

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Saat ini dunia sedang digemparkan dengan wabah baru yaitu *Covid-19*, organisasi kesehatan dunia (WHO) menyatakan bahwa *Covid-19* mulanya berasal dari Wuhan, Tiongkok hingga kemudian menyebar belahan dunia lainnya sejak Desember 2019. Corona virus adalah penyakit yang disebabkan oleh virus yang dapat menyerang hewan dan manusia, virus ini dapat menginfeksi saluran pernafasan manusia mulai dari batuk pilek hingga gejala yang lebih serius seperti virus SARS dan MERS. Saat ini telah ditemukan Corona virus jenis baru yang dapat menyebabkan penyakit jenis baru yang disebut dengan *Covid-19* (*World Health Organization, 2020*).

Penyebaran virus Covid-19 terjadi dengan sangat cepat, proses penyebaran virus ini terjadi apabila terkena percikan-percikan yang berasal dari hidung dan mulut seseorang yang terinfeksi *Covid-19* seperti pada saat bersin, batuk ataupun saat berbicara. Percikan yang mengandung virus tersebut tidak langsung jatuh ketanah dengan cepat melainkan percikan virus tersebut dapat menempel di permukaan benda-benda disekitar pengidapnya sehingga orang lain yang menghirup atau terkena percikan tersebut dapat terinfeksi virus *Covid-19*. Oleh karena itu, perlu menjaga jarak dengan orang lain terutama ditempat kerumunan (WHO, 2020).

Hal ini diperkuat dengan data pada tanggal 11 maret 2020 organisasi kesehatan dunia (WHO) mengungkapkan data bahwa terdapat lebih dari 118.000 kasus yang terjadi di 114 negara, kemudian terdapat 4.291 orang yang meninggal dunia, dan ribuan orang lainnya sedang berjuang hidup dirumah sakit. Berdasarkan data tersebut kasus *Covid-19* diluar tiongkok sudah mengalami peningkatan 13 kali lipat, karena wabah ini menyebar dengan cepat dan dinilai semakin mengkhawatirkan sehingga WHO mengategorikan *Covid-19* sebagai pandemi. Pandemi *Covid-19* sudah menyebar ke berbagai belahan dunia termasuk Indonesia (*“WHO Director-General's opening remarks at the media briefing on COVID-19”*,2020).

Kasus *Covid-19* di Indonesia juga tidak kalah mengkhawatirkan ditandai dengan jumlah kasus positif dan jumlah kematian telah meningkat dan meluas seperti yang terdapat pada data *Covid-19* di Indonesia pada bulan oktober 2020. Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional dan Satuan Tugas Penanganan *Covid-19* (satgas *Covid-19*) mengungkapkan data bahwa semakin tinggi hingga mencapai 373.109 kasus terkonfirmasi. Kasus *Covid-19* pada tanggal 21 Oktober 2020 semakin hari semakin memburuk karena jumlahnya yang semakin bertambah, hal ini dibuktikan oleh data di Indonesia kasus terkonfirmasi di Indonesia terdapat 334.749 positif *Covid-19*, diantaranya terdapat 64.742 orang dalam perawatan, 267.851 orang sembuh dan 12.156 orang meninggal dunia akibat *Covid-19* (Satgas *Covid-19*, 2020).

Banyaknya kasus kian mengkhawatirkan sehingga pemerintah menghimbau seluruh warga melalui website resmi Komite Penanganan COVID-19 dan

