya ditandai dengan adanya gejala fisik seperti peningkatan detak jantung, berkeringat, dan sesak nafas (Fitria et al., 2020). Kecemasan ialah kondisinya individu dihalangi peristiwa ataupun kasus yang tengah dialami, hingga peristiwa itu mengakibatkan individu merasakan tertekan, ketakutan serta kecemasan yang berlebih mengakibatkan individu mendapat persoalan guna menuntaskan masalahnya yang sangat penting, persoalan itu menjadi fokus yang butuh tahapan guna menuntaskannya (Habibullah et al., 2019). Sedangkan cemas adalah suatu persoalan di bidang kesehatan jiwa (Rusman et al., 2021). Kecemasan disebabkan kekhawatiran yang tidak pasti dikarenakan rasa takut dan tidak adanya kemampuan. Gejala khusus yang disebabkan oleh keadaan emosi diatas tidak ada. Cemas mempunyai aspek sehat dan aspek membahayakan. Timbulnya aspek tersebut bergantung pada tingkat dan lamanya waktu terjadinya kecemasan yang dialami, serta usaha individu melakukan koping terhadap cemas.

Naragongainey (2019) memberikan pengertian kecemasan merupakan suatu keadaan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, kecemasan membuat keadaan individu terhambat, bahkan individu tersebut tidak dapat berbuat apa-apa. Kecemasan berpusat pada afektif seseorang karena kecemasan dapat diamati melalui diri seseorang perilaku atau sikap. Efek kecemasan terkait dengan gejala karena muncul alami dalam kehidupan sehari-hari atau sebagai proses dinamis dalam diri seseorang. Kecemasan biasanya berasal dari persepsi terhadap peristiwa yang tidak terkendali (*uncontrolled*), sehingga individu akan berfokus pada tindakan yang terkendali (Shin et al., 2019). Ketika individu mengalami kecemasan, seringkali individu merasa mengalami keluhan pada kesehatannya (Yuliadarwati et al., 2020). Namun ketika mereka

telah memeriksakan secara medis, ternyata hasilnya baik-baik saja dan tidak ada gejala medis yang terdeteksi.

Menurut Fitria (2020) kecemasan adalah ketakutan, ketegangan atau rasa gelisah yang berasal dari sumber yang dikenal ataupun tidak dikenali. Kecemasan juga merupakan rasa takut yang muncul karena ada sesuatu yang menekan. Sedangkan kecemasan adalah gangguan mental yang sangat lazim terjadi pada individu. Terkadang kecemasan dapat menyebabkan gangguan mental yang parah pada individu (Garcia et al., 2020).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah perasaan diri individu dalam kekhawatiran, ketegangan, timbul gangguan jantung berdebar, keringat dingin, gangguan tidur dan rasa was-was pada individu dalam suatu situasi karena keadaan yang mengancamnya. Ketika individu mengalami kecemasan yang berlebihan maka individu akan mengalami ketakutan dan rasa was-was dengan hal-hal yang belum jelas bentuk dari objek yang dia takutkan.

Habibullah et al., (2019) menyatakan terdapat beberapa faktor yang menyebabkan adanya kecemasan dalam seminar hasil skripsi:

a) Rasa percaya diri

Percaya diri ialah keyakinan individu pada semua elemen keunggulan yang dipunyai serta kenyataan itu menjadikan merasa bisa mampu guna menggapai beragam tujuan hidup. Orang yang mempunyai kepercayaan diri besar akan menurunkan kecemasan. Kebalikannya bila orang mempunyai kepercayaan diri yang rendah hingga kecemasannya akan naik.

b) Usia

Individu yang memiliki umur lebih muda nyatanya lebih mudah menghadapi gangguan kecemasan dibanding orang yang lebih tua, namun terdapat pula argumen kebalikannya terhitung dimulai ketika lahir hingga ketika berulang tahun. Makin cukup usia, tingkat kematangan serta kekuatan individu akan lebih matang guna berfikir serta bekerja. Sesuai sisi kepercayaan rakyat individu yang lebih di percaya dari individu yang belum cukup tinggi kedewasaannya. Perihal itu selaku akibat dari pengalaman serta kematangan

jiwanya. Usia memperlihatkan ukuran waktu pertumbuhan serta perkembangan orang.

c) Jenis kelamin

Pada faktor jenis kelamin, Perempuan memiliki kecenderungan kecemasan yang lebih karena adanya rasa ketidakmampuan dibandingkan laki-laki. Laki-laki lebih aktif, eksploratif, sedang perempuan lebih sensitif. Studi lainnya memperlihatkan pula laki-laki lebih rileks dibandingkan perempuan.

d) Pemahaman isi skripsi

Pemahaman kandungan skripsi yang sedikit akan berdampak ketika melaksanakan semhas skripsi. Mahasiswa yang kurang paham kandungan skripsinya lazimnya hendak cemas saat hendak melaksanakan semhas atau bisa disebut dengan seminar hasil dalam skripsi. Perasaan cemas itu akan menjadikan mahasiswa gugup, ketakutan serta kurang percaya diri.

e) Hubungan interaksi dosen penguji dengan mahasiswa

Hubungan interaksi ialah satu diantara faktor penyebabnya saat melaksanakan semhas atau bisa disebut seminar hasil dalam skripsi. Kurangnya hubungan interaksi, akan menjadikan mahasiswa ketakutan guna bicara saat ujian proposal, semhas, serta sidang ujian skripsi serta ketika proses bimbingan skripsi.

f) Dukungan sosial

Keadaan lingkungan sekeliling bisa mengakibatkan individu jadi lebih kuat guna menjalani persoalan, contohnya lingkungan pekerjaan ataupun pergaulan yang tidak memberi cerita negatif mengenai efek negatif sebuah persoalan mengakibatkan individu lebih kuat guna mengatasi persoalan, dukungan sosial bisa berwujud pemberian informasi, pemberian bantuan, perilaku ataupun materi, yang didapat melalui hubungan sosial yang akrab membuat individu merasa diperhatikan, dicintai, dan bernilai sehingga mengurangi tingkat kecemasan.

g) Daya kemampuan dalam berkomunikasi

Daya kemampuan dalam berkomunikasi sangat esensial saat kita ada di depan publik. Komunikasi interpersonal yang sukses mengakibatkan terdapat rasa sedang yang bisa mendorong adanya perilaku sikap keterbukaan kedua

individu, kebalikannya jika komunikasi yang terjalin tidak berlangsung secara baik hingga mengakibatkan munculnya rasa tegang yang bisa mengakibatkan ketidaknyamanan saat proses bimbingan skripsi mahasiswa bersama dosen pembimbing skripsi.

h) Pola pikir

Faktor pola berpikir ternyata bisa pula memberi dampak pengaruh dalam kecemasan mahasiswa saat menjalankan semhas skripsi. Pola pikir berdampak sangat kuat kepada emosi yang menimbulkan perilaku yang maladaptif. Bila individu menghadapi rasa serta sikap perilaku yang tidak dikehendaki, penting guna mengidentifikasi pikiran yang mengakibatkan rasa ataupun perilaku serta belajar bagaimana cara menggantikan pikiran itu bersama pemikirannya yang mengacu ke respon yang lebih dikehendaki.

Penelitian Bukit et al., (2022) menyebutkan faktor yang mempengaruhi adanya kecemasan yaitu:

- 1) Berkurangnya perasaan percaya diri pada individu, perasaan percaya diri pada individu yang kurang sebab terdapat rasa tidak bisa kerja pada diri individu
- 2) Berkurangnya terdapatnya fokus ataupun dukungan dari individu terdekat, terdapatnya fokus ataupun dukungan yang kurang dari individu terdekat sebab perihal itu berlangsung dikarenakan mahasiswa perantau yang tinggalnya jauh dari orang tuanya.
- 3) Adanya proses modeling yang terjadi, terdapatnya proses modeling yang berlangsung dikarenakan orang yang meninjau rekannya yang merasakan kecemasan, hingga orang itu turut merasa cemas serta menciptakan orang menjadi cemas juga.

Dukungan Sosial

Menurut Gottlieb, dukungan sosial meliputi pengungkapan ataupun rekomendasi verbal serta non verbal, sumbangan ataupun keintiman sosial, ataupun aksi nyata yang diberi karena kedatangan pendukung yang mempunyai kegunaan emosional ataupun dampak sikap kepada penerima. Dukungan sosial mengarah kepada kenyamanan, perhatian, penghargaan ataupun sumbangan yang diberi pada orang oleh individu lainnya ataupun golongan yang bertujuan

untuk menolong menaikkan kemampuan bertahan pada dampak negatif, serta sesuai pengertian bisa dikonklusikan dukungan sosial ialah dukungan sosial yang homogen. Interpersonal sebuah wujud ketenangan fisik ataupun mental, perhatian, penghargaan ataupun sumbangan (Suseno, 2019).

Pengaruh dukungan sosial pada individu bergantung pada ada tidaknya stres di hidup individu tersebut. Stres biasanya berasal dari individu ataupun dari luar guna menghindarkan kendala fisik serta psikologis. Individu memerlukan dukungan dari orang lain di sekelilingnya untuk menghibur (Angelie, 2023).

Dukungan sosial ialah hubungan interpersonal yang di dalamnya berisi memberi bantuan elemen aspek informasi, perhatian emosi, penilaian beserta bantuan instrumental yang didapat individu lewat interaksi bersama lingkungan, sehingga dukungan sosial membantu individu untuk menuntaskan permasalahannya (Napitupulu, 2020).

Dukungan sosial tidak cuma berwujudkan dukungan moral, melainkan dukungan spiritual serta material. Dukungan sosial mempunyai kegunaan besar untuk orang yang menghadapi permasalahan, utamanya dukungan yang asalnya dari individu lainnya yang mempunyai ikatan emosi amat mendalam, keluarga, sahabat, ataupun individu yang sangat dicinta (Hasan, 2012).

Berdasarkan penguraian studi ini dukungan sosial teman sebaya ialah dorongan, perhatian serta info yang diberi dari individu lainnya yang sebaya secara moral serta spiritual untuk menaikkan intensitas perilaku dalam kondisi tertentu.

Syafitri (2018) membagi dukungan sosial ke 4 dimensi, yakni:

a. Emosional

Dukungan emosional ini meliputi ungkapan empati, kepedulian serta perhatian pada individu yang berkaitan (contohnya: *feedback*, penegasan).

b. Penghargaan

Dukungan penghargaan ini berlangsung melalui pengungkapan hormat (penghargaan) positif untuk orang tersebut, dorongan maju ataupun persetujuan bersama gagasan ataupun rasa individu, serta perbandingan positif individu tersebut bersama individu lainnya.

c. Instrumental

Dukungan instrumental ini meliputi bantuan langsung, misalnya individu yang memberikan peminjaman dana pada individu tersebut ataupun menolong bersama kerjaan di waktu menghadapi stres.

d. Informatif

Dukungan informatif ini mencakup memberi nasehat, petunjuk-petunjuk, saran-saran ataupun *feedback*. Dukungan berita mencakup 2 wujud kata, dukungan informasi, yang memberi berita ataupun mengajarkan keahlian yang bermanfaat guna menuntaskan persoalan serta dukungan penilaian, yang meliputi info guna membantu individu melaksanakan sesuatu, guna penilaian dirinya.

