

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan individu yang sedang melakukan proses menimba ilmu yang terdaftar sedang menjalani pendidikan pada suatu institusi pendidikan (Hartaji, 2012). Selain itu, pengertian mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mahasiswa adalah siswa yang belajar pada Perguruan Tinggi (Depdiknas, 2012). Mahasiswa diharapkan dapat lulus dengan baik, sebagai salah satu syarat kelulusan pada mahasiswa tingkat akhir yaitu mengerjakan tugas akhir atau skripsi. Selain itu, mahasiswa juga diwajibkan mengambil skripsi untuk digunakan sebagai persyaratan lulus dari perguruan tinggi dalam menempuh studi minimal 4 tahun dan bisa mendapatkan gelar sarjana (Wirartha, 2006).

Skripsi merupakan sebuah karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa program sarjana pada akhir masa studinya berdasarkan hasil penelitian, atau kajian kepustakaan, atau pengembangan terhadap suatu masalah yang dilakukan secara cermat dan merupakan karya ilmiah yang ditulis berdasarkan hasil penelitian (Darmono & Hasan, 2005). Menurut Wirartha (2006) skripsi tersebut adalah sebagai bukti dimana mahasiswa memiliki kemampuan akademik yang bersangkutan dalam penelitian dengan topik yang sesuai dengan bidangnya.

Dharma (2008) mengatakan bahwa mahasiswa dengan pengerjaan skripsi harus memiliki kemampuan dan keahlian yang baik dalam membuat karya ilmiah tersebut. Dalam proses pengerjaan skripsi terdapat banyak hambatan yang

dialami mahasiswa seperti kurang memiliki pengetahuan tentang metodologi penulisan skripsi, kurangnya buku referensi, kurang memiliki kemampuan dalam menulis karya ilmiah dan hambatan lainnya (Wangid & Sugiyanto, 2013). Selain itu, menurut Gunawati, Hartatim dan Listiara (2006) permasalahan yang dihadapi mahasiswa dalam menyusun tugas akhir adalah kurangnya kemampuan menulis, kemampuan akademik yang kurang memadai, serta kurang adanya ketertarikan mahasiswa dalam penelitian. Hal tersebut dapat membuat mahasiswa merasa terbebani, akibatnya kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi perasaan-perasaan negatif yang menimbulkan ketegangan, kekhawatiran, stres, rendah diri, frustrasi, bahkan kehilangan rasa percaya diri yang akhirnya dapat menyebabkan mahasiswa menunda penyusunan skripsi, bahkan ada yang memutuskan untuk tidak menyelesaikan skripsi dalam beberapa waktu (Mu'tadin, 2002).

Penundaan penyusunan skripsi dapat membuat tertundanya kelulusan mahasiswa dari suatu universitas, namun pihak universitas tentunya memiliki batasan masa studi untuk mahasiswa. Hal tersebut tertulis dalam Peraturan Menteri Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Nomor 44 Tahun 2015 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi, maksimum masa studi untuk program sarjana adalah tujuh tahun. tuntutan yang mewajibkan mahasiswa untuk segera menyelesaikan skripsi dapat menjadi suatu tekanan bagi mahasiswa sehingga bisa mengalami stress (Broto, 2016).

Mahasiswa memerlukan keyakinan diri akan kemampuan mahasiswa dalam menghadapi berbagai tekanan termasuk mengerjakan skripsi. Maka dari itu, untuk

bisa melakukan atau mencapai keberhasilan dalam mengerjakan skripsi mahasiswa harus memiliki *self-efficacy* (Sari, 2018) .

Menurut Cervone (2012) *self-efficacy* adalah ekspektasi dan sebuah keyakinan tentang seberapa jauh individu tersebut mampu melakukan suatu perilaku dengan kemampuan individu. Dengan begitu, karena permasalahan dikaitkan dengan akademik, maka lebih difokuskan pada *setting self-efficacy* akademik, yang dimana menurut Bandura (1997) *self-efficacy* akademik adalah sebuah keyakinan yang dimiliki seseorang tentang kemampuan, keterampilan, kapasitas, atau ilmu untuk mengerjakan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi tantangan akademik. Selain itu, menurut Alwisol (2009) *self-efficacy* akademik merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan menyelesaikan tugas-tugas akademik yang dilakukan atas kesadaran diri tentang bagaimana pentingnya pendidikan, nilai dan harapan pada hasil yang akan dicapai dalam proses belajar.

