

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peserta dalam perguruan tinggi yang terdaftar dan belajar dikatakan sebagai mahasiswa. Mahasiswa terdiri dari dua kata yaitu maha yang berarti besar dan siswa yang berarti orang yang sedang belajar, jadi mahasiswa merupakan seseorang yang menjalani pendidikan lebih tinggi dari siswa. mahasiswa adalah setiap individu yang secara resmi terdaftar untuk mengikuti pelajaran di perguruan tinggi dengan batas usia sekitar 18-30 tahun. Mahasiswa merupakan insan-insan calon sarjana yang dalam keterlibatannya dengan perguruan tinggi, diharapkan menjadi calon-calon intelektual (Panjaitan et al., 2018).

Mahasiswa pada masa akhir perkuliahannya akan menyusun tugas akhir dengan melakukan penelitian yang disebut skripsi untuk mendapatkan gelar sarjana. Menurut Mansnur (2009 dalam Wakhyudin & Putri, 2020) skripsi adalah karya ilmiah yang ditulis mahasiswa program S1, membahas topik atau bidang tertentu berdasarkan hasil kajian pustaka yang ditulis oleh para ahli, hasil penelitian lapangan, atau hasil pengembangan (eksperimen). Penulisan skripsi merupakan suatu karya ilmiah yang mengajarkan mahasiswa untuk belajar mengkritisi suatu fenomena yang terjadi dalam kehidupan manusia secara ilmiah sesuai dengan ilmu yang didapat dalam disiplin ilmu masing-masing. Penulisan skripsi juga sangat berguna bagi tenaga pendidik dan juga

mahasiswa untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan pemahaman akan ilmu pengetahuan yang didapat selama masa perkuliahan (Wakhyudin & Putri, 2020).

Menurut Siswanto & Aseta, (2021) mahasiswa banyak mengalami kesulitan dalam menyusun skripsi. Kesulitan yang sering dihadapi yaitu dalam merumuskan masalah, mencari judul yang tepat, menyusun sistematika proposal dan skripsi, mencari literatur, serta tata tulis ilmiah, dana dan waktu yang terbatas. Kesulitan-kesulitan ini akan membuat mahasiswa menjadi cemas, kehilangan motivasi, menunda dan tidak menyelesaikan skripsi. Hal ini sangat merugikan mahasiswa, seperti usaha dan kerja kerasnya menjadi sia-sia jika mahasiswa gagal dalam menyelesaikan skripsi. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan Saraswati *et al.*, (2021) bahwa penyebab cemas mahasiswa adalah terkait proses bimbingan, ketidakpercayaan diri, khawatir akan penelitian yang sulit, dan tuntutan dari orang tua. Gejala kecemasan yang dialami antara lain adalah sakit kepala, susah tidur, jantung berdebar-debar, mual dan perubahan mood sehingga berakibat pada tertundanya bimbingan dan pengerjaan skripsi serta mundurnya target kelulusan.

Kecemasan menurut Hurlock (dalam Kasyfillah & Susilarini, 2021), merupakan suatu kekhawatiran umum mengenai suatu peristiwa yang tidak jelas atau tentang peristiwa yang akan datang. Tanda-tanda yang biasanya muncul berupa perasaan khawatir, gelisah dan perasaan-perasaan yang kurang menyenangkan. Biasanya disertai oleh rasa kurang percaya diri, tidak mampu, merasa rendah diri serta tidak sanggup untuk menyelesaikan masalah. Kecemasan adalah perasaan yang menyakitkan dan tidak menyenangkan. Orang

yang cemas dapat mengganggu keseimbangan pribadinya, misalnya: tegang, cemas, khawatir, cemas, gugup, berkeringat dan lain-lain. Kecemasan muncul dengan intensitas yang bervariasi meliputi kecemasan ringan, sedang, berat, dan memicu panik (Savitri & Swandi, 2023).