Manfaat memberi dukungan sosial bila individu mendapat dukungan sosial di lokasi bekerja bisa menaikkan produktivitas. Dukungan sosial bisa menaikkan juga serta menjaga kesehatan fisik serta mental, mempergunakan serta mengkomunikasi kesejahteraan, perasaan mempunyai, kesadaran diri, menaikkan harga diri, serta menurunkan stres. Sosialisasi sebagai komunikasi verbal serta non verbal antara penerimaan serta dukungan yang bisa menurunkan ketidak pastian mengenai keadaan, diri sendiri, individu lainnya ataupun hubungan, serta bisa menaikkan pengontrolan diri pada pengalaman hidup. Dukungan sosial ialah kedatangan, kemauan, perhatian individu yang bisa kita andalkan, nilai, serta pertanyaan. Dukungan sosial ini yaitu kenyamanan pada fisik serta mental yang kita peroleh dari bantuan keluarga serta rekan (Baptista, 2022).

Dukungan sosial mengarah kepada kegunaan yang di dapat individu dari hubungan bersama individu lainnya. Individu yang mengembangkan dekatan yang dipunyai bersama individu lainnya, contohnya keluarga dekat ataupun sahabat bahkan teman, dengan adanya dukungan dari mereka akan menaikkan daya kemampuan guna menuntaskan persoalan sehari-hari. Tidak terdapat keraguan karena keluarga ialah salah satu diantara lingkungan sosial yang sangat diperlukan guna pengembangan pribadi (Rusydiyah, 2016).

Efikasi Diri Akademik

Efikasi diri akademik yang lebih dikenal bersama keyakinan individu kepada daya kemampuan yang dipunya pada dirinya yang akan memainkan peranan penting dalam cara berpikir, serta bertindak selaras dengan perasaan individu itu di suatu akademik. Efikasi diri akademik menetapkan pola tujuan hidup tiap individu pada bidang akademik. Efikasi diri akademik merupakan daya kemampuan individu ataupun keyakinan guna mengontrol perilaku individu di akademik. Efikasi diri akademik bisa juga digunakan individu untuk membuat strategi guna menggapai tujuan hidup di dalam sebuah akademik (Pramesta, 2021).

Ketidak konsistenan diri akademik akan berpotensi menjadi orang yang tidak percaya diri. Kepercayaan diri akan muncul apabila individu memiliki keyakinan penuh pada dirinya. Individu akan melalui setiap persoalan yang akan dialami ketika menggapai tujuannya. Keyakinan yang terdapat didirinya menjadikan orang bangkit dari kegagalan. Kegagalan bukan berarti individu harus pesimis melainkan harus percaya terhadap kemampuannya (Nuzulia, 2010).

Self efficacy academic menurut Lubis (2018) merupakan keyakinan seseorang mengenai sejauh mana ia mampu mengerjakan tugas, mencapai tujuan, dan merencanakan tindakan untuk mencapai suatu goal dalam sebuah akademik. Menurut Lastary & Rahayu (2018) *self efficacy academic* adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dalam mengorganisasikan dan melaksanakan serangkaian tindakan dalam sebuah akademik. Untuk mencapai tujuan yang dikehendaki. Dengan adanya keyakinan diri dalam akademik yang tinggi akan mudah mahasiswa untuk bisa menyelesaikan tugas yang menjadi tanggung jawabnya. Sebaliknya mahasiswa yang memiliki keyakinan diri rendah, akan sulit untuk menyelesaikan suatu masalah ataupun tugas yang ada.

Efisiensi akademis adalah faktor penting yang mempengaruhi kesuksesan akademis dan pencapaian individu. Ini mengacu pada keyakinan seseorang dalam kemampuan mereka untuk mencapai tugas dan tujuan akademik. (Hayat et al., 2020). Penelitian telah menunjukkan bahwa efisiensi akademis secara positif terkait dengan emosi yang terkait dengan pembelajaran, strategi

pembelajaran metakognitif, dan pada akhirnya kinerja akademis (Hayat et al., 2020). Kepercayaan dalam kemampuan seseorang berfungsi sebagai kekuatan pendorong bagi individu untuk meningkatkan independensi dan keahlian mereka di bidang masing-masing (Hayat et al., 2020). Selain itu, efisiensi akademis memainkan peran yang signifikan dalam memperkuat motivasi dan tekad individu, yang mengarah pada keunggulan dalam pencarian akademis mereka (Hayat et al., 2020).

Bagi siswa yang melakukan tugas menyelesaikan tesis, efisiensi akademis sangat penting. Proses membuat tesis biasanya dimulai dengan mengumpulkan data yang terkait dengan masalah penelitian yang dipilih, menekankan pentingnya kejelasan dalam menentukan subjek penelitian untuk memastikan validitas data yang dikumpulkan (Hayat et al., 2020). Ini bukan hanya tentang mengikat kata-kata tetapi juga melibatkan secara aktif mencari informasi yang relevan dengan masalah penelitian yang sedang diselidiki. (Hayat et al., 2020). Ketika memulai usaha akademis seperti menulis tesis, sangat penting bagi individu untuk memiliki akses ke berbagai jurnal dan buku yang membahas masalah yang akan dibahas dalam studi penelitian (Hayat et al., 2020).

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Penyelesaian Skripsi

Kecemasan merupakan emosi tanpa objek yang spesifik yang dapat dialami oleh semua orang dalam situasi-situasi tertentu. Kecemasan juga merupakan ketakutan yang menyebar dan tidak jelas terkait dengan perasaan tidak yakin, tidak berdaya, perasaan terisolasi, keterasingan, dan keresahan. Individu yang mengalami kecemasan merasakan bahwa kepribadiannya terancam. Maka mahasiswa membutuhkan dukungan sosial bisa berupa pemberian informasi, bantuan perilaku, atau materi yang di peroleh dari hubungan sosial akrab yang bisa menjadikan orang merasakan diperhatikan, bernilai serta di cintai hingga bisa menimbulkan keyakinan terhadap daya kemampuan yang di punyai yang akan menentukan upaya yang di keluarkan mahasiswa saat mengalami kesukaran guna menuntaskan skripsinya serta menggapai sasaran goal (Asmariyah et al., 2021).

Individu dengan dukungan sosial yang baik cenderung menggarap sebuah tugas menjadi mudah, sekalipun tugas itu ialah tugas yang sukar (Setyowati et al., 2022) dukungan sosial yang cenderung tinggi dari orang tua, saudara, keluarga, sahabat, teman, komunitas, organisasi atau orang lain bisa diperoleh dengan mendapat perhatian, pertolongan, penghargaan atau penerimaan dalam bentuk lain yang bersumber dari orang yang memiliki hubungan sosial dekat dengan individu. Hal ini memiliki tujuan untuk membantu individu saat menghadapi kesukaran saat belajar (Adicondro et al, 2011).

Dukungan sosial bisa dimaknai sebagai rasa diperhatikan, dicintai, dihargai, serta diasumsikan penting oleh individu di sekelilingnya. Dukungan sosial juga bisa memberi efek positif untuk individu misalnya kepuasan hidup, motivasi, prestasi akademik, penyesuaian serta konsep diri yang baik, serta kemampuan saat beradaptasi dan bersosialisasi di dalam lingkungan. Perihal itu bisa membantu orang mempunyai kesehatan secara psikologis. Kecemasan timbul dimana adanya suatu hambatan yang dianggap menakutkan (Gungor, 2019).

Hambatan-hambatan yang dialami oleh mahasiswa dapat dipandang sebagai ancaman yang diyakini akan menghambat penyelesaian skripsi terhadap individu yang tidak memperoleh dukungan sosial khususnya pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial sangat penting dalam hal untuk mereduksi kecemasan yang ada dalam individu. Termasuk ketika menyelesaikan skripsi mahasiswa membutuhkan dukungan sosial, seperti bantuan dari keluarga, ataupun teman. Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya ketika menyelesaikan tugas akhir (Lestari & Wulandari, 2021).

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Akademik

Skripsi menjadi salah satu permasalahan yang biasanya dihadapi mahasiswa. Terdapat dua faktor pendukung dalam penyelesaian skripsi yakni faktor *intern* dan *ekstern*. Salah satu faktor pendukung bagi individu yang sedang menyusun skripsi karena adanya pengaruh faktor *intern* yaitu efikasi diri dalam akademik mahasiswa terhadap kemampuan dalam menyelesaikan skripsinya (Asmarani, 2021). Efikasi diri akademik merupakan suatu

keyakinan yang dimiliki seseorang tentang apa yang mampu dilakukannya dalam sebuah akademik (Lidiawati et al., 2021).

Adanya pengaruh dukungan sosial pada efikasi diri akademik mahasiswa tingkatan akhir yang tengah menyelesaikan skripsi di Fakultas Seni dan Desain UNM. Mahasiswa yang mempunyai dukungan sosial yang tinggi hendak mempunyai efikasi diri dalam akademik yang baik hingga akan berefekbagus dalam proses pengerjaan tugas akhir. Capaian studi memperlihatkan orang yang mempunyai dukungan sosial tinggi, akan cenderung mempunyai efikasi diri di akademik yang tinggi (Jaya et al., 2023).

Adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan efikasi diri akademik. Semakin tinggi dukungan sosialnya maka semakin tinggi juga efikasi diri akademik yang dimiliki. Berkaitan dengan hubungan positif signifikan antar dukungan sosial dengan efikasi diri akademik jika dukungan sosialnya tinggi maka tinggi juga efikasinya, begitu sebaliknya (Heriyani et al., 2022). Dukungan sosial ialah informasi serta *feedback* dari orang lain yang memperlihatkan orang dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dikaitkan di jaringan komunikasi serta keharusan yang timbal balik. Dukungan sosial mempunyai kegunaan emosional ataupun efek perilaku guna penerima, hingga bisa membantu orang untuk menuntaskan permasalahannya (King, 2018).

Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi

Kecemasan pada mahasiswa saat menyelesaikan skripsi dapat timbul karena efikasi diri akademik yang rendah. Mahasiswa dengan efikasi diri akademik rendah karena melihat pengalaman sulit sebagai ancaman dan memikirkan kemungkinan kegagalan. Hal ini juga meningkatkan kecemasan (Shofiah et al., 2015). Efikasi diri akademik berdampak pada variabel kecemasan presentasi. Skor koefisien berpengaruh terhadap efikasi diri akademik pada kecemasan memperlihatkan skor yang berarah negatif. Perihal itu dapat dimaknai dengan semakin tinggi efikasi diri dalam akademik maka makin rendah kecemasan begitu sebaliknya (Jendra et al., 2020).

Efikasi diri individu akademik berdampak kepada tingkatan kecemasan. Memiliki efikasi diri akademik yang tinggi membuat individu lebih mampu

menahan ataupun menoleransikan perasaan sakit, stres, serta keadaan yang mengakibatkan ketegangan ataupun kecemasan dibandingkan saat orang mempunyai efikasi diri akademik rendah. Berdasarkan perihal itu, bisa disimpulkan bahwa mahasiswa yang tingkatan efikasi diri akademiknya rendah akan memperlihatkan kecemasan kepada tingkat yang lebih tinggi saat dihadapkan dengan keadaan yang memunculkan ketegangan ataupun kecemasan, misalnya ketika menyelesaikan skripsi (Safaria et al., 2019).

Terdapat hubungan bermakna antara efikasi diri akademik dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Efikasi diri akademik yang tinggi membuat mahasiswa memiliki kepercayaan diri akademik yang tinggi sehingga merasa siap dalam menyelesaikan skripsi yang dampaknya tidak mengalami kecemasan ataupun hanya mengalami kecemasan ringan, kebalikannya efikasi diri akademik yang rendah membuat mahasiswa tidak percaya diri sehingga dampaknya mengalami kecemasan sedang dan berat dalam sebuah akademik (Ruswadi et al., 2022).