*Pemulihan Ekonomi Nasional dan Satuan Tugas Penanganan Covid-19* (satgas *Covid-19*) yang mengatakan bahwa masyarakat di harapkan tidak keluar rumah kecuali karena adanya keperluan mendesak. Apabila harus keluar rumah diharapkan menghindari kerumunan untuk melakukan pembatasan sosial atau *social distancing* (*Komite Penanganan COVID-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional dan Satuan Tugas Penanganan Covid-19, 2020*). Adanya pandemi *Covid-19* ini tentu mengganggu aktivitas sehari-hari seluruh pihak, sebagaimana dengan adanya himbuan untuk tidak melakukan aktivitas diluar rumah dan melakukan *social distancing* sehingga akan berpengaruh dengan proses pembelajaran selama pandemi. Menteri Pendidikan dan Kebudayaan (Mendikbud) Nadiem Anwar Makarim menerbitkan surat edaran terkait Pelaksanaan Pendidikan Dalam Masa Darurat *Coronavirus Disease (Covid-19)*. Salah satu isi yang terdapat dalam surat edarat ini yaitu keputusan untuk melakukan pendidikan secara daring (*online learning*) ini dilakukan oleh berbagai tingkatan jenjang pendidikan sejak tingkat SD, SMP, hingga SMA, tidak terkecuali juga mahasiswa di perguruan tinggi (Kemendikbud, 2020).

Mulai dari siswa di jenjang SD, melakukan pembelajaran secara daring selama pandemi *Covid-19* dibantu oleh orang tua yang menjadi jembatan antara siswa sd dengan sekolahnya sebagai fasilitator dikarenakan siswa SD tidak memiliki alat komunikasi sendiri, siswa SD belum bisa mengoprasikan media teknologi dan informasi secara optimal dan tepat guna (Faradilla, Pefbrianti, dan Hariawan, 2021). Siswa SD dibantu oleh orang tuanya sebagai mediator, motivator, serta tempat berdiskusi dan bertanya saat siswa SD mengalami kesulitan dalam

pemahaman pembelajarannya orang tua berperan membimbing (Anggraeni, Fakhriyah, dan Ahsin , 2021). Sementara itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Lindasari, Nuryani, dan Sukaesih, (2021) menunjukkan bahwa bahwa kecemasan siswa SMP dan SMA menunjukkan bahwa sebagian besar dari responden (57,73%) dalam menjalani proses pembelajaran jarak jauh sudah tidak mengalami kecemasan lagi hal ini dikarenakan para siswa dan siswi sudah mulai dapat beradaptasi dengan kondisi pandemi *Covid-19*. Hal ini berbeda dengan mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam melaksanakan pembelajaran secara daring. Seorang mahasiswa memiliki tantangan tersendiri, diantaranya mahasiswa dianggap sudah lebih dewasa dan lebih bertanggung jawab dibandingkan masa sebelumnya yakni saat menjadi siswa, mahasiswa dituntut untuk dapat bersikap lebih mandiri dalam mengatasi permasalahan dalam situasi pandemi ini (Daulay, 2021).

Mahasiswa merupakan individu yang belajar di perguruan tinggi (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2012). Sedangkan menurut Hurlock (2012) mahasiswa merupakan peserta didik yang berusia 18-25 tahun dan berada di tahap perkembangan remaja akhir dan dewasa awal. Siswoyo (2007) mengungkapkan bahwa mahasiswa mempunyai tingkat intelektualitas yang tinggi dan kecerdasan dalam berfikir. Berfikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa dituntut untuk bisa beradaptasi dengan metode pembelajaran yang baru karena kegiatan pembelajaran merupakan suatu kewajiban yang harus dipenuhi oleh mahasiswa (Rasyida, 2020). Metode pembelajaran baru yang digunakan dimasa

pandemi yaitu pembelajaran daring, seperti *platform microbloging google classroom*, rumah belajar, edmodo, ruang guru, *zenius*, *google suite for education*, *Microsoft Office 365 for education*, sekolahmu, kelas pintar dan lain-lain (Basori, 2013).

Adanya perubahan pembelajaran dari aktifitas belajar mengajar tatap muka secara langsung di ruang kelas menjadi pembelajaran daring tentunya mempengaruhi proses belajar mahasiswa, salah satunya ialah tidak semua bisa menyesuaikan diri dengan metode pembelajaran baru secara daring (Jamaluddin et al., 2020). Masih terdapat mahasiswa yang bingung mengoperasikan teknologi sebagai media dalam proses pembelajaran daring ditambah lagi dengan kendala jaringan dan penggunaan paket internet yang lebih banyak dari biasanya membuat perkuliahan daring menjadi semakin sulit dilakukan namun tetap harus dijalankan (Widodo & Nursaptini, 2020).

