

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa berasal dari dua kata yaitu “Maha” dan “Siswa” yang merupakan predikat untuk orang yang menjalankan kegiatan belajar di universitas (Kamus Bahasa Indonesia, 2008). Dalam masyarakat, mahasiswa dipandang sebagai calon intelektual yang memiliki tanggung jawab sebagai aset masa depan bangsa.

Terdapat empat peranan mahasiswa di lingkungan masyarakat, yaitu agen perubahan, *social control*, generasi penerus, dan *moral force* (Cahyono, 2019). Melalui ilmu, gagasan, dan kreativitas yang dimiliki membuat mahasiswa dinilai mampu untuk menjadi motor penggerak perubahan yang positif. Memiliki wawasan yang luas menjadikan mahasiswa dianggap menjadi pengontrol sosial dan pemelihara norma dengan cara menyuarakan kritik dan solusi terkait hal-hal yang bertentangan dengan peraturan di masyarakat. Selain itu, mahasiswa juga mengemban tugas sebagai penerus harapan bangsa untuk menjadikan masa depan Indonesia semakin maju.

Sebagai aset bangsa, mahasiswa diberikan ilmu melalui proses pendidikan agar dapat bermanfaat bagi kemajuan negara. Memiliki tanggung jawab yang berat membuat mahasiswa perlu melatih kemampuannya sehingga dapat dimanfaatkan secara maksimal. Dibutuhkan delapan semester bagi mahasiswa untuk menyelesaikan masa studi Strata 1 (S1). Dimana setelah masa studi hampir selesai atau berada pada tahap akhir semester, terdapat satu

tantangan yang harus dilalui agar dapat terlahir mahasiswa yang berkualitas yaitu skripsi. Hal ini menjadi pintu mahasiswa untuk siap melangkah di dunia kerja.

Skripsi merupakan karya tulis ilmiah dari hasil penelitian yang menjadi salah satu syarat mahasiswa untuk menjadi seorang sarjana (Muttaqin & Meriska, 2020). Karya tulis hasil penelitian sarjana S1 membahas tentang fenomena sekitar yang disesuaikan dengan latar belakang ilmu tertentu sesuai kaidah penulisan yang ada. Dengan menulis skripsi, mahasiswa dipandang mampu untuk memadukan ilmu pengetahuan dan ketrampilannya dalam memberikan gambaran, melakukan analisis, dan menjabarkan masalah yang berkaitan dengan bidang ilmu yang dipilihnya.

Mencari data, melakukan riset hingga berkonsultasi adalah hal yang dilakukan mahasiswa dalam menyusun skripsi. Banyak tantangan yang harus dilewati mahasiswa untuk menyelesaikan skripsi sehingga ini menjadi cara mahasiswa untuk menguji ketahanan mereka dalam menghadapi rintangan. Mahasiswa membutuhkan pengeluaran yang besar, waktu, dan tenaga lebih agar dapat menyelesaikan skripsi dengan baik (Adinugraha, Titin, & Anisa, 2019).

Skripsi atau karya ilmiah ini seringkali menimbulkan kesulitan tersendiri untuk mahasiswa. Hambatan yang terjadi selama proses penyusunan skripsi seperti kesulitan dalam mencari teori hingga lamanya waktu yang dibutuhkan ketika akan bimbingan karena dosen yang sulit ditemui membuat proses penyusunan skripsi seringkali tertunda. Maka tak jarang skripsi dianggap mahasiswa sebagai tembok tinggi yang harus dilewati sebelum dinyatakan lulus perguruan tinggi. Hal ini tentu menyebabkan timbulnya kecemasan tersendiri bagi mahasiswa apakah dapat lulus sesuai target waktu yang sudah ditentukan

(Saraswati, Niken, Meidiana Dwidiyanti, Agus Santoso, & Diyan Yuli Wijayanti, 2021).

Proses panjang yang harus dilalui mahasiswa dalam menyusun skripsi tidak hanya melatih intelektual saja tetapi juga sosial, mental, dan spiritual agar tercipta kualitas yang baik setelah mendapatkan gelar sarjana. Kecemasan merupakan reaksi dari hasil perpaduan antara proses psikologi dan fisiologi yang timbul saat gelisah (Samsara, 2020). Menurut Boeree (2017), kecemasan ditunjukkan dengan adanya gangguan pada kognitif, tingkah laku, psikologis, dan suasana hati.