Penelitian lain oleh Fatmawati & Laksmiwati (2022) yang dilaksanakan bersama subjek mahasiswa jurusan X di satu diantara Universitas di Surabaya, menunjukkan hasil yakni ada hubungan yang sangat signifikan dengan arah hubungan negatif antara efikasi diri akademik dengan kecemasan menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Arah hubungan negatif maknanya semakin tinggi efikasi diri akademik yang dipunyai mahasiswa maka semakin rendah kecemasan menyelesaikan skripsi yang dihadapi. Kebalikannya, semakin rendah efikasi diri akademik yang dipunyai mahasiswa, maka makin tinggi kecemasan menyelesaikan skripsi yang dihadapi. Partisipasi yang kuat dari efikasi diri akademik diharap bisa membantu mahasiswa mengurangi kecemasan menyelesaikan skripsi. Menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi akan memungkinkan mereka agar dapat memperlihatkan kinerja yang lebih baik selama skripsi hingga mahasiswa bisa mendapat capaian skripsi yang lebih baik serta menggapai kelulusan.

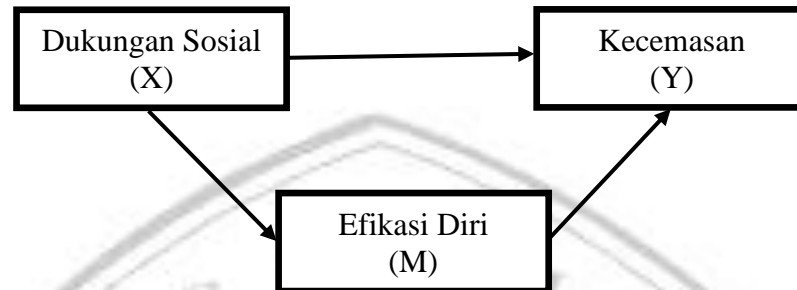
Efikasi Diri Akademik Sebagai Mediator Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Mahasiswa dalam Menyelesaikan Skripsi

Efikasi diri akademik yang positif adalah keyakinan atas kompetensi diri dalam sebuah akademik. Efikasi diri akademik merupakan keyakinan seseorang untuk mengendalikan kemampuan dirinya sendiri yang diwujudkan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya di dalam sebuah akademik (Ningsih et al., 2020). Efikasi diri akademik juga penting bagi mahasiswa penyusun tugas akhir atau skripsi (Saraswati et al., 2021). Mahasiswa sering kali merasa kecemasan saat mengerjakan tugas akhir skripsi. Mahasiswa yang menghadapi kecemasan saat mengerjakan skripsi akan cenderung minder, gugup, takut, bahkan saat kecemasan dirasa dengan mendalam akan menjadikan mahasiswa tertekan. Terdapat harapan besar akan kesuksesan mahasiswa untuk menuntaskan skripsi serta tuntutan untuk menyelaraskan bersama kriteria yang diperoleh lembaga pendidikan. Pada kondisi ini mahasiswa memerlukan dukungan sosial dari beragam pihak contohnya orang tua. Faktor yang mempengaruhi kecemasan satu diantaranya ialah dukungan sosial kurang. Sedang kegunaan dukungan sosial ialah mereduksikan kecemasan, depresi serta gejala-gejala bagi tubuh mengalami stres (Lestari et al., 2021).

Sari & Khoirunnisa (2022) menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara efikasi diri akademik dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi tingkatan efikasi diri akademik maka akan makin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, apabila tingkatan efikasi diri akademik rendah maka akan makin tinggi kecemasan dalam menyelesaikan skripsi yang dimiliki. Efikasi diri akademik yang tinggi, akan menjadikan individu merasakan yakin serta percaya diri atas kemampuan yang di punyainya guna sukses di akademiknya. Tetapi, bila individu mempunyai efikasi diri akademik yang rendah, maka mereka akan menghadapi permasalahan saat ikut ujian, mahasiswa akan merasakan khawatir, takut serta tertekan terhadap kegagalan. Keadaan itu yang kelak akan memperlambat kesuksesan murid dalam akademiknya. Efikasi diri akademik merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil positif dalam sebuah akademik. Individu yang memiliki efikasi diri akademik rendah cenderung tidak mau

berusaha belajar karena percaya bahwa belajar tidak dapat membantu dirinya dalam menyelesaikan tantangan. Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri dalam akademik tinggi cenderung menyukai tantangan (Fitasari et al., 2019).

Kerangka Berpikir



Bagan 1. Kerangka Berpikir

Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian ini adalah efikasi diri akademik berperan sebagai mediator pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dan pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian serta analisis yang bersifat statistik dengan tujuan menguji hipotesis yang telah ditetapkan. Penelitian dengan pendekatan kuantitatif menekankan hasil temuan-temuan baru yang dapat dicapai (diperoleh) dengan menggunakan prosedur-prosedur secara statistik atau cara lainnya dari suatu kuantifikasi (pengukuran) (Ali, 2022). Penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif lebih memusatkan perhatian pada beberapa gejala yang mempunyai karakteristik tertentu di dalam kehidupan manusia, yaitu variabel. Dalam pendekatan kuantitatif, hakikat hubungan di antara variabel-variabel selanjutnya akan dianalisis dengan alat uji statistik serta menggunakan teori yang objektif. Penelitian kuantitatif eksperimen ini bertujuan untuk menyebutkan apakah terdapat suatu pengaruh terhadap subjek penelitian, dalam hal ini yakni melihat pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan

pada mahasiswa saat penyelesaian skripsi dimediasi oleh efikasi diri akademik (Mannassai et al., 2021).

Subjek Penelitian

Subjek pada penelitian ini adalah mahasiswa semester akhir yang sedang menyelesaikan skripsi di Fakultas Ilmu Kesehatan UMM sebanyak 514 orang mahasiswa. Pengambilan sampel menggunakan rumus slovin dengan batas toleransi kesalahan yang digunakan adalah 0.05 maka didapatkan jumlah sampel yang diperlukan sebanyak 225 orang mahasiswa yang sedang menyelesaikan skripsi. Subjek ditetapkan mempergunakan teknik *Non probability sampling*. *Non probability sampling* ialah teknik yang tidak memberi kesempatannya yang sepadan bagi setiap unsur ataupun anggota populasi untuk ditetapkan menjadi sampel. Profil subjek dapat dilihat pada tabel 1:

Tabel 1. Demografis Subjek

Karakteristik Subjek	Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	105	47%
Perempuan	120	53%
Usia		
20-21	114	50%
22-23	111	50%
Jurusan/Fakultas		
Farmasi/Fikes	106	47,2%
Fisioterapi/Fikes	46	20,4%
Keperawatan/Fikes	73	32,4%
Total	225	100%

Instrumen Penelitian

Variabel dependen (Y) dalam penelitian ini adalah kecemasan. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan menggunakan skala *Taylor Minnesota Anxiety Scale* (TMAS) yang dikembangkan oleh Setyanto, et.al (2023) didasarkan pada skala *Taylor Minnesota Anxiety Scale* (TMAS) milik Taylor (1953). Skala TMAS terdiri dari 50 item yang tersusun dari aspek fisiologis, kognitif, dan afektif. Skala ini dibuat dalam format skala *likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu mulai dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Contoh item

(Saya merasakan sulit guna berkonsentrasi terhadap sebuah perihal). Skoring skala TMAS bergerak mulai dari 1 hingga 5. Semakin tinggi nilai yang didapat bermakna makin tinggi kecemasan yang dipunya orang. Hasil tes reliabilitas yang dilaksanakan Setyanto, et.al (2023) memperoleh nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,912.

Variabel independen (X) dalam penelitian ini adalah dukungan sosial. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur dukungan sosial menggunakan Skala Dukungan Sosial yang Dirasakan/*Scale of Perceived Social Support (MSPSS)* yang dirancarng oleh Kaur dan Beri (2019) didasarkan pada konstruksi asli MSPSS oleh (Zimet et al, 1988). Skala MSPSS terdiri dari 12 item yang tersusun dari aspek dukungan keluarga, dukungan teman, dan dukungan orang terdekat. Skala ini dibuat dalam format skala *likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu mulai dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Contoh item (Saya mendapatkan bantuan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga). Skala MSPSS versi India ini telah di adaptasi dan di terjemahkan ke dalam bahasa Indonesia. Skoring skala MSPSS bergerak mulai dari 1 hingga 5. Semakin tinggi nilai yang didapat berarti semakin tinggi dukungan sosial yang dipunyai oleh individu. Hasil tes reliabilitas yang dilaksanakan oleh Kaur dan Beri (2019) menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,920.

Variabel mediator (M) dalam penelitian ini adalah efikasi diri akademik. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur efikasi diri akademik menggunakan Skala Efikasi Diri Akademik/*Academic Self-Efficacy Scale (ASES)* yang dikembangkan Fitriani dan Nurmala (2021) didasarkan pada dimensi yang dikemukakan oleh Bandura (1995). Skala ASES terdiri dari 14 item yang tersusun dari dimensi tingkat, kekuatan dan keluasan. Skala ini dibuat dalam format skala *likert* dengan lima alternatif jawaban, yaitu mulai dari Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Netral (N), Tidak Setuju (TS) dan Sangat Tidak Setuju (STS). Contoh item (Saya dapat tenang menghadapi tugas yang sulit). Skoring skala ASES bergerak mulai dari 1 hingga 5. Semakin tinggi nilai yang didapat berarti makin tinggi efikasi diri akademik yang dipunyai oleh individu. Hasil

tes reliabilitas yang dilaksanakan oleh Fitriani dan Nurmala (2021) menunjukkan bahwa nilai *Cronbach's alpha* sebesar 0,902.

Prosedur Penelitian

Prosedur studi diawali dari tahapan persiapan, yakni menyiapkan alat ukur yang digunakan di dalam studi penelitian ini. Tahap selanjutnya peneliti melaksanakan pengujian coba alat ukur ataupun skala di mahasiswa S1 yang sedang menyelesaikan skripsi sebanyak 50 mahasiswa, dengan menggunakan alat ukur terjemahan bahasa Indonesia. Pada skala *Taylor Minnesota Anxiety Scale* (TMAS) diperoleh *cronbach alpha* sebesar 0.985. Skala MSPSS (*Scale of Perceived Social Support*) diperoleh *cronbach alpha* sebesar 0.912. Pada skala *Academic Self-Efficacy Scale* (ASES) diperoleh *cronbach alpha* sebesar 0.916 secara online.

Selanjutnya peneliti mengajukan surat ijin penelitian untuk mengambil data. Setelah peneliti menyebarkan skala penelitian dilanjut dengan rekapitulasi data dalam bentuk excel untuk mempermudah analisis data. Dilanjutkan dengan analisis data menggunakan software SPSS.

Analisis Data

Penganalisisan data yang digunakan di dalam studipenelitian ini yakni analisis *mediated regression*. Metode yang digunakan untuk mengukur signifikansi antar variabel dengan memberikan peran mediator sebagai efek tidak langsung yang signifikan secara *statistic* dan *praktis* (Hayes et al., 2014). Terdapat beberapa tahapan yang digunakan peneliti untuk menjawab hipotesis penelitian. Tahap pertama dengan melakukan analisis pengaruh variabel dukungan sosial (X) dengan variabel kecemasan (Y). dilanjutkan tahap kedua dengan menganalisis hubungan tidak langsung antara variabel dukungan sosial (X) dengan variabel kecemasan (Y) dengan mediator yaitu variabel efikasi diri akademik (M).