Kecemasan ini bisa jadi merupakan rasa takut yang dirasakan mahasiswa ketika dihadapkan pada tugas akhir penyusunan skripsi yang akan berdampak pada kelulusan dan tingkat kelulusan karena mahasiswa akan mengalami keadaan distorsi pemrosesan informasi, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan mahasiswa untuk berkonsentrasi, mengurangi fungsi memori dan lain-lain. Kecemasan juga memberikan efek baik pada mahasiswa karena dapat menjaga tingkah laku dan konsentrasinya pada tugas (Sugiharno *et al.*, 2022).

Wisudaningtyas (2012, dalam Siswanto & Aseta, 2021) menjelaskan bahwa kecemasan mahasiswa dalam menyusun skripsi dipengaruhi oleh efikasi diri (22,8%) dan faktor-faktor lain yang diduga menyebabkan kecemasan dalam menghadapi skripsi seperti kesulitan keuangan, lingkungan, pergaulan, pengalaman yang tidak menyenangkan dan kesehatan (77,2%). Menurut Saraswati *et al.*, (2021) untuk mengatasi ancaman kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi, memerlukan kepercayaan diri atau efikasi diri yang tinggi sehingga dalam proses penyusunannya tidak terjadi hambatan. Efikasi diri yang rendah menyebabkan tingkat kecemasan yang tinggi, sehingga individu cenderung memiliki perilaku menghindar. Perilaku menghindar dilakukan karena individu tidak mempunyai keyakinan bahwa dirinya dapat mengatasi masalah-masalah yang akan muncul. Efikasi diri yang tinggi akan memberikan dampak yang positif bagi seseorang. Efikasi diri yang tinggi akan

menuntun individu untuk menghadapi tuntutan tugas yang ada. Sehingga dalam menyusun skripsimahasiswa memerlukan kepercayaan diri.

Menurut Bandura (1997 dalam Fatimah *et al.*, 2021) efikasi diri adalah kemampuan yang dimiliki seseorang untuk membentuk perilaku yang dikehendaki agar menghasilkan sesuatu yang nyata sesuai dengan yang diinginkannya. Efikasi diri mengacu pada keyakinan seseorang tentang kapabilitasnya untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan. Branden (2005, dalam Widyana & Sarwono, 2023) menjelaskan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan yang dimiliki seseorang akan kemampuan yang ada dalam dirinya sendiri. Motivasi dalam diri individu harus tetap ada untuk menumbuhkan kepercayaan tinggi dalam dirinya.

Sarafino (2006 dalam Siregar & Putri, 2020) mengemukakan bahwa efikasi diri yang dimiliki individu dapat membuat individu tersebut mampu menghadapi berbagai situasi. Individu yang memiliki efikasi diri tinggi, percaya diri mampu melakukan sesuatu untuk mengubah kejadian-kejadian di sekitarnya. Sedangkan individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan beranggapan bahwa dirinya tidak mampu mengerjakan segala sesuatu yang ada di sekitarnya. Dalam situasi sulit, individu dengan efikasi diri yang rendah cenderung mudah menyerah. Sementara individu dengan efikasi diri yang tinggi akan berusaha lebih keras untuk mengatasi tantangan yang ada.

Mahasiswa yang mengerjakan tugas akhir atau yang sedang menyusun skripsi diharapkan memiliki kepercayaan yang tinggi (Bandura 1997 dalam Hibatullah *et al.*, 2022). Dalam teori sosial kognitif, rendahnya efikasi diri akan menyebabkan meningkatnya kecemasan dan perilaku menghindar. Individu

akan menghindari aktivitas-aktivitas yang dapat memperburuk keadaan, hal ini bukan disebabkan oleh ancaman tapi karena merasa tidak mempunyai kemampuan untuk mengelola aspek-aspek yang berisiko.(Widyana & Sarwono, 2023).