Dalam kehidupan sehari-hari, kecemasan merupakan hal normal yang biasa terjadi sebagai pertanda bahaya akan ancaman. Perasaan cemas tercipta dari individu sendiri yang muncul ketika merasa terancam, mengalami ketidakberdayaan dalam menghadapi sesuatu, dan merasa takut akan hal-hal yang belum tentu terjadi. Perasaan cemas ringan dapat menambah kewaspadaan dan keyakinan diri. Namun kecemasan yang abnormal membuat seseorang kurang dapat mengendalikan diri saat mengalami tekanan. Berdasarkan hasil penelitian Fahrianti dan Nurmina (2021), didapatkan hasil bahwa ada perbedaan tingkat kecemasan antara perempuan dan laki-laki pada mahasiswa yang baru memasuki perkuliahan sekitar 26,9% dan 7,6%.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Vrichasti, Yosi, Safari, dan Susilawati (2020), sebanyak 28% mahasiswa mengalami kecemasan berat saat mengerjakan skripsi. Kecemasan sedang dirasakan 26,40% dan kecemasan ringan dirasakan 17% mahasiswa. Onwuegbuzie (dalam Meng, Zi chen & Tseng, 2013) mengatakan terdapat empat jenis kecemasan yang dialami mahasiswa dalam membuat proposal penelitian yaitu kecemasan dalam mengolah statistik,

kecemasan dalam melakukan tinjauan kepustakaan, kecemasan selama melakukan proses penyusunan skripsi, dan kecemasan akan komponen penulisan. Keempat hal tersebut merupakan komponen eksternal yang menyebabkan mahasiswa mengalami kecemasan. Sementara Meng, Zi chen dan Tseng (2013) menyebutkan bahwa kecemasan tertinggi terjadi ketika mahasiswa mengerjakan skripsi bagian tinjauan pustaka.

Penelitian yang dilakukan oleh Widigda dan Wahyu (2018) menyatakan bahwa kecemasan mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi secara tatap muka disebabkan karena pengeluaran yang besar selama proses penyusunan skripsi, kesulitan ketika mencari buku referensi untuk penelitian, mahasiswa yang belum siap mental untuk menerima kritik dari dosen, dan dosen pembimbing yang sulit ditemui.

Berbagai faktor menyebabkan mahasiswa memiliki kecemasan saat mengerjakan skripsi. Penelitian yang dilakukan oleh Kristianto dan Setyorini (2014), menunjukkan bahwa sebanyak 41,1% mahasiswa mengalami kecemasan sedang saat menyusun proposal skripsi. Berdasarkan wawancara dan hasil penyebaran survey kecemasan yang dilakukan penulis melalui google form dengan sepuluh item menggunakan aspek kecemasan menurut Greenberg dan Padesky, ditemukan penyebab kecemasan mahasiswa Universitas x terkait dengan penyusunan skripsi antara lain revisi berulang kali karena tidak paham maksud dosen, tuntutan dari orang tua, sulitnya mendapatkan buku pinjaman, dan lambatnya respon dari dosen pembimbing yang dimana ini termasuk dalam faktor eksternal kecemasan mahasiswa.

Kurangnya keyakinan akan skripsi yang dibuat hingga sering berpikir negatif, keraguan akan hasil bimbingan, dan sulit berkonsentrasi saat

mengerjakan skripsi menjadi faktor internal penyebab kecemasan membuat skripsi pada mahasiswa Universitas x. Bentuk kecemasan yang tinggi saat mengerjakan skripsi membuat mereka mematikan notifikasi delta, menghindari konten yang berkaitan dengan skripsi di media sosial hingga merasakan emosional yang berlebih saat akan membuka laptop untuk mengerjakan skripsi.

Fitria (dalam Widigda & Wahyu, 2018) mengungkapkan bahwa skripsi seringkali membuat mahasiswa ketakutan dimana persepsi ini timbul dari perasaan cemas. Tak jarang, banyak mahasiswa lebih memilih menghindari mengerjakan skripsi sejenak untuk menurunkan kecemasan pada diri. Hal ini menjadi hambatan tersendiri yang menyebabkan pengerjaan skripsi tidak sesuai dengan rencana. Perasaan tidak nyaman akibat kecemasan mengakibatkan mahasiswa sulit untuk fokus dalam mengerjakan skripsi (Widigda & Wahyu, 2018).

Tekanan yang dirasakan mahasiswa saat proses mengerjakan skripsi apabila tidak dapat ditangani dengan baik dapat menimbulkan kecemasan stress sampai depresi. Maka untuk mengerjakan skripsi selesai tepat pada waktunya, mahasiswa dituntut untuk memiliki kemampuan dalam mengatasi rasa cemas yang timbul karena ketidakmampuan dalam menyelesaikan skripsi. Apabila mahasiswa tidak mampu mengendalikan kecemasan maka akan menghambat proses penyelesaian skripsi dan target waktu yang ditentukan tidak dapat tercapai.

Penyelesaian skripsi oleh mahasiswa ditentukan oleh faktor internal dan eksternal. Menurut Aslinawati dan Mintarti (dalam Diah, Fitriani, & Witriani, 2020), karakteristik, keyakinan, cara berpikir serta pengaturan diri menjadi faktor internal untuk menyelesaikan skripsi. Sementara faktor eksternal yang sulit dikontrol

mahasiswa yaitu lingkungan sosial, tugas dari perkuliahan, dan tekanan untuk memiliki prestasi (Hartati, Gunawati, & Listiara dalam Diah, Fitriani, & Witriani, 2020).