HASIL PENELITIAN

Uji Asumsi Klasik

Uji asumsi klasik pada penelitian ini dilakukan sebelum uji hipotesis. Hasil dari uji asumsi klasik berguna untuk memenuhi uji *parametric*. Pada penelitian ini diperoleh uji normalitas *Kolmogorov semirnov* sebesar 0.2 ($p > 0.05$). hasil

tersebut menunjukkan bahwa data penelitian terdistribusi normal. Dilanjutkan dengan uji multikolinieritas diperoleh nilai *tolerance* sebesar 0.563 (>0.10) dan nilai VIF sebesar 1.775 (<10.00). Dari nilai *tolerance* dan VIF dapat diartikan bahwa data tidak mengalami gejala multikolinieritas.

Deskripsi Variabel Penelitian

Pada penelitian ini memperoleh 225 jawaban. Deskripsi variabel menunjukkan nilai skor minimal, maksimal, mean empirik, mean hipotetik, dan standar deviasi sebagai berikut:

Tabel 2 Deskripsi Variabel Penelitian

Variabel	N	Min	Max	Mean	Mh	SD
Dukungan Sosial (X)	225	12	60	45.76	36	4.54
Kecemasan (Y)	225	50	250	178.96	150	26.40
Efikasi Diri Akademik (M)	225	14	70	54.73	42	5.92

Tabel 2 menunjukkan nilai mean dan standar deviasi pada tiap variabel. Pada variabel dukungan sosial diperoleh nilai (Mean = 45.76) artinya dukungan sosial yang dimiliki subjek cenderung tinggi. Selanjutnya pada variabel kecemasan diperoleh nilai (Mean = 178.96) yang artinya kecemasan subjek cenderung sedang. Pada variabel efikasi diri akademik diperoleh nilai (Mean = 54.73) artinya efikasi diri dalam akademik subjek cenderung tinggi. Untuk mengetahui kategori subjek dan persentase pada tiap variabel sebagai berikut :

Tabel 3. Berdasarkan Variabel Penelitian

Variabel	Rendah		Sedang		Tinggi		Interval
	f	%	F	%	F	%	
Dukungan Sosial (X)	0	0%	74	32.9%	151	67.1%	T > 44 S 28 -43.5 R < 27.5
Kecemasan (Y)	0	0%	139	61.8%	86	38.2%	T 183 S 116 -182.5 R < 115.5
Efikasi Diri Akademik (M)	0	0%	52	23.1%	173	76.9%	T > 51 S 32-50.5 R < 31.5

Keterangan: T= Tinggi, S= Sedang, R= Rendah, f= Frekuensi

Tabel 3 menjelaskan bahwa pada masing-masing variabel masuk dalam kategori yang berbeda-beda. Pada variabel dukungan sosial subjek cenderung memiliki dukungan sosial tinggi yaitu sebanyak 151 (67.1%). Variabel kecemasan subjek memiliki kecenderungan sedang yaitu sebanyak 139 (61.8%). Dan pada variabel efikasi diri akademik subjek cenderung tinggi yaitu sebanyak 173 (76.9%).

Uji Korelasi

Uji Korelasi digunakan untuk memperoleh gambaran awal hubungan antar variabel pada penelitian ini. Hasil uji tersebut memperoleh nilai korelasi antar variabel sebagai berikut :

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi (N = 225)

Variabel	X	Y	M
Dukungan Sosial (X)	1		
Kecemasan Sosial (Y)	-.662	1	
Efikasi Diri Akademik (M)	.660	-.654	1

Tabel 4 diatas menjelaskan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan dengan $r = -.662$ ($p = 0.000$). Selanjutnya dukungan sosial memiliki hubungan positif yang signifikan dengan efikasi diri akademik dengan $r = .660$ ($p = 0.000$). Dan efikasi diri dalam akademik memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kecemasan dengan $r = .654$ ($p = 0.000$). Uraian sebelumnya memberikan penjelasan bahwa masing-masing variabel memiliki hubungan yang signifikan.

Uji Hipotesis

Hasil analisis jalur akan digunakan untuk melihat pengaruh antar variabel dengan melihat taraf signifikansi antar variabel, serta hubungan antar variabel. Untuk melihat pengaruh antar variabel dapat dilihat dari besarnya nilai *Adjusted R Square* (r^2) dengan cara menghitung besarnya Koefisien Determinasi (KD) menggunakan rumus $KD = r^2 \times 100\%$. Sedangkan untuk melihat taraf signifikansi antar variabel digunakan Sig penelitian, jika Sig penelitian lebih kecil dari 0,05 ($Sig \leq 0,05$), maka dinyatakan terdapat pengaruh signifikan antar variabel. Jika nilai Sig penelitian lebih besar dari nilai 0,05 ($Sig \geq 0,05$), maka dinyatakan pengaruh antar variabel tidak signifikan. Apabila nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} > t_{tabel}$) maka pengaruh antar variabel adalah signifikan. Sebaliknya jika nilai

t_{hitung} lebih kecil dari t_{tabel} ($t_{hitung} < t_{tabel}$) maka pengaruh antar variabel adalah tidak signifikan.

Koefisien Jalur Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Akademik

Uji Hipotesis Model 1

Tabel 5. Hasil Hipotesis Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Akademik

		Coefficients^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	T	Sig.
1	(Constant)	1,093	,215		5,080	,000
	Dukungan Sosial	,739	,056	,661	13,149	,000

a. Dependent Variable: Self Efficacy Academic

Sumber: Data diolah, 2024

Berdasarkan hasil perhitungan statistik pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel efikasi diri akademik menunjukkan t-hitung sebesar 13.149, nilai *P-Value* sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar 0.739. Hasil uji t menggambarkan bahwa t-hitung lebih besar dari pada t-tabel ($13.149 > 1.9707$). Berdasarkan *P-Value*, hasil perhitungan menunjukkan bahwa *P-Value* lebih kecil dari signifikan (0,000). Hasil ini dapat dijelaskan bahwa nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel dan nilai *P-Value* lebih kecil dari nilai signifikan. Nilai koefisien jalur (beta) memiliki angka positif, maka hasilnya adalah signifikan dan positif. Hal ini menunjukkan bahwa variabel efikasi diri akademik dapat dijelaskan secara langsung atau variabel dukungan sosial berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel efikasi diri akademik, sehingga hipotesis 2 (H2) dapat di katakan diterima.

Koefisien Jalur Pengaruh Dukungan Sosial Dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan

Uji Hipotesis Model 2

Tabel 6. Hasil Hipotesis Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan

Model	Coefficients ^a						Collinearity Statistics	
	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.	Tolerance	VIF
	B	Std. Error	Beta					
1 (Constant)	7,621	,262			29,095	,000		
Dukungan Sosial	-,568	,086	-,407		-6,585	,000	,563	1,775
Self Efficasy	-,480	,077	-,385		-6,221	,000	,563	1,775

a. Dependent Variable: Kecemasan

Sumber: Data diolah, 2024

Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan

Berdasarkan hasil perhitungan statistik pengaruh variabel dukungan sosial terhadap variabel kecemasan menunjukkan t-hitung sebesar -6,585, nilai *P-Value* sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar -0.568. Hasil uji t menggambarkan bahwa t-hitung lebih kecil dari pada t-tabel ($-6,585 < 1.9707$). Berdasarkan *P-Value*, hasil perhitungan menunjukkan bahwa *P-Value* lebih kecil dari signifikan (0,000). Hasil ini dapat dijelaskan bahwa nilai t-hitung lebih kecil dari t-tabel dan nilai *P-Value* lebih kecil dari nilai signifikan. Nilai koefisien jalur (beta) memiliki angka negatif, maka hasilnya adalah signifikan dan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan dapat dijelaskan secara langsung atau variabel dukungan sosial berpengaruh negatif dan signifikan terhadap variabel kecemasan, sehingga hipotesis 1 (H1) dapat dikatakan diterima.

Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan

Berdasarkan hasil perhitungan statistik pengaruh variabel efikasi diri akademik terhadap variabel kecemasan menunjukkan t-hitung sebesar -6,221, nilai *P-Value* sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar -0.480. Hasil uji t menggambarkan bahwa t-hitung lebih kecil dari pada t-tabel ($-6,221 < 1.9707$). Berdasarkan *P-Value*, hasil perhitungan menunjukkan bahwa *P-Value* lebih kecil dari signifikan (0,000). Hasil ini dapat dijelaskan bahwa nilai t-hitung

lebih kecil dari t-tabel dan nilai P-Value lebih kecil dari nilai signifikan. Nilai koefisien jalur (beta) memiliki angka negatif, maka hasilnya adalah signifikan dan negatif. Hal ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan dapat dijelaskan secara langsung atau variabel efikasi diri berpengaruh negatif dan signifikan terhadap variabel kecemasan, sehingga hipotesis 3 (H3) dapat di katakan diterima.

Koefisien Jalur Pengaruh Variabel Dukungan Sosial terhadap Kecemasan melalui mediasi Efikasi Diri Akademik

Hasil uji sobel pengaruh variabel dukungan sosial terhadap Variabel kecemasan melalui efikasi diri akademik disajikan sebagai berikut:

$$Z = \frac{a \times b}{\sqrt{(b^2 \times SE_a^2) + (a^2 \times SE_b^2)}}$$

$$Z = \frac{0,739 \times (-0,480)}{\sqrt{(-0,480^2 \times 0,056^2) + (0,739^2 \times 0,077^2)}}$$

$$Z = \frac{-0,3547}{\sqrt{(0,2304 \times 0,0031) + (0,5461 \times 0,0059)}}$$

$$Z = \frac{-0,3547}{\sqrt{0,0007 + 0,0033}}$$

$$Z = \frac{-0,3547}{\sqrt{0,0040}}$$

$$Z = \frac{-0,3547}{0,0629}$$

$$Z = -5,6365$$

Berdasarkan hasil uji sobel menunjukan bahwa nilai sobel statistic sebesar - 5,6365 atau lebih kecil dari nilai t tabel (-5,6365 < 1.9707) atau dapat diketahui bahwa terdapat pengaruh negatif dan signifikan dukungan sosial terhadap kecemasan melalui efikasi diri akademik. Maka dapat disimpulkan bahwa efikasi diri akademik dapat menjadi variabel intervening untuk pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Penyelesaian Skripsi

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa pengaruh variabel dukungan sosial terhadap kecemasan mempunyai t-hitung sebesar -6,585, nilai *P-Value* sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar -0.568. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima, yaitu dukungan sosial berpengaruh negative signifikan terhadap kecemasan.

Kecemasan merupakan emosi tanpa objek yang spesifik yang dapat dialami oleh semua orang dalam situasi-situasi tertentu. Kecemasan juga merupakan ketakutan yang menyebar dan tidak jelas terkait dengan perasaan tidak yakin, tidak berdaya, perasaan terisolasi, keterasingan, dan keresahan. Individu yang mengalami kecemasan merasakan bahwa kepribadiannya terancam. Oleh sebab itu mahasiswa memerlukan dukungan sosial dapat berupa pemberian informasi, bantuan tingkah laku, ataupun materi yang di dapat dari hubungan sosial akrab yang dapat membuat individu merasa diperhatikan, bernilai dan dicintai sehingga dapat memunculkan keyakinan akan kemampuan yang dimiliki yang akan menentukan besar kecilnya usaha yang akan dikerahkan seorang mahasiswa ketika menghadapi kesulitan untuk menyelesaikan skripsinya dan mencapai target goal Asmariyah, Novianti, dan Suriyati (2021).