Cervone (dalam Owen & Froman, 1988) menjelaskan bahwa dimensi *self-efficacy* secara umum tidak dapat digunakan untuk menerka atau menduga *self-efficacy* dalam bidang akademik, hal ini dikarenakan dimensi *self-efficacy* secara umum hanya mengungkap *self-efficacy* secara umum dan tidak spesifik terkait dengan akademik. Oleh karena itu, dalam penelitian yang dilakukan oleh Cervone (dalam Owen & Froman, 1988) menunjukkan dimensi *self-efficacy* akademik yang didasarkan pada tugas-tugas akademik mahasiswa yang terdiri dari tiga bagian, seperti: *overt* (berkaitan dengan tugas-tugas akademik dalam situasi sosial),

cognitive operations (berkaitan dengan kemampuan kognitif), dan *technical skills* (berkaitan dengan kemampuan khusus).

Mahasiswa dengan *self-efficacy* akademik yang tinggi memiliki keyakinan atas kemampuan melakukan sesuatu untuk mengubah keadaan yang ada di sekitarnya (Ghufron & Riswana, 2010). Selain itu, Warsito (2012) menyatakan bahwa mahasiswa yang memiliki *self-efficacy* akademik yang tinggi akan melepaskan seluruh kemampuan yang dimiliki untuk bisa mencapai sesuatu yang diharapkan pada individu tersebut. Menurut Reivich dan Shatter (dalam Hambali & Jaenudin, 2013) *self-efficacy* akademik merupakan suatu keyakinan pada kemampuan diri untuk bisa menghadapi dan memecahkan masalah dengan cara yang efektif. Individu yang memiliki *self-efficacy* akademik yang tinggi juga memiliki komitmen dalam memecahkan sebuah masalah dan tidak akan menyerah ketika strategi yang dilakukan salah dan tidak menyerah ketika hambatan-hambatan terjadi. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Suciningtyas (2016) bahwa *self-efficacy* akademik mempengaruhi motivasi berprestasi mahasiswa, jadi motivasi berprestasi yang tinggi dipengaruhi oleh *self-efficacy* akademik yang tinggi. Oleh karena itu, penelitian tentang *self-efficacy* akademik itu penting untuk diteliti.

Berdasarkan Data Statistik Pendidikan Tinggi Kementerian Riset, Teknologi dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia Kopertis V tahun ajaran 2016/2017 menunjukkan bahwa total jumlah mahasiswa putus sekolah atau yang dikeluarkan dari institut pendidikan adalah 12.425 mahasiswa. Jumlah mahasiswa yang tidak lulus berasal dari mahasiswa yang mengalami keterlambatan masa studi,

menempuh batas maksimal masa studi yang sudah ditentukan atau memiliki permasalahan tertentu seperti penundaan pengerjaan tugas akhir. Data tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa tingkat akhir cenderung memiliki permasalahan dalam bidang akademik terutama pada penyelesaian tugas akhir.

Hasil penelitian Mamesah dan Kusumiati (2019) menunjukkan bahwa dari 51 mahasiswa rantau di Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga memiliki *self-efficacy* akademik dalam kategori sedang (62,78%). Selain itu, hasil penelitian Mayangsari dan Indrawati (2014) menunjukkan bahwa 71 mahasiswa di Universitas

Diponegoro memiliki *self-efficacy* akademik dalam kategori sedang (88,75%). Hasil penelitian Tauhid, Safei, dan Hidayat (2016) menunjukkan 52 mahasiswa Pendidikan Biologi Fakultas Tarbiyah dan Keguruan di UIN Alauddin Makassar memiliki *self-efficacy* akademik dalam kategori sedang (70,27%). Berdasarkan hasil

penelitian-penelitian tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswa cenderung memiliki *self-efficacy* akademik dalam kategori sedang, hal tersebut menunjukkan bahwa masih terdapat permasalahan pada *self-efficacy* akademik pada mahasiswa.