Skripsi selalu dianggap sebagai beban yang berat, maka dibutuhkan kepercayaan pada kemampuan dalam diri mahasiswa untuk memunculkan motivasi dan gairah agar dapat memaksimalkan hasil skripsi. *Self efficacy* dibutuhkan selama proses penyusunan skripsi. Bandura (dalam Maddux, 1995) menjelaskan bahwa *self efficacy* sendiri merupakan faktor dari dalam diri yang dapat membantu individu mengatasi ancaman sehingga dapat terlepas dari perasaan cemas, pikiran mengganggu, serta berperilaku menghindar.

Self efficacy yang rendah ditandai dengan lemahnya tekad seseorang untuk mencapai tujuannya. Sementara orang yang memiliki *self efficacy* tinggi akan memiliki komitmen yang kuat sehingga tugas yang sebenarnya sulit dianggap sebagai tantangan yang harus dilalui. Sekitar 71% remaja SMA di Depok, Jawa Barat mengalami depresi akibat faktor *self efficacy* yang rendah dimana mereka tidak mampu mengontrol stress (Florensa, Budi, & Ice., 2016). Timbulnya depresi diakibatkan karena kecemasan jangka panjang. Depresi juga berkaitan dengan penyusunan skripsi pada mahasiswa. Dilansir dari Malangtimes (Lukman, 2020), terdapat tiga kasus bunuh diri akibat mengalami depresi saat mengerjakan skripsi.

Berdasarkan data dari Biro Administrasi Akademik Universitas x terdapat 2.832 mahasiswa angkatan 2015-2017 yang belum menyelesaikan skripsi. Ini menunjukkan masih banyaknya mahasiswa yang belum dapat menyelesaikan skripsi dan lulus tepat waktu dimana waktu normal yang dibutuhkan mahasiswa untuk menyelesaikan masa studi adalah empat tahun.

Kecemasan yang dirasakan mahasiswa Universitas x bahkan sudah dirasakan sejak sebelum memasuki semester akhir karena pengalamannya mendengarkan cerita dan melihat pengalaman orang lain. Beberapa mahasiswa tingkat akhir yang lebih tua biasanya akan memberikan arahan mengenai penyusunan skripsi berdasarkan pengalamannya. Dari arahan yang disampaikan tentu menimbulkan ketakutan tersendiri bagi adik tingkat saat mahasiswa tersebut belum bisa menyelesaikan skripsi dalam waktu yang cukup lama. Mulai dari permasalahan dosen pembimbing, judul skripsi, plagiarisme, hingga saat ujian dimana kecemasan ini timbul karena mahasiswa yang belum pernah melakukan dan mencoba untuk membuat skripsi. Tinggi rendahnya *self efficacy* pada mahasiswa nampak dari respon yang dimunculkan setelah melihat pengalaman orang lain.

Dalam penelitian ini, peneliti hanya mengambil tiga dari 10 fakultas yang ada di Universitas x yaitu Fakultas Psikologi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis serta Fakultas Hukum dan Komunikasi. Ketiganya dipilih karena memiliki bentuk kesamaan dalam jenis pengambilan data untuk skripsi (penelitian kuantitatif, kualitatif, deskriptif, dan campuran). Selain itu, tiga fakultas tersebut juga mengarah pada penelitian sosial. Meskipun terdapat kesamaan tetapi setiap fakultas memiliki kebijakan yang berbeda untuk meluluskan mahasiswa. Ada beberapa persyaratan yang harus dipenuhi selain menyelesaikan skripsi dimana ini tentunya menambah kecemasan bagi mahasiswa. Dengan adanya kesamaan dari tiga fakultas tersebut, menarik untuk diteliti apakah *self efficacy* memiliki hubungan dengan kecemasan yang mereka alami selama mengerjakan skripsi.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, maka penulis memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam mengerjakan skripsi

1.2. Perumusan Masalah

Penelitian ini mengajukan rumusan masalah yaitu apakah terdapat hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Universitas x?

1.3. Tujuan Penelitian

Berlandaskan masalah yang sudah dipaparkan di atas, maka penelitian ini dilakukan untuk meneliti hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Universitas x

1.4. Manfaat Penelitian

Manfaat yang dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu memberikan pemahaman baru untuk memperdalam pengetahuan mengenai hubungan antara *self efficacy* dan kecemasan khususnya pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang menyelesaikan skripsi.
2. Manfaat praktis, penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan wawasan kepada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi untuk mengetahui faktor penyebab kecemasan sehingga mampu mengontrol perasaan cemas yang timbul saat sedang mengerjakan skripsi