Individu yang memiliki dukungan sosial yang baik cenderung mengerjakan suatu tugas tertentu, sekalipun tugas-tugas tersebut merupakan tugas yang sulit. Setyowati & Indrawati (2022) dukungan sosial yang cenderung tinggi dari orang tua, saudara, keluarga, sahabat, teman, komunitas, organisasi atau orang lain dapat disebabkan karena individu memperoleh perhatian, pertolongan, penghargaan atau penerimaan dalam bentuk lain yang bersumber dari orang yang memiliki hubungan sosial dekat dengan individu. Hal ini memiliki tujuan untuk membantu individu saat mengalami kesulitan dalam belajar. Pemenuhan kebutuhan fasilitas belajar yang mendukung kegiatan individu dan adanya pujian apabila individu yang bersangkutan memperoleh prestasi (Adicondro & Purnamasari, 2011).

Menurut Gungor (2019) dukungan sosial dapat didefinisikan sebagai suatu persepsi yang dimiliki individu mengenai perasaan diperhatikan, dicintai, dihargai, dan dianggap penting oleh orang-orang di sekitarnya. Dukungan sosial

juga mampu memberikan dampak positif bagi individu seperti kepuasan hidup, motivasi, prestasi akademik, penyesuaian dan konsep diri yang baik, serta kemampuan dalam beradaptasi dan bersosialisasi dalam lingkungan, hal tersebut dapat membantu individu memiliki kesehatan secara psikologis. Kecemasan timbul dimana timbulnya suatu hambatan yang dianggap menakutkan.

Hambatan-hambatan yang dialami oleh mahasiswa dapat dipandang sebagai ancaman yang diyakini akan menghambat penyelesaian skripsi terhadap individu yang tidak memperoleh dukungan sosial khususnya pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi. Dukungan sosial sangat penting dalam hal untuk mereduksi kecemasan yang ada dalam individu. Termasuk ketika menyelesaikan skripsi mahasiswa membutuhkan dukungan sosial, seperti bantuan dari keluarga, ataupun teman. Hal tersebut dikarenakan dukungan sosial dapat mengurangi kecemasan pada mahasiswa tingkat akhir, khususnya ketika menyelesaikan tugas akhir (Lestari & Wulandari, 2021).

Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Efikasi Diri Akademik

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa pengaruh variabel dukungan sosial terhadap efikasi diri akademik mempunyai t-hitung sebesar 13.149, nilai P-Value sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar 0.739. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H1 diterima, yaitu dukungan sosial berpengaruh positif signifikan terhadap efikasi diri akademik.

Skripsi menjadi salah satu permasalahan yang biasanya dihadapi mahasiswa. Terdapat dua faktor pendukung dalam penyelesaian skripsi yakni faktor *intern* dan *ekstern*. Salah satu faktor pendukung bagi individu yang sedang menyusun skripsi karena adanya pengaruh faktor *intern* yaitu efikasi diri akademik mahasiswa terhadap kemampuan dalam menyelesaikan skripsinya (Asmarani, 2021). Efikasi diri akademik merupakan suatu keyakinan yang dimiliki seseorang tentang apa yang mampu dilakukannya dalam sebuah akademik (Lidiawati, Sinaga, & Rebecca, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Jaya, Dewi, dan Nurdin (2023) menemukan bahwa terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri akademik mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi. Mahasiswa yang memiliki dukungan sosial yang tinggi akan memiliki efikasi diri akademik yang

baik sehingga akan berdampak baik dalam proses pengerjaan tugas akhir. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa individu yang memiliki dukungan sosial tinggi, akan cenderung memiliki efikasi diri akademik yang tinggi.

Heriyani, Widiastuti, dan Althaf (2022) mengemukakan adanya hubungan positif yang sangat kuat antara dukungan sosial dengan efikasi diri akademik. Lain diluar dukungan sosial. Semakin tinggi dukungan sosialnya maka semakin tinggi juga efikasi diri akademik yang dipunya. Sehubungan dengan korelasi yang positif signifikan antar dukungan sosial dengan efikasi diri akademik apabila dukungan sosialnya tinggi maka tinggi juga efikasinya, dan sebaliknya. King (2018) mengemukakan bahwa dukungan sosial merupakan informasi dan umpan balik dari individu lain yang menunjukkan bahwa individu dicintai, diperhatikan, dihargai, dihormati, dilibatkan dalam jaringan komunikasi dan kewajiban yang timbal balik. Dukungan sosial memiliki manfaat emosional atau efek perilaku bagi penerima, sehingga dapat membantu individu dalam mengatasi masalahnya.

Pengaruh Efikasi Diri Akademik Terhadap Kecemasan Penyelesaian Skripsi

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa pengaruh variabel efikasi diri akademik terhadap kecemasan mempunyai t-hitung sebesar -6,221, nilai *P-Value* sebesar 0,000 dan koefisien (beta) sebesar -0.480. Sehingga dapat disimpulkan bahwa H3 diterima, yaitu efikasi diri akademik berpengaruh negatif signifikan terhadap kecemasan.

Kecemasan pada mahasiswa saat menyelesaikan skripsi dapat timbul karena efikasi diri akademik yang rendah. Mahasiswa dengan efikasi diri akademik rendah mungkin melihat pengalaman sulit sebagai ancaman dan memikirkan kemungkinan kegagalan. Hal ini juga meningkatkan kecemasan (Shofiah & Raudatussalamah, 2015)

Jendra dan Sugiyo (2020) mengemukakan bahwa efikasi diri akademik berpengaruh terhadap variabel kecemasan presentasi. Skor koefisien pengaruh efikasi diri dalam akademik terhadap kecemasan menunjukkan skor yang berarah negatif. Hal tersebut dapat diartikan bahwa semakin tinggi efikasi diri akademik maka semakin rendah kecemasan dan sebaliknya. Safaria & Saputra (2019) juga mengemukakan bahwa efikasi diri individu dalam akademik berpengaruh pada tingkat kecemasan. Mempunyai efikasi diri dalam akademik yang tinggi

memungkinkan individu untuk lebih bisa menahan atau menoleransi rasa sakit, stres, dan situasi yang menyebabkan ketegangan atau kecemasan dibandingkan ketika individu memiliki efikasi diri akademik rendah. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan yaitu mahasiswa yang tingkat efikasi diri dalam akademiknya rendah akan menunjukkan kecemasan pada tingkatan yang lebih tinggi ketika dihadapkan dengan situasi yang menimbulkan ketegangan atau kecemasan, seperti saat menyelesaikan skripsi.

Penjelasan tersebut sejalan dengan temuan penelitian Ruswadi, Masliha, dan Supriatun (2022) yaitu terdapat hubungan bermakna antara efikasi diri akademik dengan tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi. Efikasi diri akademik yang tinggi membuat mahasiswa memiliki kepercayaan diri dalam akademik yang tinggi sehingga merasa siap dalam menyelesaikan skripsi yang dampaknya tidak mengalami kecemasan ataupun hanya mengalami kecemasan ringan, sebaliknya efikasi diri akademik yang rendah membuat mahasiswa tidak percaya diri sehingga dampaknya mengalami kecemasan sedang dan berat dalam sebuah akademik.

Penelitian lain oleh Fatmawati dan Laksmiwati (2022) yang dilakukan dengan subjek mahasiswa jurusan X di salah satu Universitas di Surabaya, menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang sangat signifikan dengan arah hubungan negatif antara efikasi diri akademik dengan kecemasan menyelesaikan skripsi pada mahasiswa. Arah hubungan negatif artinya makin tinggi efikasi diri akademik yang dimiliki oleh mahasiswa maka makin rendah kecemasan menyelesaikan skripsi yang dialami. Sebaliknya, makin rendah efikasi diri akademik yang dimiliki oleh mahasiswa, maka makin tinggi kecemasan menyelesaikan skripsi yang dialami. Kontribusi yang kuat dari efikasi diri akademik diharapkan dapat membantu mahasiswa menurunkan kecemasan menyelesaikan skripsi. Mengurangi tingkat kecemasan mahasiswa dalam menyelesaikan skripsi akan memungkinkan mereka untuk dapat menunjukkan kinerja yang lebih baik selama skripsi sehingga mahasiswa mampu mendapatkan hasil skripsi yang lebih baik dan mencapai kelulusan.

Efikasi Diri Akademik Sebagai Mediator Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Kecemasan Penyelesaian Skripsi

Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan melalui efikasi diri akademik mempunyai nilai sobel statistic sebesar -5,6365 atau lebih kecil dari nilai t tabel ($-5,6365 < 1.9707$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa H4 diterima, yaitu terdapat pengaruh negatif dan signifikan pada dukungan sosial terhadap kecemasan melalui efikasi diri akademik.

Efikasi diri akademik yang positif adalah keyakinan atas kompetensi diri dalam sebuah akademik. Efikasi diri dalam akademik merupakan keyakinan seseorang untuk mengendalikan kemampuan dirinya sendiri yang diwujudkan dengan serangkaian tindakan dalam memenuhi tuntutan-tuntutan dalam hidupnya didalam sebuah akademik (Ningsih & Hayati, 2020). Efikasi diri akademik juga penting bagi mahasiswa penyusun tugas akhir atau skripsi (Saraswati et al., 2021). Mahasiswa sering kali merasakan kecemasan dalam mengerjakan tugas akhir skripsi. Mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi akan cenderung minder, gugup, takut, bahkan ketika kecemasan dirasakan secara mendalam akan membuat mahasiswa tertekan. Terdapat harapan yang besar pada keberhasilan mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi dan adanya tuntutan untuk sesuai dengan kriteria yang ditetapkan lembaga pendidikan. Keadaan seperti ini mahasiswa membutuhkan adanya dukungan sosial dari berbagai pihak misalnya orang tua. Faktor yang mempengaruhi kecemasan salah satunya adalah kurangnya dukungan sosial. Sedangkan manfaat dukungan sosial adalah mengurangi kecemasan, depresi dan gejala-gejala bagi tubuh mengalami stress (Lestari & Wulandari, 2021)

Sari dan Khoirunnisa (2022) menyatakan terdapat hubungan yang negatif antara efikasi diri akademik dengan kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Semakin tinggi tingkat efikasi diri akademik maka akan semakin rendah kecemasan dalam menyelesaikan skripsi. Sebaliknya, jika tingkat efikasi diri akademik rendah maka akan semakin tinggi kecemasan dalam menyelesaikan skripsi yang dimiliki. Efikasi diri dalam akademik yang tinggi, akan membuat siswa merasa yakin dan percaya diri atas kemampuan yang dimilikinya untuk dapat berhasil dalam

akademiknya. Namun, jika siswa memiliki efikasi yang rendah, maka mereka akan mengalami persoalan dalam mengikuti ujian, mahasiswa akan merasa khawatir, takut bahkan tertekan akan adanya kegagalan. Kondisi tersebut yang nantinya akan menghambat keberhasilan siswa dalam akademiknya. Efikasi diri akademik merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat menguasai situasi dan menghasilkan hasil positif dalam sebuah akademik. Individu yang memiliki efikasi diri dalam akademik rendah cenderung tidak mau berusaha belajar karena percaya bahwa belajar tidak dapat membantunya dirinya menyelesaikan tantangan sedangkan individu yang memiliki efikasi diri akademik tinggi cenderung menyukai tantangan (Fitasari, Suniasih, & Agustika, 2019)

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

Kesimpulan

Pada penelitian ini efikasi diri akademik berperan sebagai mediator pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan. Artinya ketika individu memiliki dukungan sosial yang kuat maka berpengaruh terhadap efikasi diri akademik, hal itu dibuktikan pada pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri akademik signifikan positif. Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri akademik yang kuat maka memberikan pengaruh terhadap kecemasan. Hal itu dibuktikan pada pengaruh efikasi diri akademik terhadap kecemasan signifikan negatif.