Studi terdahulu tentang dampak dari Pandemi *Covid-19* terhadap mahasiswa telah dilakukan oleh Islam et al., (2020) yang memberikan bukti empiris pertama bahwa sebagian besar mahasiswa di Bangladesh telah menderita gejala depresi dan kecemasan selama pandemi yang sedang berlangsung. Selain ketidakpastian akademik dan profesional, ketidakamanan finansial berkontribusi pada munculnya depresi dan kecemasan di kalangan mahasiswa. Sejalan pula dengan hasil penelitian Wenjun, Fang, Hou, Han, Xu, Dong, dan Zheng (2020) yang menjelaskan hal serupa bahwa 24,9 % mahasiswa di China mengalami kecemasan karena wabah ini yang disebabkan oleh stressor seperti kekhawatiran terinfeksi virus *Covid-19*, tinggal jauh dari orang tua, penundaan aktivitas akademik selama pandemi *Covid-*

19, kekhawatiran ekonomi terkait penghasilan keluarga, serta kurangnya dukungan ketika terinfeksi virus *Covid-19*. Berdasarkan beberapa penyebab kecemasan mahasiswa saat pandemi *Covid-19* yang di jelaskan dari beberapa penelitian di atas terdapat hambatan-hambatan yang dapat menjadi *stressor* tersendiri bagi mahasiswa saat pandemi *Covid-19*. Banyaknya *stressor* diatas yang dihadapi oleh mahasiswa akan berdampak pada psikologisnya saat pandemi *Covid-19* salah satunya mahasiswa rentan mengalami kecemasan (Teguh et al., 2020). Kecemasan yang tinggi selama pandemi ini dapat mengganggu aktifitas mahasiswa. Sebaiknya selama masa pandemi mahasiswa juga diajarkan untuk dapat mengelola pikiran dan mengelola diri dengan baik dan tenang sehingga mahasiswa dapat menghadapi situasi pandemi. Selain itu mahasiswa merasa lebih menyenangkan dalam menjalani aktivitas dan tidak mudah mengalami kecemasan (Syavitri, 2020). Akan tetapi, nyatanya pada masa pandemi ini mahasiswa memiliki kecemasan yang sangat tinggi (Teguh et al., 2020) .

Kecemasan adalah suatu keadaan emosional yang mempunyai ciri keterangsangan fisiologis, perasaan tegang yang tidak menyenangkan, dan perasaan aprehensif bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi (Nevid, Rathus & Greene, 2005). Menurut Beck dan Steer (1990), aspek-aspek mengenai kecemasan yaitu *Subjective, Neurophysiologic, Autonomic, Panic related*. Aspek *Subjective* merupakan kecemasan yang didasari oleh rasa takut, tidak merasa nyaman, dan tidak mampu menangani atau mengantisipasi secara langsung. Aspek *Neurophysiologic* merupakan keadaan cemas ditandai dengan adanya peningkatan gejala fisik karena pengaruh dari sistem saraf pusat. Aspek *Autonomic* merupakan

kecemasan ditandai dengan adanya mengalami penurunan gejala fisik karena pengaruh dari sistem syaraf otonom. Sedangkan aspek *Panic related* merupakan rasa cemas terkait yang mengakibatkan kehilangan kendali atau kontrol pada individu.