Peneliti melakukan wawancara pada mahasiswa Yogyakarta di beberapa Universitas. Yaitu, Universitas Islam Indonesia (UII), Universitas Ahmad Dahlan (UAD), Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” (UPN), Universitas Negeri

Yogyakarta (UNY), dan Universitas Mercu Buana Yogyakarta (UMBY). Wawancara dilakukan pada tanggal 20 November 2019, 27 November 2019, dan wawancara secara *online* pada tanggal 25 Maret 2020 dan 8 Juni 2020. Hasil wawancara tersebut menunjukkan 7 dari 10 mahasiswa yang diwawancara memiliki *self-efficacy* akademik yang cenderung rendah.

Secara umum, subjek yang diwawancarai menyatakan bahwa subjek menghadapi beberapa kesulitan saat menyusun skripsi. Subjek kesulitan menulis Bab 1 dan Bab 2 dari skripsi karena pada bagian tersebut subjek harus banyak membaca jurnal dan memahami cara menulis alur permasalahan serta dinamika hubungan antar variabel. Subjek juga mengalami kesulitan dalam memahami referensi jurnal yang digunakan untuk penelitian, karena subjek lebih banyak menggunakan jurnal bahasa Inggris.

Selanjutnya wawancara dilakukan berdasarkan aspek-aspek *self-efficacy* akademik. Pada aspek *overt*, subjek mengungkapkan bahwa tugas skripsi sangat sulit untuk dikerjakan dengan keadaan situasi sosial saat-saat ini, subjek harus melakukan bimbingan secara *online* yang secara langsung membuat subjek merasa kelelahan, karena setiap proses pengerjaan skripsi dipenuhi dengan ketidakpastian, dan subjek juga mengakui bahwa subjek ada niatan untuk mengurungkan diri dengan tidak melanjutkan pengerjaan skripsi. Selain itu, karena kondisi situasi sosial yang ada disekeliling subjek (hambatan personal) membuat subjek merasa tidak yakin atas kemampuan diri sendiri untuk bisa segera menuntaskan tugas skripsinya.

Selain itu, salah satu subjek mengaku bahwa banyak sekali target yang diusahakan selain dari skripsi, seperti menaikan IPK agar lulus kuliah dengan nilai yang memuaskan dan lulus dengan waktu yang sewajarnya. Subjek merasa bahwa saat ini adalah waktu terberat karena subjek harus membagi waktu dan memfokuskan diri kepada target yang sudah subjek tentukan. Subjek mengatakan bahwa memfokuskan diri adalah salah satu usaha yang sering kali dilakukan oleh

subjek agar tetap bisa memberikan progres yang terbaik. Subjek mengatakan bahwa kendala yang dihadapi sangat banyak, salah satunya adalah susah untuk meyakini bahwa subjek itu bisa mencapai kedua target itu sekaligus, dan subjek sudah meyakini bahwa subjek akan terlambat untuk lulus kuliah. Selain itu, hambatan tersebut juga datang dari luar diri subjek, namun subjek tetap mengejar target tersebut dengan tidak mencari jalan yang lain. Subjek mengungkapkan bahwa saat ini rasa ketidakmampuan yang ada di dalam diri subjek sangat besar. Walaupun sebenarnya subjek merasa telah melakukan banyak cara untuk bangkit dari masalah yang subjek hadapi saat ini.

Pada aspek *cognitive operations*, dua subjek mengaku bahwa sudah merasa tidak mampu dengan tugas skripsi tersebut. Subjek sadar bahwa skripsi merupakan sebuah kewajiban sebagai mahasiswa yang harus dijalani dan dicapai. Kedua subjek juga mengaku bahwa sudah ada beberapa usaha yang dilakukan, seperti membaca jurnal, membaca *E-Book*, dan juga sering menanyakan kepada senior tentang skripsi yang judulnya memiliki topik yang mirip. Akan tetapi, kedua subjek selalu memikirkan hal negatif yang beranggapan bahwa tidak akan bisa seperti teman-teman yang lain yang memiliki kemampuan baik dalam pembuatan skripsi. Kedua subjek sering menganggap bahwa diri subjek tidak akan bisa atau tidak akan mampu untuk bisa menyelesaikan skripsi tersebut. Sehingga saat ini kedua subjek tersebut memilih untuk berhenti mengerjakan skripsi tersebut sampai merasa bahwa subjek mampu dan sudah siap.