Oleh karena itu, untuk penelitian yang akan datang, penting untuk mengeksplorasi lebih lanjut bagaimana dukungan sosial dapat ditingkatkan dan bagaimana efikasi diri akademik dapat diperkuat untuk membantu mahasiswa mengatasi kecemasan dan menyelesaikan skripsi dengan lebih baik. Penelitian ini juga bisa memperluas cakupan dengan melihat faktor-faktor lain yang mempengaruhi kecemasan dan efikasi diri dalam akademik, serta mencari strategi efektif untuk memberikan dukungan sosial yang tepat bagi mahasiswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Adicondro, Nobelina & Purnamasari, A. (2011). Efikasi diri, dukungan sosial keluarga dan self regulated learning pada siswa kelas viii. *Humanitas*, 1(8), 17-27.
- Ali, M. M. (2022). Metodologi penelitian kuantitatif dan penerapannya dalam penelitian. *JPIB: Jurnal Penelitian Ibnu Rusyd*, 1(2), 1–5. <https://ojs.stai-ibnurusyd.ac.id/index.php/jpib/article/view/86>.
- Amseke, F. (2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berprestasi. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 1(1), 65–81. <https://ejournal.upg45ntt.ac.id/ciencias/article/view/17>
- Angelie, N. S., & Suryadi, D. (2023). Gambaran Dukungan Sosial Dalam Membentuk Resiliensi Penyintas Kanker Darah Leukemia Dan Limfoma. *Journal of Social and Economics Research*, 5(2), 420-433.
- Asmarani, N. (2021). Efikasi diri terhadap kemampuan menulis skripsi pada mahasiswa bimbingan konseling islam institut abdullah said batam. *STRATEGY: Jurnal Inovasi Strategi dan Model Pembelajaran*, 1(2), 171-176.
- Asmariyah., Novianti., & Suriyati. (2021). Tingkat kecemasan ibu hamil pada masa pandemi covid-19 di kota Bengkulu. *Journal Of Midwifery*, 9(1), 1-8. <https://doi.org/10.37676/jm.v9i1.1341>.
- Bandura, A. (1995). *Self efficacy in changing societies*. New York: Cambridge University Press.
- Baptista, N., Alves, H., & Pinho, J. C. (2022). Uncovering the use of the social support concept in social marketing interventions for health. *Journal of Nonprofit & Public Sector Marketing*, 34(1), 1-35.
- Bukit., & Widodo. (2022). Tingkat kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa perantau berdomisili di Yogyakarta. *Jurnal of Counseling and Personal Development*, 4(1), 44-49. <https://ejournal.usd.ac.id/index.php/solution/article/view/6257>.
- Devinda & Yeniar. 2018. Hubungan antara dukungan sosial orang tua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas XII SMK Yudya Karya Magelang. *Jurnal Empati*. Vol 7 No1.
- Fatmawati, J., & Laksmiwati, H. (2022). Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9(8),63-73.
- Faza, W., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan efikasi diri menghafal alquran pada santri hafidz di pondok pesantren modern alquran dan raudlotul huffadz. *Jurnal Empati*, 7(1), 256-262.
- Fitasari, N. P. D., Suniasih, N. W., & Agustika, G. N. S. (2019). Pengaruh pola asuh orang tua terhadap hasil belajar matematika dengan efikasi diri sebagai intervening. *International Journal of Elementary Education*. 3(4), 404-412. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/IJEE>
- Fitria, L., & Ifdil, I. (2020). Kecemasan remaja pada masa pandemi Covid -19. *Jurnal EDUCATIO: Jurnal Pendidikan Indonesia*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.29210/120202592>.
- Fitriani, Y., & Nurmala, B. (2021). Validasi skala self efikasi akademik pada siswa sma. *Jurnal Mitra Pendidikan (JMP Online)*, 5(12), 961-970.

- Garcia, I., & O'Neil, J. (2020). Anxiety in adolescents. *The Journal for Nurse Practitioners*, 17(1), 1-5. doi:10.1016/j.nurpra.2020.08.021
- Gungor, A. (2019). Investigating the relationship between social support and school burnout in turkish middle school students: the mediating role of hope. *School Psychology International Journal*, 40(6). <https://doi.org/10.1177%2F0143034319866492>.
- Habibullah, M., Hastiana, Y., & Hidayat, S. (2019). Kecemasan mahasiswa dalam menghadapi seminar hasil skripsi di lingkungan fkip universitas muhammadiyah palembang. *BIOEDUKASI Jurnal Pendidikan Biologi*, 10(1), 36-44.
- Hasan, A. B. P. (2012). Disiplin beribadah: Alat penenang ketika dukungan sosial tidak membantu stres akademik. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, 1(3), 136-144.
- Hayat, A., Shateri, K., Amini, M., & Shokrpour, N. (2020). Relationships between academic self-efficacy, learning-related emotions, and metacognitive learning strategies with academic performance in medical students: a structural equation model. *BMC Medical Education*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12909-020-01995-9>
- Hayes, A. F. (2014) Introduction to Mediation, Moderation, And Conditional Process Analysis. In *The British Journal of Psychiatry* (Vol.714)
- Heriyani, E., Widiastuti, H. T., & Altaf, S. M. (2022). Dukungan sosial dan efikasi diri. *Epik: edukasi Penerapan Ilmu Konseling*, 1(1), 1–7. <https://doi.org/10.37010/epik.v1i1.8410>
- Hidayati, U. (2022). Analisis kecemasan mahasiswa pendidikan matematika dalam menyusun tugas akhir. *JPI*, 3(2), 232-239. <https://doi.org/10.61291/jpi.v3i2.10>
- Izza, A. (2024). Literature review: factors affecting final year students' anxiety in preparing a thesis in indonesia. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 6(2), 114-125. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v6i2.153>
- Jaya, K. M., & Dewi, E. M. P., & Nurdin, M. N. H. (2023). Pengaruh dukungan sosial terhadap efikasi diri mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi di fakultas seni dan desain universitas negeri makassar. *PESHUM : Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, 2(3), 461-479.
- Jayanti, N. K. A., & Krisnawati, K. M. S., & Devi, N. L. P. (2021). Hubungan self-efficacy dengan kecemasan mahasiswa keperawatan menghadapi ujian praktik laboratorium. *Community of Publishing In Nursing (COPING)*, 9(3), 287-296.
- Jendra, A. F., & Sugiyo, S. (2020). Pengaruh efikasi diri terhadap kecemasan presentasi siswa kelas xi di sma negeri 1 wuryantoro. *Konseling Edukasi: Journal of Guidance and Counseling*, 4(1), 138–159.
- Kaur, K., & Beri, N. (2019). Psychometric properties of multidimensional scale of perceived social support (mspss): indian adaptation. *International Journal Of Scientific & Technology Research*, 8(11), 2796-2801.
- King, L. A. (2018). Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lestari, W., & Wulandari, D. A. (2021). Hubungan antara dukungan sosial terhadap kecemasan akademik pada mahasiswa yang menyusun skripsi di

- masa pandemi covid-19 semester genap tahun ajaran 2019/2020. *PSIMPHONI*, 1(2),93-98.
- Liao, J. (2023). The effect of appearance anxiety on social anxiety among college students: sequential mediating effects of self-efficacy and self-esteem. *Behavioral Sciences*, 13(8), 692. <https://doi.org/10.3390/bs13080692>
- Lidiawati, K. R., Sinaga, N., & Rebecca, I. (2021). Peranan self-efficacy dan intelegensi terhadap prestasi belajar pada mahasiswa. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(2), 110. <https://doi.org/10.24843/jpu.2020.v07.i02.p10>
- Lubis, I. S. L. (2018). Hubungan regulasi diri dalam belajar dan efikasi diri dengan prokrastinasi akademik. *Jurnal Diversita*, 4(2), 90–98. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31289/diversita.v4i2.1884>
- Luo, Y., Gao, W., & Liu, X. (2022). Longitudinal relationship between self-esteem and academic self-efficacy among college students in china: evidence from a cross-lagged model. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.877343>
- Mannassai, A. F., & Pratiwi, W. (2021). Pengaruh media film animasi nussa dan rara terhadap perkembangan kecerdasan spiritual anak kelas al ppaud it lukmanul hakim limboto. *Early Childhood Islamic Education Journal*, 2(01), 1–15. <https://doi.org/10.58176/eciejournal.v2i1.221>.
- Mao, Y., Yang, R., Bonaiuto, M., Ma, J., & Harmat, L. (2020). Can flow alleviate anxiety? the roles of academic self-efficacy and self-esteem in building psychological sustainability and resilience. *Sustainability*, 12(7), 2987. <https://doi.org/10.3390/su12072987>
- Meliala, dkk. 2021. Pengaruh dukungan sosial terhadap kecemasan dalam menyusun skripsi pada mahasiswa PGSD tingkat akhir Universitas Sari Mutiara Indonesia. *Jurnal Psychomutiara*. Vol 4 No 2.
- Mufidah, A. C. (2017). Hubungan antara dukungan sosial terhadap resiliensi mahasiswa bidikmisi dengan mediasi efikasi diri. *Jurnal Sains Psikologi*, 6(2), 69–75. <https://doi.org/10.17977/um023v6i22017p069>
- Naragongainey, K. (2019). Affective models of depression and anxiety: extension to within-person processes in daily life. *Journal of Affective Disorders*, 243, 241–248.
- Ningsih, W. F., & Hayati, I. R. (2020). Dampak efikasi diri terhadap proses & hasil belajar matematika. *Journal On Teacher Education*, 1(2), 26-32. <https://doi.org/10.31004/jote.v1i2.514>.
- Nuzulia, Siti. (2010). *Dinamika stress kerja, self efficacy dan strategi coping*. Semarang.Penerbit UNDIP.
- Pontes, A. (2024). Academic stress and anxiety among portuguese students: the role of perceived social support and self-management. *Education Sciences*, 14(2), 119. <https://doi.org/10.3390/educsci14020119>
- Pramesta, D. K., & Dewi, D. K. (2021). Hubungan antara efikasi diri dengan stres akademik pada siswa di SMA X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(7), 23-33.
- Rahayu, F. S. (2021). Kecemasan pedagang pasar tradisional tentang wabah virus COVID-19 Di Era New Normal. *Prophetic: Professional, Empathy and Islamic Counseling Journal*, 4(2), 173–182. <http://syekhnrjati.ac.id/jurnal/index.php/prophetic>
- Ramaiah, 2018. “Pengaruh pemberian informasi terhadap tingkat kecemasan pada anak sebelum khitan di pondok khitan r. Isnanta wonosidi lor wates”.

