

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan merupakan suatu proses yang diharap mendapatkan keseimbangan dan kesempurnaan dalam perkembangan individu maupun masyarakat, Pendidikan juga merupakan sebuah aktifitas yang memiliki maksud atau tujuan tertentu yang diarahkan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki manusia baik sebagai manusia ataupun sebagai masyarakat dengan sepenuhnya, Nurkholis (2013). Sebagaimana dimaksud dalam Undang-Undang Nomor 2 Tahun 1989, Pasal 16 ayat (1), perguruan tinggi merupakan lanjutan yang dikoordinasikan untuk mempersiapkan siswa agar menjadi individu-individu yang memiliki kemampuan keilmuan dan kecakapan yang dapat menerapkan, menciptakan banyak ilmu pengetahuan, inovasi dan ekspresi.

Di Indonesia jenjang tertinggi dalam pendidikan adalah perguruan tinggi, perguruan tinggi mempunyai prosedur untuk mencapai gelar strata 1 (S1) atau sarjana yaitu dengan menyelesaikan tugas akhir yang biasa disebut dengan skripsi sesuai dengan peraturan pemerintah di Indonesia, begitu juga dengan Universitas Mercu Buana Yogyakarta yang merupakan salah satu perguruan tinggi mewajibkan menyelesaikan tugas akhir yaitu skripsi untuk memperoleh gelar sarjana. Menurut Rahyono Fx, (2010) skripsi merupakan karya tulis ilmiah berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh seorang mahasiswa sebagai tugas akhir untuk memperoleh gelar sarjana Namun banyak mahasiswa merasa

bahwa skripsi adalah hal yang menakutkan, dan penyusunan skripsi memiliki kesulitan-kesulitan yang mampu mengakibatkan gangguan psikologi.

Menurut Andi (2019) kecemasan bagi beberapa mahasiswa merupakan persepsi yang dibuat sendiri karena ada rasa kekhawatiran dan ancaman ketika persiapan mengerjakan skripsi. Untuk sementara itu, mahasiswa dituntut memiliki sikap tertentu dalam segala hal termasuk mempersiapkan pengerjaan skripsi pada semester berikutnya. Menurut Annisa & Ifdil (2016) Kecemasan adalah perasaan tidak berdaya dan tidak mampu saat seseorang dihadapkan pada kenyataan yang ada atau tuntutan hidup sehari-hari. Menurut Ratih (2012) kecemasan dapat diartikan sebagai perwujudan perilaku mental dan standar perilaku yang berbeda yang muncul dari sensasi perhatian dan tekanan abstrak.

Zakariah (2015) kecemasan adalah kecenderungan yang tidak diinginkan yang digambarkan oleh tekanan dan tanda-tanda hemodinamik yang tidak biasa sebagai hasil dari konsekuensi yang bijaksana, parasimpatis dan endokrin. Stuart (2006) mengklarifikasi bahwa kecemasan adalah keadaan emosi tanpa objek tertentu, kecemasan dipicu oleh hal yang tidak diketahui dan menyertai semua pengalaman baru. Adapun aspek-aspek kecemasan menurut Stuart (2006) terdiri dari tiga aspek yaitu a). Respon perilaku, termasuk: ketegangan fisik, tremor, respons ketakutan, bicara cepat, tidak adanya koordinasi, cenderung mengalami cedera, menarik diri dari hubungan relasional, inhibisi, melarikan diri dari masalah, penghindaran, dan hiperventilasi. b). Respon kognitif, termasuk: perhatian terganggu, fiksasi tak berdaya, pengabaian, hambatan berpikir, imajinasi berkurang, kegunaan berkurang, perhatian, kehilangan objektivitas, takut

melepaskan sepenuhnya, takut gambar visual, dan mimpi buruk. Penuh. c). Respon afektif, termasuk: mudah terganggu, resah, cemas, tegang, khawatir, ketakutan, waspada, stres, kematian, menyalahkan, dan aib.

Berdasarkan hasil wawancara yang didapat pada tanggal 25 april 2021 *Video Call WhatsApp* dengan jumlah 6 subjek yang terdiri dari 4 perempuan dan 2 laki-laki mahasiswa Universitas Mercu Buana Yogyakarta. Melalui *guide* wawancara yang disusun berdasarkan aspek menurut Stuart, (2006). Berdasarkan pedoman wawancara yang peneliti sudah buat diperoleh data sebanyak 6 data yang berasal dari 6 narasumber.