Selain itu, dua orang subjek mengaku bahwa dalam situasi yang sedang terjadi akhir-akhir ini membuat individu sangat terpuruk. Subjek kehilangan rasa

keyakinan dalam diri subjek untuk mengerjakan skripsi. Hal ini, dikarenakan faktor internal subjek masing-masing. Subjek mengatakan bahwa tidak semangat untuk mengerjakan skripsi dan subjek juga menganggap skripsi belum begitu penting saat ini. Selain itu, kedua subjek juga menambahkan bahwa dalam pengerjaan skripsi tersebut juga membutuhkan kecerdasan yang mendasar dan kedua subjek menganggap bahwa mereka tidak memiliki kecerdasan yang mendukung seperti teman-teman lain yang sudah melakukan sidang skripsi dengan begitu cepat. Kecerdasan yang dimaksud kedua subjek itu adalah harus bisa mengerti alur-alur pembuatan skripsi dengan baik, namun kedua subjek menganggap diri mereka tidak memiliki kecerdasan tersebut. Salah satu subjek juga sudah memprediksi bahwa subjek tidak bisa lulus dengan tepat waktu dengan alasan yang masih dipendam oleh subjek itu sendiri.

Pada aspek *technical skills*, salah satu subjek mengungkapkan dengan singkat, bahwa subjek cenderung kesulitan dalam memahami jurnal bahasa Inggris yang digunakan sebagai referensi dalam menulis skripsi. Subjek juga mengaku bahwa subjek mengerjakan skripsi diluar dari kemampuan atau bidang yang ingin ia tekuni. Subjek mengatakan bahwa seperti salah menentukan judul skripsi, sehingga membuat subjek kewalahan dan menunda pengerjaan skripsi tersebut.

Berdasarkan dari deskripsi wawancara tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* akademik pada mahasiswa Yogyakarta cenderung rendah. Hal ini dikarenakan individu mengalami berbagai macam hambatan yang muncul dari dalam diri individu dan juga dari lingkungan (situasi sosial) sehingga membuat pengerjaan skripsi jadi terhambat. Selain itu, individu mengaku masih memiliki

kemampuan serta keyakinan dalam diri yang sangat sedikit jika dibandingkan dengan teman yang lain, sehingga individu menganggap tidak bisa lulus dengan tepat waktu. Keyakinan yang dimiliki mahasiswa untuk menyelesaikan suatu tugas ini biasa disebut dengan *self-efficacy* akademik.

Pada penelitian Permana, Farida, dan Astuti (2016) mengatakan individu yang memiliki *self-efficacy* akademik yang rendah menganggap sebuah tugas sebagai ancaman bagi individu, individu yang seperti ini memiliki tujuan yang rendah serta komitmen yang rendah dalam mencapai tujuan yang mereka tetapkan atau yang diinginkan. Sejalan dengan pendapat Siregar dan Sukatno (2017) bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* rendah cenderung mudah menyerah dalam menghadapi masalah, serta dapat membuat cara berpikir individu menjadi sempit mengenai tujuan yang hendak dicapai termasuk dalam bidang akademik.

Hasil penelitian Mugiarto, Setyowani, dan Tedra (2018) menunjukkan bahwa individu yang memiliki *self-efficacy* cenderung tinggi dapat menyelesaikan tugas dengan baik. Keyakinan akan kemampuan menyelesaikan tugas dengan baik diperlukan mahasiswa untuk mengatasi hambatan-hambatan dalam menyusun tugas termasuk tugas akhir atau skripsi (Sari, 2018). Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwa *self-efficacy* akademik merupakan suatu hal yang penting untuk dimiliki oleh mahasiswa terutama mahasiswa yang sedang menyusun tugas akhir atau skripsi.