Hasil studi pendahuluan dengan membagikan kuesioner terhadap 20 mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap (UNAIC) adalah 18 mahasiswa (90%) mengatakan merasa cemas ringan 3 orang, cemas sedang 10 orang dan cemas berat 4 orang, kecemasan dalam menghadapi tugas akhir dapat menimbulkan kekhawatiran, kegelisahan yang mengganggu ketenangan dan kesehatan yang terkadang menimbulkan kekacauan fisik. Wawancara yang dilakukan terdapat 17 mahasiswa (85%) mengatakan memiliki efikasi diri yang tinggi dan 3 mahasiswa (15%) mengatakan efikasi rendah dalam menghadapi skripsi. Mahasiswa yang memiliki efikasi diri dapat terlihat dari sikap atau perasaan yang menunjukkan yakin terhadap kemampuan yang dimilikinya pada saat menghadapi tugas akhir, dengan adanya rasa kepercayaan diri yang tinggi mahasiswa akan mampu mencapai tujuan yang diinginkan (Purnamasari, 2020). Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di fakultas ilmu kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Ada Hubungan Efikasi Diri Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Menyusun Skripsi Di Universitas Al-Irsyad Cilacap?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran efikasi diri pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- b. Mengetahui gambaran tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.
- c. Menganalisis hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai kajian pustaka dan memberikan sumbangsih keilmuan baru dalam dunia penelitian dan pendidikan khususnya dalam ilmu keperawatan mengenai hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

2. Manfaat praktis

Sebagai bahan informasi untuk peneliti lain dalam mengembangkan serta mendalami mengenai hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

a. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menjadi alternatif dan dapat memberikan sumbangan informasi bagi mahasiswa mengenai efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian dapat menjadi bahan informasi tentang hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

c. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memperluas serta menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penelitian dan mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama masa proses perkuliahan mengenai hubungan efikasi diri dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi di Universitas Al-Irsyad Cilacap. Sehingga dapat diimplementasikan pada mata kuliah keperawatan jiwa, mengaplikasikan pada mata kuliah metodologi riset dan riset keperawatan, serta merupakan pengalaman dalam melakukan penelitian.

E. Keaslian Penelitian

Tujuan keaslian penelitian adalah sebagai pembeda dan bahan pertimbangan untuk melihat apa yang sudah pernah diteliti dan apa yang belum diteliti. Penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian yang akan dilaksanakan adalah sebagai berikut :

1. Penelitian yang dilakukan Niken Saraswati, Meidiana Dwidianti, Agus Santoso, Diyan Yuli Wijayanti tahun 2021 dengan judul Hubungan Efikasi

Diri dengan Kecemasan Menyusun Skripsi pada Mahasiswa Keperawatan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Variable bebas efikasi diri, variable terikat kecemasan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Uji analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji korelasi pearson. . Kuesioner yang digunakan yaitu kuesioner General Self-Efficacy Scale (GSE) dan Zung Self Rating Anxiety Scale (ZSRAS) Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan negatif antara efikasi diri dan kecemasan menyusun skripsi ($r = -0,445$).

Persemaan penelitian ini adalah pada variable bebas efikasi diri, variable terikat kecemasan dan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada tempat penelitian, subjek, waktu, kuesioner kecemasan menggunakan DASS 42 dan terdapat perbedaan pada uji analisa data menggunakan Spearman Rank

2. Penelitian yang dilakukan oleh Priscilla Claudia Ruth Telussa dan Ratriana Y. E. Kusumiati tahun 2022 dengan judul Hubungan Antara Efikasi Diri Dan Kecemasan Pada Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Jenis penelitian adalah penelitian korelasional karena penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada atau tidak adanya hubungan antara efikasi diri (sebagai variabel bebas) dengan kecemasan mahasiswa dalam

menghadapi skripsi (sebagai variabel terikat/tergantung). Kuesioner efikasi diri menggunakan General Self-Efficacy Scale (GSES) dan kecemasan diukur dengan menggunakan skala kecemasan State and Trait Anxiety Inventory (STAI) Uji analisis menggunakan korelasi Spearman Rank. Hasil menunjukkan bahwa terdapat korelasi negatif antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa yang sedang skripsi ($r = -0,223$; $p < 0,05$).

Persemaan penelitian ini adalah pada variable bebas efikasi diri, variable terikat kecemasan, uji analisa data menggunakan Spearman Rank dan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasional. Perbedaan pada penelitian ini terdapat pada tempat penelitian, subjek, waktu, kuesioner kecemasan menggunakan DASS 42