a). Pada aspek respon perilaku 2 subjek merasakan ketegangan fisik, tremor, reaksi terkejut, apabila diingatkan mengenai akan penyusunan skripsi namun jika sudah tidak ada pembahasan dan mengingatkan soal akan penyusunan skripsi mereka tidak begitu cemas. b). Pada aspek kognitif 1 subjek yang diwawancarai mengatakan bahwa perhatian terganggu, konsentrasi buruk, pelupa, saat subjek mempelajari matakuliah yang berhubungan dengan persiapan penyusunan skripsi seperti metodologi penelitian dsb karena menurut subjek matakuliah tersebut sudah cukup sulit. c). Pada aspek afektif 3 subjek mengatakan bahwa mudah terganggu, tidak sabar ingin mengerjakan skripsi namun subjek juga merasa khawatir, dan takut dalam menyusun skripsi, subjek juga mengatakan bahwa merasa belum siap menghadapi skripsi karena menurut subjek mengerjakan skripsi adalah hal yang mengerikan. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti maka dapat disimpulkan bahwa ke-6 mahasiswa-mahasiswi tersebut mengatakan bahwa mereka merasakan kecemasan akan menyusun

skripsi. Hal ini juga penting diteliti karena jika seseorang yang mengalami kecemasan maka akan berpengaruh pada kehidupan yang ditimbulkan oleh adanya perasaan cemas yang berlebihan dengan berbagai tugas akademis. Ketika kecemasan yang dirasakan oleh mahasiswa berlebihan maka akan berpengaruh secara negatif, karena mahasiswa mengalami tekanan psikologis, sehingga mahasiswa tersebut mendapatkan hasil belajar yang kurang baik dan lebih banyak menghindari tugas, hal ini disebabkan oleh penurunan rentang perhatian, konsentrasi dan memori pada mahasiswa.

Menurut Malfasari, dkk (2018) faktor-faktor yang menyebabkan kecemasan dalam penyusunan skripsi terdiri dari 2 faktor yaitu faktor internal adalah kendala atau kesulitan yang menyebabkan kecemasan dialami mahasiswa dalam penyusunan yang bersumber dari diri sendiri seperti merumuskan masalah, mengkonsep isi skripsi, mencari data atau sumber-sumber yang terkait dan menuangkan tulisan ke dalam naskah skripsi. Faktor eksternal adalah kendala atau kesulitan yang menyebabkan kecemasan dialami mahasiswa dalam menyusun skripsi yang bersumber dari luar diri individu misalnya pengajuan judul dimana mahasiswa harus mengajukan judul dengan beberapa syarat dan tahapan, dosen pembimbing, tekanan dari lingkungan dan dalam posisi kuliah sambil bekerja.

Nevid, dkk (2005) menyebutkan beberapa faktor-faktor dalam kecemasan diantaranya adalah, Faktor kognitif mencakup a) Prediksi berlebihan terhadap rasa takut, b) Keyakinan yang dilakukan berdasarkan pertimbangan yang tidak logis, c) Sensitivitas berlebihan terhadap ancaman, d) Salah mengartikan sinyal-sinyal

tubuh, e) Kepercayaan diri yang rendah. Faktor biologis mencakup a) Faktor genetis, dan b) Neurotransmitter.

Pada penelitian ini peneliti memilih kepercayaan diri sebagai variabel bebas. Karena kepercayaan diri sangat penting bagi seseorang. Jika seseorang tidak memiliki kepercayaan diri yang tinggi maka akan kesulitan menjalani kesehariannya salah satunya saat menyusun skripsi pada mahasiswa. Seperti yang ditunjukkan oleh hasil penelitian Kristanto, et al (2014) bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi yang akan menyusun skripsi di universitas mercu buana. Komarudin (2020) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu aspek dari kepribadian kepercayaan diri yang dimiliki oleh siswa merupakan modal dasar yang sangat penting dalam kepribadiannya yang terbentuk melalui proses latihan dan interaksi dengan lingkungan sosial. Menurut Sholiha, (2020) percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis seseorang, dimana individu dapat mengevaluasi keseluruhan dari dirinya sehingga memberi keyakinan kuat pada kemampuan dirinya untuk melakukan tindakan dalam mencapai berbagai tujuan didalam hidupnya.

Menurut Karimi & Saadatmand,(2014) komponen kepercayaan diri terdiri dari: mengevaluasi kemampuan diri, mempelajari pilihan dan keputusan yang tepat, komponen kedua adalah harga diri, rasa hormat dan meyakinkan diri untuk mencapai tujuan, kesuksesan, persahabatan, hormat, cinta dan perilaku sukses martabat. Menurut Khayyirah (2013), kepercayaan diri adalah keyakinan individu dalam memiliki pilihan untuk mengalahkan ketakutan dalam menghadapi keadaan

yang berbeda. Pengertian ini ditegaskan oleh seorang spesialis, khususnya Dr. Anthony dalam Khayyirah (2013) yang mengatakan bahwa kepercayaan diri adalah keyakinan individu yang didapat melalui ucapan dengan dirinya yang bersifat batiniah. Penelitian yang dilakukan oleh Andi (2019) ada hubungan negatif yang signifikan antara kepercayaan diri dan kecemasan pada mahasiswa yang akan menghadapi skripsi di semester VII (tujuh).

Berdasarkan paparan diatas, peneliti ingin meneliti bagaimana hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi yang akan menyusun skripsi di universitas mercu buana.

## **B. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi yang akan menyusun skripsi di universitas mercu buana.

## **C. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik dari segi teoritis maupun praktis

### **1. Dalam Teoritis**

Penelitian ini diharapkan mampu menambah pengetahuan tentang hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan pada mahasiswa psikologi yang akan menyusun skripsi di universitas mercu buana.

### **2. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan edukasi bagi mahasiswa terkait menyusun skripsi melalui peningkatan rasa percaya diri.