Terdapat beberapa faktor penting yang mempengaruhi *self-efficacy* akademik. Berikut ini merupakan faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* akademik (Bandura, 1997): a) Penguasaan pengalaman, sumber pertama dari *self-*

efficacy akademik melalui penguasaan pengalaman, yang lebih kuat untuk meningkatkan *self-efficacy* akademik, dan *self-efficacy* akademik yang tangguh membutuhkan pengalaman dalam mengatasi hambatan melalui usaha dan ketekunan; b) Pengalaman orang lain, sumber kedua dari *self-efficacy* akademik berasal dari pengalaman orang lain, terutama orang-orang yang dianggap sebagai panutan atau orang-orang yang berhasil sehingga meningkatkan keyakinan diri, kemampuan diri; c) Persuasi verbal, bahwa individu yang berpengaruh dalam kehidupan kita seperti orang tua, guru, manajer, atau pelatih dapat memperkuat keyakinan kita bahwa kita harus memiliki upaya yang diperlukan untuk bisa berhasil; d) Keadaan emosional dan fisiologis, Keadaan individu akan mempengaruhi cara individu menilai *self-efficacy* individu tersebut. Misalnya, depresi, cemas, dan merasa takut yang berlebihan. Reaksi atau ketegangan akibat stress, depresi ditafsirkan sebagai tanda kerentanan terhadap kinerja yang buruk, sehingga tidak bisa mendapatkan kepercayaan pada kemampuan individu; e) Pengalaman imajinasi, melalui “pengalaman imajinasi”, dengan seni yang memvisualisasikan individu untuk berperilaku efektif sehingga dapat berhasil dalam situasi tertentu.

Salah satu faktor *self-efficacy* akademik menurut Bandura (1997) adalah keadaan emosional dan fisiologis. Selain itu Bandura (dalam Mukhid, 2009) menyatakan bahwa salah satu sumber utama yang mempengaruhi *self-efficacy* adalah psikologis atau emosi. Bandura menjelaskan lebih lanjut bahwa dalam situasi yang penuh tekanan, pada umumnya orang menunjukkan tanda susah, sakit, lelah, takut dan lain sebagainya. Persepsi seseorang terhadap respon tersebut serta

suasana hati seseorang dapat mempengaruhi *self-efficacy* termasuk *self-efficacy* akademik seseorang. Gross dan John (dalam Syahadat, 2013) menyatakan bahwa kemampuan individu untuk mengelola emosi diperlukan untuk tercapainya suatu keseimbangan emosi. Kemampuan mengelola emosi atau biasa disebut dengan istilah regulasi emosi merupakan pencapaian keseimbangan emosional yang dilakukan oleh seseorang melalui sikap dan perilakunya (Gross, 2007). Menurut Nansi dan Utami (2016) apabila seseorang memiliki kemampuan regulasi emosi atau mampu mengelola emosinya secara efektif, maka seseorang akan memiliki ketahanan yang baik dalam menyikapi suatu masalah serta memiliki keyakinan atas kemampuan yang berasal dari dalam diri individu. Hal tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi keyakinan atas kemampuan yang dimiliki individu atau *self-efficacy*, termasuk dalam bidang akademik. Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan regulasi emosi sebagai faktor yang dapat mempengaruhi *self-efficacy* akademik.

Gross dan John (2003) menyatakan regulasi emosi merupakan suatu kemampuan untuk mengatur dan mengolah pemikiran, perasaan yang dipengaruhi oleh emosi, serta kemampuan individu untuk mengungkapkan dan mengekspresikan emosi yang dimiliki individu. Gross dan Thompson (2007) mengungkapkan regulasi emosi merupakan sebuah reaksi suatu emosi yang diatur sesuai dengan tujuan individu secara otomatis atau dikontrol, disadari dan melibatkan banyak unsur yang bekerja terus menerus sepanjang waktu selain itu regulasi emosi melibatkan perubahan dinamika emosi.