Studi dari Teguh et al. (2020) yang meneliti tentang dampak psikologis pandemi *Covid-19* terhadap mahasiswa di Kalimantan Tengah menjelaskan bahwa sebanyak 97% pandemik berdampak kepada kondisi kesehatan mental dan psikologis mahasiswa, berupa adanya kecemasan mahasiswa terkait dengan keterlambatan dan pencapaian nilai akademik dan kelulusan tepat waktu. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan informasi untuk tingkat level gejala dari sejumlah responden kepada mahasiswa pria dan wanita dengan menggunakan instrumen *Generalized Anxiety Disorder Scale*. Hasil yang diperoleh bahwa pada level gejala normal yang terdeteksi dini adalah pria sebanyak 27,2% dan wanita sebanyak 22%. Pada level gejala ringan, sejumlah reponden terdeteksi adalah pria sebanyak 29,6% dan wanita sebanyak 34,4%. Pada level gejala berat, dari hasil perhitungan diperoleh yaitu pria sebanyak 22,4% dan wanita sebanyak 19,6% dan gejala sedang didapat pria sebanyak 22,4% dan wanita sebanyak 19,6%.

Penelitian ini merupakan pengembangan dari penelitian yang sudah ada. Peneliti memilih untuk melakukan penelitian tentang kecemasan mahasiswa saat pandemi di Yogyakarta, Yogyakarta sebagai kota Pendidikan terdapat 5 Perguruan Tinggi Negeri dan 120 Perguruan Tinggi swasta sehingga Yogyakarta memiliki jumlah mahasiswa yang lebih banyak dibandingkan kota kota lainnya yaitu jumlah mahasiswa di Perguruan Tinggi baik negeri maupun swasta pada tahun 2019

sebanyak 306.608, pada tahun 2020 sebanyak 387.319 orang, dan pada tahun 2021 sebanyak 387.319 orang (Bappeda.jogjaprovo.go.id). Berdasarkan kajian data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai 9,8% dari jumlah penduduk Indonesia, untuk wilayah D.I Yogyakarta, salah satu penyakit tidak menular yang mengalami kenaikan cukup tinggi yaitu gangguan jiwa berat dan pada hasil Riskesdas tahun 2013 menunjukkan angka gangguan jiwa berat di D.I Yogyakarta masih 2,3 per mil, kemudian pada 5 tahun ini mengalami kenaikan tajam menjadi 10 per mil, artinya setiap 1000 penduduk terdapat satu penderita gangguan jiwa berat/psikosis di D.I Yogyakarta . adapun faktor pemicunya yaitu, tekanan hidup yang cukup berat, pendidikan, media social.

Pendidikan menjadi salah satu faktor pemicu permasalahan psikologis, mahasiswa Yogyakarta sebelum pandemi mengalami perbedaan situasi dengan setelah adanya pandemi *Covid-19*. Berdasarkan penelitian terkait kecemasan mahasiswa sebelum pandemi yang dilakukan oleh Nugroho (2018) yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan mahasiswa Yogyakarta berada pada kategori sedang dan rendah karena mahasiswa dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2020) menjelaskan bahwa mahasiswa pascasarjana Aceh yang kuliah di Yogyakarta mengalami kecemasan selama pandemi *Covid-19* karena bertambahnya *stressor* yang dapat menimbulkan kecemasan sebagai mahasiswa yang tidak dialami sebelum pandemi *Covid-19* seperti kondisi jauh dari keluarga dan orang terdekat, keterbatasan akses



keluar karena ketakutan dan aturan serta kepanikan orang tua hingga menyuruh anaknya segera kembali ke kampung halaman.

Peneliti melakukan wawancara secara *online* tentang kecemasan yang dilakukan pada tanggal 21 Oktober 2020 kepada 8 mahasiswa dari berbagai universitas di Yogyakarta, melalui wawancara ini diperoleh informasi sebagai berikut. Berdasarkan aspek kecemasan yang pertama yaitu aspek *subjective*, terdapat 6 dari 8 mahasiswa yang mempunyai perasaan khawatir jika selama pandemi pembelajaran dilakukan secara daring sedangkan 2 lainnya tidak merasa khawatir dengan perubahan proses pembelajaran selama pandemi. Peneliti menanyakan “Apakah Anda sering mengalami rasa khawatir dan takut dengan pembelajaran selama pandemi *Covid-19*? dan kekhawatiran seperti apa yang anda rasakan?” di jawab :