- Rusman, A. D. P., Umar, F., & Majid, M. (2021). Kecemasan masyarakat selama masa pandemi Covid-19. *Jurnal Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa*, 1(8), 10. <https://doi.org/10.29406/jkkm.v8i1.2554>.
- Ruswadi, I., Masliha., & Supriatun, E. (2022). Hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan mahasiswa d3 keperawatan menghadapi ujian akhir. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Dan Kesehatan*, 1(2),32-43.
- Rusydiyah, E. F. (2016). Pendidikan Islam dan kesetaraan gender: konsepsi sosial tentang keadilan berpendidikan dalam keluarga. *Jurnal Pendidikan Agama Islam*, 4(1), 20-43.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2019). Manajemen emosi. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Saraswati, N., Dwidiyanti, M., Santoso, A., & Wijayanti, D. Y. (2021). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan menyusun skripsi pada mahasiswa keperawatan. 4(1).
- Sari, A., & Suimati, A. (2016). Hubungan antara dukungan sosial dengan efikasi diri pada siswa kelas x akuntansi di Smk Bina Pangudi Luhur Jakarta. *Econosains Jurnal Online Ekonomi Dan Pendidikan*, 14(2), 16–25. <https://doi.org/10.21009/econosains.0142.02>
- Sari, D. A., & Khoirunnisa, R. N. (2022). Hubungan efikasi diri dengan kecemasan akademik siswa di sma x pada masa pandemi covid-19. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*. 9(1), 160-170.
- Sekarina, D. P., & Indriana, Y. (2020). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada siswa kelas xii smk yudya karya magelang. *Jurnal Empati*, 7(1), 381-386.
- Setyowati, D. A., & Indrawati, E. S. (2022). Hubungan antara dukungan sosial orangtua dengan kecemasan menghadapi dunia kerja pada mahasiswa tingkat akhir fakultas hukum universitas diponegoro. *Jurnal EMPATI*, 11(5), 319-324. <https://doi.org/10.14710/empati.0.36739>.
- Shin, K. E., & Newman, M. G. (2019). Self- and otherperceptions of interpersonal problems: effects of generalized anxiety, social anxiety, and depression. *Journal of Anxiety Disorders*, 65(1), 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2019.04.005>.
- Shofiah, Vivik dan Raudatussalamah. 2015. Self- efficacy dan self- regulation sebagai unsur penting dalam pendidikan karakter. Riau: Jurnal Penelitian sosial keagamaan. Vol.17, No.2.
- Sousa, J., Moreira, C., & Telles-Correia, D. (2018). Anxiety, depression and academic performance: a study amongst portuguese medical students versus non-medical students. *Acta Médica Portuguesa*, 31(9), 454-462. <https://doi.org/10.20344/amp.9996>
- Styanto, a. T., hakim, m. A., & muzakki, f. P. (2023). Deteksi dini prevalensi gangguan kesehatan mental mahasiswa di perguruan tinggi. *Jurnal wacana*, 15(1), 66-78.
- Susilo & Eldawaty. 2021. Tingkat kecemasan mahasiswa dalam penyusunan skripsi di prodi penjasokesrek Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal Onsilia*. Vol 4. No 2.
- Syafitri, A. (2018). Pengaruh Tingkat Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Tingkat Kecemasan Menjelang Pensiun Pada Karyawan Perusahaan X Di Kecamatan Kebomas Kabupaten Gresik. *Psikosains: Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi*, 10(1), 25-43.

- Ulfa, R. (2021). Variabale penelitian dalam penelitian pendidikan. *Jurnal Pendidikan Dan Keislaman*, 2685(6115), 342–351. <https://jurnal.stitbb.ac.id/index.php/al-fathonah/article/download/44/29>
- Widigda, I. R., Setyaningrum, W., & Pascasarjana, J. (2018). Kecemasan mahasiswa pendidikan matematika Universitas Riau Kepulauan dalam menghadapi skripsi. *Jurnal Pendidikan Matematika Dan Sains*, 6(2), 190-199.
- Wijaya dan Pratitis. (2017). Efikasi diri akademik dan dukungan sosial orang tua terhadap penyesuaian diri mahasiswa perkuliahan. *Persona*. No.1. Vol.1. 41-46.
- Yuliadarwati, N. M., Hikmah, N., & Ma'rufa, S. A. (2020). Optimalisasi latihan relaksasi otot progresif berpengaruh terhadap penurunan tingkat kecemasan pada lansia. *Physiotherapy & Health Science (PhysioHS)*, 1(2), 30–33.
- Zeng, Q., Liang, Z., Zhang, M., Xia, Y., Li, J., Kang, D., ... & Wang, J. (2021). Impact of academic support on anxiety and depression of chinese graduate students during the covid-19 pandemic: mediating role of academic performance. *Psychology Research and Behavior Management*, Volume 14, 2209-2219. <https://doi.org/10.2147/prbm.s345021>
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30-41.





LAMPIRAN

Lampiran 1. Item Alat Ukur Skala Kecemasan

1. Saya tidak cepat lelah
2. Saya sering sakit fisik
3. Saya bisa lebih tenang dibandingkan dengan orang lain
4. Saya jarang sakit kepala
5. Saya sering merasa tegang ketika sedang belajar
6. Saya merasa sulit untuk berkonsentrasi pada suatu hal
7. Saya khawatir dengan memikirkan masalah dalam hidup
8. Tangan saya bergetar jika sedang melakukan sesuatu
9. Saya tak mudah tersipu malu dibandingkan individu lainnya
10. Saya menderita diare sebulan sekali ataupun lebih
11. Saya kerap khawatir terkait perihal tidak menyenangkan yang mungkin terjadi di diri saya
12. Wajah saya tak pernah memerah sebab tersipu malu
13. Saya khawatir wajah saya memerah sebab malu
14. Saya menghadapi mimpi buruk saat tidur
15. Tangan kaki saya jarang terasa dingin
16. Saya gampang berkeringat walaupun cuaca dingin
17. Ketika malu saya pastinya berkeringat
18. Saya hampir tidak pernah berdebar serta saya jarang bernafas tersengal
19. Saya merasakan lapar nyaris tiap waktu
20. Saya tak menghadapi kesulitan saat buang air besar
21. Saya menghadapi gangguan perut
22. Saya sulit tidur sebab khawatir sesuatu
23. Tidur saya tak nyenyak serta terganggu
24. Saya mimpi tentang banyak perihal yang tak bisa saya ceritakan kepada individu lainnya
25. Saya gampang merasakan kikuk
26. Perasaan saya lebih sensitif dari pada kebanyakan orang
27. Saya mudah mengkhawatirkan diri saya terhadap sesuatu
28. Saya menginginkan kebahagiaan seperti orang lain yang saya lihat
29. Saya selalu tenang dan tidak mudah kecewa atau putus asa

30. Saya mudah menangis
31. Sepanjang waktu saya mencemaskan sesuatu hal atau seseorang
32. Saya selalu merasakan kebahagiaan dalam hidup
33. Menunggu menjadikan saya gelisah
34. Saya merasakan gelisah jika mengobrol terlalu lama dengan orang lain
35. Kadang saya merasa terlalu bersemangat hingga sulit untuk tidur
36. Saya merasakan permasalahan datang silih berganti hingga tak mampu saya atasi
37. Saya kerap merasakan khawatir tanpa sebab yang jelas
38. Saya mempunyai rasa takut lebih tinggi dibandingkan teman saya
39. Saya takut pada benda ataupun manusia yang tak mungkin menyakiti saya
40. Saya merasakan diri saya tak berguna
41. Saya merasakan sulit untuk fokus ataupun memusatkan perhatian
42. Saya orang yang pemalu
43. Saya memiliki keyakinan pada diri sendiri
44. Saya orang yang mudah gugup
45. Saya merasa hidup ini merupakan beban yang berat
46. Saya merasa diri saya tidak memiliki arti apapun
47. Saya memiliki keraguan dalam banyak hal
48. Saya merasa diri saya akan hancur
49. Saya takut menghadapi kesulitan dalam hidup
50. Saya sangat percaya

Lampiran 2. Item Alat Ukur Skala Efikasi Diri Akademik

a. Dimensi Pada Tingkat

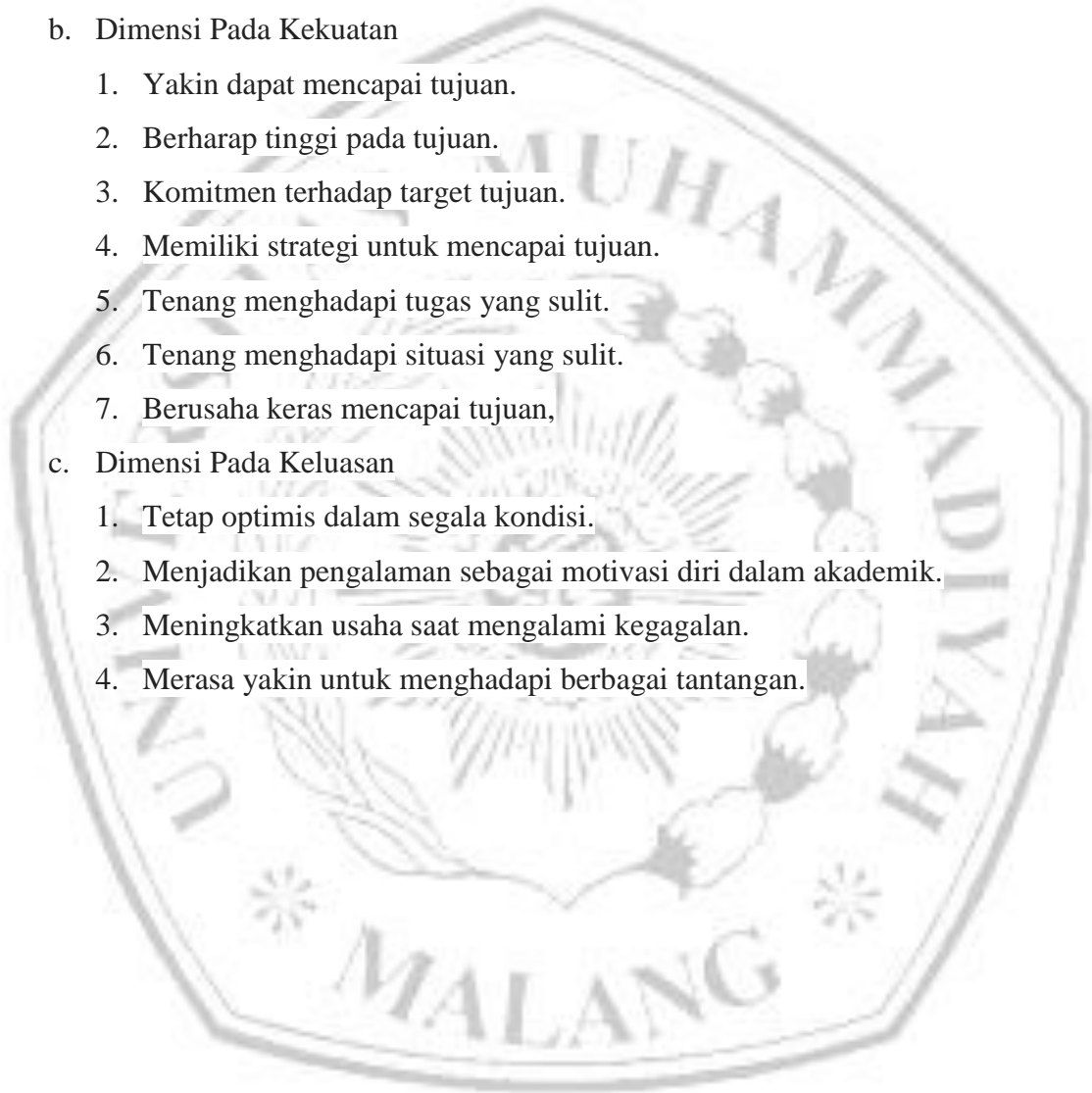
1. Dapat membuat target yang menantang.
2. Dapat melakukan kegiatan yang sulit dengan baik.
3. Memahami kemampuan diri dalam akademik.
4. Memahami minat yang sesuai dengan diri sendiri dalam akademik.

b. Dimensi Pada Kekuatan

1. Yakin dapat mencapai tujuan.
2. Berharap tinggi pada tujuan.
3. Komitmen terhadap target tujuan.
4. Memiliki strategi untuk mencapai tujuan.
5. Tenang menghadapi tugas yang sulit.
6. Tenang menghadapi situasi yang sulit.
7. Berusaha keras mencapai tujuan.

c. Dimensi Pada Keluasan

1. Tetap optimis dalam segala kondisi.
2. Menjadikan pengalaman sebagai motivasi diri dalam akademik.
3. Meningkatkan usaha saat mengalami kegagalan.
4. Merasa yakin untuk menghadapi berbagai tantangan.



