

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ketika individu secara aktif terlibat proses mempelajari ilmu baru dan terdaftar di suatu akademik, politeknik, institut, atau universitas disebut sebagai mahasiswa. Ketika mahasiswa mulai menempuh semester akhir, maka tuntutan dan tugas mahasiswa menjadi lebih besar dan salah satunya harus menyiapkan karya tulis ilmiah yaitu skripsi (Nabila et al., 2024; Qodris *et al.*, 2023). Mahasiswa wajib menuntaskan tugas akhir (skripsi) yang menjadi syarat akhir dalam menempuh pendidikan (Saraswati *et al.*, 2021). Akibat tuntutan tersebut, banyak mahasiswa yang akhirnya terjebak dalam kondisi psikologis yang tidak diharapkan, seperti kecemasan (Sujadi & Bustami, 2023).

Kecemasan adalah suatu kondisi suasana hati yang ditandai dengan munculnya efek negatif dan tanda-tanda ketegangan tubuh yang disebabkan oleh potensi ancaman atau kejadian buruk di masa depan (Marhamad *et al.*, 2022). Kecemasan akademis merupakan bentuk kecemasan yang paling umum terjadi selama menempuh pendidikan yang ditandai dengan kekhawatiran berlebihan terhadap berbagai tuntutan akademis. Kecemasan akademis merupakan masalah signifikan yang dapat menghambat kemampuan mahasiswa untuk menyelesaikan tugas dan tanggung jawab akademis. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mengganggu fokus dan kemampuan akademis pada mahasiswa (Noviana & Duryati, 2020; Lusi *et al.*, 2023).

Kecemasan terkait penyusunan skripsi merupakan salah satu bentuk kecemasan akademis yang dialami mahasiswa. Hal ini mengacu pada perasaan stres atau ketakutan yang dirasakan mahasiswa saat mengerjakan skripsi (Sujadi & Bustami, 2023). Kecemasan akademik merupakan salah satu masalah urgensi yang perlu dengan cepat dan tepat ditangani. Bila tidak segera ditangani, dapat maka dapat berakibat masalah psikologis serius dan penurunan prestasi akademis yang buruk, mahasiswa mungkin tidak lulus, menderita penyakit medis atau mental, atau bahkan meninggal dunia (Rezki, 2023).

Menurut penelitian sebelumnya oleh Lestari & Wulandari (2021) 3 dari 100 mahasiswa memiliki tingkat kecemasan akademis yang sangat tinggi selama proses

penulisan skripsi, kecemasan akademis tinggi 15 orang, kecemasan akademis sedang 65 orang, dan kecemasan akademis rendah 17 orang. Studi lain yang dilakukan oleh Lusi *et al* (2023) mendapatkan hasil dari 100 mahasiswa terdapat 16 mahasiswa (16%) berada pada tinggi kecemasan akademis kategori sangat tinggi saat menyusun skripsi, 38 mahasiswa (38%) kategori tinggi, 30 mahasiswa (30%) kategori rendah serta 16 mahasiswa (16%) kategori sangat rendah.

Penelitian Zhai & Du (2020) menjelaskan penyebab cemas pada mahasiswa saat menyusun skripsi antara lain tidak percaya diri, tekanan dari orang tua agar cepat selesai dan lulus, takut pada dosen pembimbing, kesulitan memilih judul yang sesuai dengan dosen pembimbing, kesulitan mencari referensi, khawatir pada penelitian yang sulit, kesulitan menuang pikiran dalam bentuk tulisan, serta kurang persiapan diri dan mental (Saraswati *et al.*, 2021; Saputra, 2023; Zulfa, 2022). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Telussa & Kusumiati (2022) menjelaskan beberapa masalah yang timbul saat mahasiswa mengalami kecemasan saat menyusun skripsi yakni antara lain insomnia, nyeri kepala, perubahan suasana hari, mual, jantung berdebar, keluar keringat dingin, nafsu makan berkurang, gelisah saat mengerjakan skripsi, gugup saat ditanya mengenai skripsi, dan takut berinteraksi dengan teman yang sudah menyelesaikan skripsi sehingga memilih tidak keluar dari kost.