Aspek-aspek regulasi emosi menurut Gross dan John (2003) terdiri dari: a) *cognitive reappraisal* (penilaian kembali) kognitif adalah bentuk perubahan kognitif yang melibatkan menafsirkan situasi yang mampu memunculkan emosi dengan cara mengubah dampak emosional seseorang dan; b) *expressive suppression* (penekanan ekspresif) adalah bentuk modulasi respon yang melibatkan penghambatan perilaku ekspresi emosi yang sedang terjadi.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Robertson, Daffern, dan Bucks (2012), mengatakan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang tinggi mampu berperilaku dengan baik dan menguntungkan dirinya sendiri dan orang lain seperti bekerjasama, membantu satu sama lain, bersahabat, berbagi dan sebagainya. Sebaliknya, seseorang yang memiliki regulasi emosi rendah akan memunculkan dampak negatif dari ketidakmampuan dalam mengendalikan emosi karena kurang memahami emosi yang dirasakan dan kurang memahami kejadian yang individu alami sehingga menyebabkan terjadinya suatu hambatan untuk melakukan modifikasi emosi dalam melakukan penyelesaian masalah yang sedang dihadapi. Selain itu regulasi emosi juga dapat digunakan untuk memodulasi pengalaman emosi positif maupun negatif.

Berdasarkan penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* akademik dapat dipengaruhi oleh regulasi emosi hal ini didukung oleh penelitian dari Gottman (dalam Widuri, 2012) yang menyatakan bahwa dengan melakukan regulasi emosi dalam kehidupan akan berdampak positif baik dalam kesehatan fisik, keberhasilan akademik, kemudahan dalam membina hubungan dengan orang lain serta meningkatkan kemampuan seseorang dalam menyelesaikan suatu tugas.

Kemampuan meregulasi emosi menyebabkan individu lebih memiliki keyakinan pada diri sendiri dan kemampuan diri atau dengan kata lain kemampuan untuk bergantung pada diri sendiri dan memahami kekuatan serta keterbatasan diri. Hal ini, didukung oleh Eisenberg, dkk (2000) menyatakan bahwa regulasi emosi sebagai proses permulaan, pemeliharaan, modulating, intensitas atau lamanya perasaan dan proses emosi yang berhubungan dengan fisiologis, hal-hal tersebut berperan untuk mencapai suatu tujuan tertentu. Selain itu, menurut Farkhaeni (2011) mengatakan bahwa seseorang dengan regulasi emosi yang tinggi akan melakukan hal-hal positif dalam hidupnya. Hal tersebut dapat membuat individu tidak lagi menyalahkan diri individu sendiri ketika terjadi sesuatu yang tidak sesuai dengan harapannya karena, individu tersebut bisa menerima dan menghargai dirinya. Selain itu, seseorang yang mempunyai regulasi emosi tinggi akan melakukan hal-hal yang positif dalam hidupnya. Sehingga, individu sanggup mengenali, mengelola, serta mengekspresikan emosi dengan efektif agar sesuai dengan kejadian di lingkungan sekitar. (Silaen & Dewi, 2015). Menurut Cohen dan Armeli (dalam Anggraini & Desi, 2018) orang yang memiliki tingkat regulasi emosi yang rendah akan memiliki ciri-ciri sensitif, moody, suka gelisah, sering merasa cemas, panik, harga diri rendah, kurang bisa untuk mengontrol diri dan tidak memiliki kemampuan serta keyakinan di dalam dirinya.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa seseorang dengan proses regulasi emosi yang semakin baik maka akan berdampak positif di dalam kehidupan individu tersebut sehingga berpengaruh kepada kemampuan dan keyakinan diri pada tiap individu dalam penyelesaian suatu tugas atau pencapaian

suatu tujuan tertentu. Belum ada penelitian yang menjelaskan secara khusus hubungan yang ada pada proses regulasi emosi dengan *self-efficacy* akademik yang terjadi pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi.

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah, apakah ada hubungan antara regulasi emosi dengan *self-efficacy* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Yogyakarta?

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara regulasi emosi dengan *self-efficacy* akademik pada mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Yogyakarta.

2. Manfaat Penelitian

a. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang regulasi emosi serta *self-efficacy* akademik pada mahasiswa. Penelitian ini juga memberikan sumbangan pengetahuan bagi ilmu psikologi terutama dalam memahami regulasi emosi dalam hubungannya dengan *self-efficacy* akademik. Selain itu penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber acuan bagi peneliti-peneliti selanjutnya, terutama pada bidang psikologi pendidikan.

b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi mahasiswa tingkat akhir mengenai pentingnya meregulasi emosi agar dapat memiliki

self-efficacy akademik yang baik, sehingga dapat menyelesaikan tugas-tugas akademik dengan baik.