Lampiran 3. Item Alat Ukur Skala Dukungan Sosial

a. Aspek Dukungan Keluarga

1. Saya memiliki keluarga yang sungguh-sungguh berusaha dalam membantu saya.
2. Saya mendapatkan bantuan dukungan emosional yang saya butuhkan dari keluarga.
3. Saya dapat menceritakan tentang masalah yang saya alami kepada keluarga.
4. Keluarga saya bersedia membantu dalam pengambilan keputusan.

b. Aspek Dukungan Teman

1. Saya memiliki teman yang sungguh-sungguh berusaha dalam membantu saya.
2. Saya dapat mengandalkan teman-teman ketika sesuatu masalah terjadi kepada diri saya.
3. Saya memiliki teman-teman yang dapat berbagi suka dan duka dengan saya.
4. Saya dapat menceritakan tentang masalah yang saya alami kepada teman-teman.

c. Aspek Dukungan Orang Terdekat

1. Ada seseorang istimewa yang selalu ada ketika saya sedang membutuhkannya.
2. Ada seseorang istimewa yang dapat berbagi suka dan duka dengan saya.
3. Saya memiliki orang istimewa yang dapat memberikan kenyamanan bagi saya.
4. Ada seseorang istimewa yang peduli dengan apa yang saya rasakan dalam hidup.

Lampiran 4. Validitas & Reliabilitas Alat Ukur

Dukungan Sosial

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.912	12

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	42.0311	16.798	.700	.902
VAR00002	42.2044	16.753	.696	.902
VAR00003	41.6444	17.632	.609	.906
VAR00004	42.4133	17.851	.628	.905
VAR00005	41.7378	17.971	.664	.904
VAR00006	41.9067	17.398	.662	.904
VAR00007	41.8044	17.988	.638	.905
VAR00008	41.6756	17.684	.606	.906
VAR00009	42.2622	16.605	.747	.900
VAR00010	41.8133	17.644	.643	.905
VAR00011	41.7067	18.298	.618	.906
VAR00012	42.1111	17.358	.603	.907

Kecemasan

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.985	50

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	175.2311	676.536	.684	.985
VAR00002	175.3200	676.995	.636	.985
VAR00003	175.2044	684.101	.420	.986
VAR00004	175.3556	675.284	.617	.985

VAR00005	175.3600	673.606	.710	.985
VAR00006	175.4844	676.117	.646	.985
VAR00007	175.2933	671.431	.752	.985
VAR00008	175.4889	677.072	.623	.985
VAR00009	175.2800	673.113	.748	.985
VAR00010	175.3111	674.796	.701	.985
VAR00011	175.4044	675.831	.674	.985
VAR00012	175.3022	674.265	.703	.985
VAR00013	175.3156	676.940	.647	.985
VAR00014	175.3156	673.538	.706	.985
VAR00015	175.4000	666.214	.819	.985
VAR00016	175.4756	667.608	.771	.985
VAR00017	175.3333	666.089	.804	.985
VAR00018	175.5244	668.706	.750	.985
VAR00019	175.3689	664.868	.817	.985
VAR00020	175.3867	669.033	.757	.985
VAR00021	175.4222	668.120	.786	.985
VAR00022	175.3467	667.683	.808	.985
VAR00023	175.3600	669.571	.746	.985
VAR00024	175.3911	666.623	.795	.985
VAR00025	175.4133	666.324	.808	.985
VAR00026	175.4844	668.965	.768	.985
VAR00027	175.3778	664.924	.821	.985
VAR00028	175.5022	670.117	.744	.985
VAR00029	175.3867	666.577	.810	.985
VAR00030	175.3867	668.301	.777	.985
VAR00031	175.4444	668.212	.782	.985
VAR00032	175.3511	667.773	.776	.985
VAR00033	175.3600	668.464	.777	.985
VAR00034	175.3778	664.433	.821	.985
VAR00035	175.4000	666.991	.805	.985
VAR00036	175.4933	668.483	.768	.985
VAR00037	175.3289	664.731	.849	.985
VAR00038	175.5378	669.785	.742	.985
VAR00039	175.3467	666.254	.818	.985
VAR00040	175.3822	667.291	.799	.985
VAR00041	175.4622	668.643	.784	.985
VAR00042	175.3600	667.089	.800	.985
VAR00043	175.3733	669.762	.752	.985
VAR00044	175.3778	666.084	.804	.985
VAR00045	175.3956	666.204	.820	.985

VAR00046	175.5156	669.197	.743	.985
VAR00047	175.2889	673.412	.702	.985
VAR00048	175.5200	669.599	.739	.985
VAR00049	175.3511	665.559	.815	.985
VAR00050	175.3644	668.384	.785	.985

Efikasi Diri Akademik

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.916	14

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
VAR00001	50.4978	31.135	.628	.910
VAR00002	50.8933	30.587	.639	.910
VAR00003	50.9111	30.153	.643	.909
VAR00004	50.8222	30.799	.614	.911
VAR00005	50.8800	31.053	.601	.911
VAR00006	50.7244	29.959	.744	.906
VAR00007	50.8356	30.718	.590	.911
VAR00008	50.6978	30.506	.627	.910
VAR00009	50.8933	29.881	.662	.909
VAR00010	50.8667	30.018	.651	.909
VAR00011	50.8844	30.406	.605	.911
VAR00012	50.8267	30.224	.657	.909
VAR00013	50.8800	30.249	.640	.910
VAR00014	50.9200	30.958	.547	.913

Lampiran 5. Kategori Subjek

KategoriX

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	74	32.9	32.9	32.9
	Tinggi	151	67.1	67.1	100.0
	Total	225	100.0	100.0	

KategoriY

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	139	61.8	61.8	61.8
	Tinggi	86	38.2	38.2	100.0
	Total	225	100.0	100.0	

KategoriM

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sedang	52	23.1	23.1	23.1
	Tinggi	173	76.9	76.9	100.0
	Total	225	100.0	100.0	

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
X	225	36	56	45.76	4.545
Y	225	116	242	178.96	26.407
M	225	42	68	54.73	5.926
Valid N (listwise)	225				

Lampiran 6. Uji Asumsi Klasik

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual	Unstandardized Residual
N		225	225
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	,0000000	,0000000
	Std. Deviation	,31780899	,36537811
Most Extreme Differences	Absolute	,052	,044
	Positive	,052	,028
	Negative	-,051	-,044
Test Statistic		,052	,044
Asymp. Sig. (2-tailed)		,200 ^{c,d}	,200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Coefficients^a

Model	Collinearity Statistics	
	Tolerance	VIF
1 (Constant)		
Dukungan Sosial	,563	1,775
Self Efficasy	,563	1,775

a. Dependent Variable: Kecemasan

Lampiran 7. Uji Korelasi

Correlations

		X	Y	M
X	Pearson Correlation	1	-.662**	.660**
	Sig. (2-tailed)		.000	.000
	N	225	225	225
Y	Pearson Correlation	-.662**	1	-.654**
	Sig. (2-tailed)	.000		.000
	N	225	225	225
M	Pearson Correlation	.660**	-.654**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	
	N	225	225	225

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Lampiran 8. Uji Mediasi Hayes

Run MATRIX procedure:

***** PROCESS Procedure for SPSS Version 3.3

Written by Andrew F. Hayes, Ph.D.
www.afhayes.com
Documentation available in Hayes (2018).
www.guilford.com/p/hayes3

Model : 4
Y : Y
X : X
M : M

Sample
Size: 225

OUTCOME VARIABLE:

M

Model Summary

df2	R	p	R-sq	MSE	F	df1
223.0000	.6604	.0000	.4361	19.8901	172.4740	1.0000

Model

	coeff	se	t	p
LLCI				
ULCI				
constant	15.3377	3.0145	5.0881	.0000
9.3973	21.2782			
X	.8610	.0656	13.1329	.0000
.7318	.9902			

Standardized coefficients

	coeff
X	.6604

OUTCOME VARIABLE:

Y

Model Summary

df2	R	p	R-sq	MSE	F	df1
222.0000	.7219	.0000	.5211	336.9290	120.8021	2.0000

Model

	coeff	se	t	p	
LLCI	ULCI				
constant	381.1314	13.1072	29.0780	.0000	
355.3010	406.9619				
X	-2.3683	.3593	-6.5908	.0000	-
3.0765	-1.6602				
M	-1.7138	.2756	-6.2183	.0000	-
2.2570	-1.1707				

Standardized coefficients

	coeff
X	-.4076
M	-.3846

***** TOTAL EFFECT MODEL *****

OUTCOME VARIABLE:
Y

Model Summary

df2	R	R-sq	MSE	F	df1
	.6616	.4377	393.8396	173.6125	1.0000
223.0000		.0000			

Model

	coeff	se	t	p	
LLCI	ULCI				
constant	354.8452	13.4138	26.4538	.0000	
328.4112	381.2791				
X	-3.8439	.2917	-13.1762	.0000	-
4.4188	-3.2690				

Standardized coefficients

	coeff
X	-.6616

***** TOTAL, DIRECT, AND INDIRECT EFFECTS OF X ON Y *****

Total effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	
ULCI	c_ps	c_cs			
-3.8439	.2917	-13.1762	.0000	-4.4188	-
3.2690	-.1456	-.6616			

Direct effect of X on Y

Effect	se	t	p	LLCI	
ULCI	c'_ps	c'_cs			
-2.3683	.3593	-6.5908	.0000	-3.0765	-
1.6602	-.0897	-.4076			

Indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	
M	-1.4756	.2610	-2.0073	-.9883

Partially standardized indirect effect(s) of X on Y:

Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI	
M	-.0559	.0095	-.0752	-.0382

Completely standardized indirect effect(s) of X on Y:

	Effect	BootSE	BootLLCI	BootULCI
M	-.2540	.0421	-.3389	-.1732

***** ANALYSIS NOTES AND ERRORS *****

Level of confidence for all confidence intervals in output:
95.0000

Number of bootstrap samples for percentile bootstrap
confidence intervals:
5000

----- END MATRIX -----



Lampiran 9. Hasil Uji Plagiasi

Tesis (Putri Ayu Pratiwi) 2

ORIGINALITY REPORT

0 %	0 %	0 %	4 %
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

Exclude quotes	Off	Exclude matches	< 2%
Exclude bibliography	On		