Jika kecemasan pada mahasiswa ini tidak segera diatasi maka akan dapat menghambat mahasiswa dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi, seperti tertundanya bimbingan dengan dosen pembimbing skripsi, terhambatnya penyelesaian skripsi, mengganggu kemampuan membentuk hubungan antar ide dalam menyusun skripsi, mengganggu ingatan, menyebabkan perhatian teralihkan, serta mundurnya target untuk lulus (Julia & Laksmiwati, 2022; Saraswati *et al.*, 2021). Oleh karena itu, mahasiswa harus memahami kecemasan yang mereka rasakan untuk mengurangi kejadian kecemasan dimasa depan dan cara mengatasinya (Saraswati *et al.*, 2021).

Mahasiswa mengalami kecemasan akibat pengaruh internal dan lingkungan, untuk faktor internal seperti efikasi diri (Zulfa, 2022). Efikasi diri merujuk pada keyakinan bahwa seseorang memiliki bakat dan kompetensi yang dibutuhkan untuk menyelesaikan skripsi. Salah satu faktor kunci keberhasilan penulisan skripsi adalah keberanian dan keyakinan diri mahasiswa untuk memenuhi

tuntutan akademik. Banyak mahasiswa berpikir bahwa mereka tidak yakin dapat menyelesaikan skripsi dengan memuaskan dan tepat waktu karena memiliki pikiran yang irasional seperti skripsi sulit dan membutuhkan waktu lama, serta pemikiran buruk lainnya. Karena efikasi diri mereka yang rendah, hal ini yang membuat mahasiswa mengalami kecemasan akademis (Lusi et al., 2023; Azzahra et al., 2023).

Saat mengerjakan skripsi, banyak mahasiswa mengalami kecemasan akademis karena rendahnya efikasi diri. Temuan penelitian Lusi et al (2023) menunjukkan bahwa dari 100 mahasiswa, 21 mempunyai efikasi diri yang sangat rendah, 36 mempunyai efikasi diri yang rendah, 21 mempunyai efikasi diri yang kuat, dan 22 mempunyai efikasi diri yang sangat tinggi. Penelitian Rezki (2023) juga menunjukkan saat mengerjakan skripsinya 6 dari 80 mahasiswa memiliki efikasi diri buruk, 63 memiliki efikasi diri sedang, dan 11 memiliki efikasi diri yang baik.

Faktor lain yang mempengaruhi kecemasan akademis mahasiswa saat menyusun skripsi yakni faktor dari luar atau eksternal, seperti dukungan sosial keluarga. Menurut Ratna (dalam Zulfa, 2022) dukungan sosial keluarga memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa menyelesaikan masalah. Hal ini disebabkan sejak kecil individu menghabiskan sebagian besar waktunya bersama keluarganya serta menerima pendidikan dan bimbingan pertama dalam lingkungan keluarga. Selain itu, karena keluarga merupakan pihak terdekat dan paling mungkin memberikan dukungan, mereka juga merupakan sumber dukungan sosial yang paling signifikan. Dengan demikian, jika mendapatkan dukungan dari keluarga mahasiswa akan lebih termotivasi untuk mengatasi masalah mereka sehingga mahasiswa terhindar dari perasaan cemas dan dapat menyelesaikan skripsi dengan baik (Puspitaningrum & Daliman, 2019; Aisyah, 2021).

Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa banyak mahasiswa yang mengalami kecemasan akademis saat mengerjakan skripsi karena dukungan sosial keluarga yang kurang. Penelitian Firdausi et al (2022) mengungkapkan bahwa dari 342 mahasiswa, 6 orang menerima dukungan keluarga sangat rendah, 34 orang menerima dukungan keluarga rendah, 90 orang menerima dukungan keluarga sedang, 155 orang menerima dukungan keluarga tinggi, dan 57 orang menerima dukungan keluarga sangat tinggi. Lebih lanjut, penelitian Wicaksono dan

Kusumiati (2024) mengungkapkan bahwa dari 78 mahasiswa, 19 mahasiswa menerima dukungan keluarga kurang, 24 mahasiswa menerima dukungan keluarga sedang, dan 35 mahasiswa menerima dukungan keluarga tinggi.

Untuk mengurangi kecemasan akademis saat menulis skripsi, penting bagi mahasiswa untuk memahami hal-hal yang membuat cemas. Faktor eksternal dukungan sosial keluarga dan juga faktor internal efikasi diri berperan penting dalam membantu mahasiswa akhir merasa kurang cemas. Saat mengerjakan skripsi, efikasi diri dapat membantu mengurangi kekhawatiran akan kegagalan karena dapat meningkatkan optimisme untuk mengerjakan skripsi dalam waktu yang ditentukan. Selain itu, dukungan keluarga juga berperan untuk mengurangi kecemasan yang muncul saat menyusun skripsi seperti bantuan informasional, instrumental, penghargaan, dan emosional dari keluarga (Zulfa, 2022; Nabila *et al.*, 2024).

Penelitian oleh Saraswati *et al* (2021) mendukung hal ini dan melaporkan bagaimana kecemasan mahasiswa saat menulis skripsi dapat dipengaruhi oleh efikasi diri dengan angka korelasi sebesar $-0,445$, $p (0,000)$ pada uji korelasi pearson. Oleh karena itu, untuk mengurangi rasa cemas yang timbul saat mengerjakan skripsi mahasiswa harus meningkatkan efikasi diri. Studi yang dilakukan oleh Nabila *et al* (2024) untuk melihat hubungan dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan saat menulis skripsi menemukan terdapat korelasi dengan $p (0,037)$ dan angka koefisien korelasi $-0,327$ pada uji Spearman Rank yang artinya bahwa penurunan kecemasan selama proses penulisan skripsi dikaitkan dengan peningkatan dukungan yang diberikan keluarga.

Peneliti ingin melihat apakah ada hubungan antara kecemasan akademis mahasiswa tingkat akhir ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang dalam menyusun skripsi dengan efikasi diri dan dukungan sosial keluarga.

1.2. Rumusan Masalah

“Bagaimana hubungan antara kecemasan akademis selama penyusunan skripsi pada mahasiswa tahun akhir dengan efikasi diri serta dukungan sosial keluarga?” diambil sebagai rumusan masalah yang diajukan.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk menguji adakah hubungan antara kecemasan akademis selama penyusunan skripsi pada mahasiswa tahun akhir dengan efikasi diri serta dukungan sosial keluarga.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui efikasi diri saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
2. Mengetahui dukungan sosial keluarga saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
3. Mengetahui kecemasan akademis saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
4. Menganalisa hubungan efikasi diri dengan kecemasan akademis saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
5. Menganalisa hubungan dukungan sosial keluarga dengan kecemasan akademis saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang
6. Menganalisa variabel yang lebih berpengaruh terhadap kecemasan akademis saat menyusun skripsi pada mahasiswa akhir program studi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Malang

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Kesimpulan studi secara teoritis mampu diterapkan pada pengembangan bahan ajar tentang hubungan antara kecemasan akademis selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir dan efikasi diri serta dukungan sosial yang diberikan keluarga.

1.4.2. Manfaat Praktis

- a. Bagi yang akan meneliti lebih lanjut
Memperluas pemahaman dan ilmu dalam melakukan kajian ilmiah serta memperkuat kemampuan berpikir kritis.

b. Bagi institusi

Temuan penelitian ini dimaksudkan untuk memberikan kontribusi terhadap pengetahuan yang lebih baik tentang kurikulum keperawatan jiwa dan berfungsi sebagai sumber data tentang hubungan antara kecemasan akademis selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir dan efikasi diri serta dukungan sosial keluarga.

c. Bagi mahasiswa

Temuan penelitian ini diharapkan memberikan mahasiswa lebih banyak pengetahuan dan pemahaman tentang hubungan antara kecemasan akademis selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir dan efikasi diri serta dukungan sosial keluarga.

1.5. Keaslian Penelitian

Pencarian dengan *keyword* "dukungan sosial keluarga", "efikasi diri" dan "kecemasan akademis" di *google scholar* dan website resmi Sinta milik Kemdikbud Indonesia menghasilkan banyak sumber artikel yang dibatasi pada tahun 2019–2024 dan sebanyak kurang lebih 6.097 jurnal ditemukan dari hasil pencarian. Tabel di bawah ini menampilkan hasil *review* pada 3 jurnal.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti / Judul Jurnal	Temuan Penelitian	Perbedaan Dengan Penelitian Sebelumnya
1	(Saraswati <i>et al.</i> , 2021) Hubungan Efikasi Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan	Untuk melihat bagaimana efikasi diri mahasiswa keperawatan dan kecemasan dalam menulis skripsi berhubungan satu sama lain. Hasilnya, kecemasan mahasiswa saat menulis skripsi dapat	Yang membedakan penelitian ini adalah tujuan penelitian. Pada penelitian ini tujuannya yakni untuk mengetahui bagaimana efikasi diri mahasiswa keperawatan dan kecemasan dalam menulis skripsi berhubungan satu sama lain, sementara itu penelitian saat ini adalah untuk menguji bagaimana

		<p>meningkat atau menurun tergantung pada tingkat efikasi diri dengan angka korelasi sebesar $-0,445$, $p(0,000)$ pada uji korelasi pearson. Oleh karena itu, untuk mengurangi rasa cemas yang timbul saat mengerjakan skripsi, mahasiswa perlu meningkatkan efikasi diri.</p>	<p>kecemasan selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir berhubungan dengan efikasi diri dan dukungan yang diberikan oleh keluarga.</p>
2	<p>(Julia & Laksmiwati, 2022)</p> <p>Hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan menghadapi ujian skripsi pada mahasiswa</p>	<p>Untuk melihat apakah rasa cemas saat ujian skripsi saling berhubungan dengan efikasi diri. Hasil uji korelasi product moment terdapat hubungan yang berbanding terbalik yang cukup besar antara kecemasan mahasiswa dengan efikasi diri saat mengikuti ujian skripsi, dengan angka koefisien korelasi $-0,818$ dengan signifikansi sebesar</p>	<p>Terdapat perbedaan antara tujuan penelitian yang diambil. Pada penelitian sekarang menguji bagaimana kecemasan selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir berhubungan dengan efikasi diri dan dukungan sosial keluarga, sedangkan studi ini melihat apakah kecemasan ujian skripsi saling berhubungan dengan efikasi diri.</p>

		0,000.	
3	(Agustianisa <i>et al.</i> , 2022) Hubungan Antara Dukungan Keluarga dengan Kecemasan pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi	untuk melihat bagaimana dukungan sosial keluarga dan cemas dalam menulis skripsi saling berhubungan. Hasilnya, ada hubungan antara kecemasan menulis skripsi dan dukungan sosial keluarga dengan angka p-value 0,036 pada uji hipotesis yang ditunjukkan uji Chi Square.	Terdapat perbedaan antara tujuan penelitian yang diambil. Pada penelitian sekarang menguji bagaimana kecemasan selama penulisan skripsi pada mahasiswa tahun akhir berhubungan dengan efikasi diri dan dukungan sosial dari keluarga dengan uji korelasi pearson, sedangkan studi ini melihat hubungan antara kecemasan menulis skripsi dan dukungan sosial keluarga mereka dengan menggunakan uji Chi Square