*“iya mba saya merasa khawatir dan takut dengan pembelajaran selama pandemi ini, saya merasa khawatir dan takut akan sulit memahami materi perkuliahan dan saya juga khawatir tidak dapat mengerjakan tugas serta ujian dengan maksimal”*. (W1, S1, , 29-33)

Peneliti menanyakan : “apakah anda sebagai mengalami cemas selama pandemi *Covid-19* seolah-olah hal buruk akan terjadi?” di jawab :

*“iya mba saya sering mengalami cemas seperti ketika saya telat melakukan absen serta mengumpulkan tugas selama perkuliahan daring, saya juga merasa cemas ketika ditengah-tengah perkuliahan daring jaringan internet saya bermasalah, saya juga cemas serta takut dengan masalah keuangan studi saya karena ekonomi keluarga selama pandemi ini juga terganggu mba, dan juga terinfeksi virus covid-19 yang membuat saya sulit berinteraksi dengan orang orang disekitar saya”*. (W1, S1, 36-43)

Pada aspek *neurophysiologic*, terdapat 5 dari 8 mahasiswa yang mengalami gejala fisik yang dipengaruhi oleh sistem syaraf pusat selama pandemi pembelajaran dilakukan secara daring hal ini terlihat pada saat berada dalam situasi

yang sulit dirinya cenderung terkejut kemudian kesulitan berkonsentrasi. 3 mahasiswa menyatakan bahwa tidak mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi. Peneliti menanyakan : “Dari yang mbak sebutkan tadi, mbakkan mengalami cemas dan khawatir dari berbagai kesulitan selama pandemi ini. Apakah hal tersebut membuat mbaknya mengalami kesulitan berkonsentrasi pada situasi tersebut ?” di jawab :

*“Iya mba saya mengalami kesulitan-kesulitan saat sesi perkuliahan seperti pada saat melakukan pembelajaran daring ketika sedang diberikan pemaparan materi oleh dosen ataupun mahasiswa lain, saya merasa kesulitan berkonsentrasi sehingga kesulitan dalam memahami materi melalui daring kemudian saya saat dosen bertanya kepada saya terkejut karena tidak kontrasi dengan baik sehingga saya akan mengnonaktifkan mikrofon dan kamera.”*

Pada aspek *autonomic*, terdapat 6 dari 8 mahasiswa yang mengalami gejala fisik yang dipengaruhi oleh sistem syaraf otonom. Selama pandemi pembelajaran dilakukan secara daring, hal ini dapat terlihat saat akan melakukan sesuatu seperti persentasi, pada saat berada dalam situasi tersebut cenderung mengalami gejala fisik yang dipengaruhi oleh sistem syaraf otonom seperti mudah berkeringat meskipun tidak panas, peningkatan denyut jantung dan terdapat 2 mahasiswa tidak mengalami hal tersebut. Pada aspek kecemasan yang terakhir yaitu aspek *panic related* 5 dari 8 mahasiswa mengalami cemas yang tandai kehilangan kendali atau kontrol pada dirinya seperti mengalami gemetar.

Berdasarkan beberapa uraian wawancara di atas pada kenyataannya banyak mahasiswa mengalami kecemasan berlebih dengan berbagai penyebab seperti mengalami khawatir dan takut, sulitnya memahami materi selama perkuliahan daring, jaringan internet yang tidak stabil, kesulitan dalam mengerjakan tugas kuliah, nilai yang tidak memuaskan, takut mengalami permasalahan ekonomi dalam

keluarga selama pandemic *Covid-19*, takut berkurangnya interaksi sosial, mengalami kesulitan berkonsentrasi, terkejut, peningkatan denyut jantung, mudah berkeringat dan kesulitan mengendalikan diri sehingga gemetar.

Adanya pandemi *Covid-19* menyebabkan mahasiswa menghadapi banyak kesulitan dalam proses pengerjaan skripsi seperti kesulitan melakukan bimbingan, kesulitan dalam pelaksanaan penelitian lapangan, koneksi yang terkadang menghambat, dan perubahan dalam metode penelitian. Banyaknya tekanan yang dirasakan mahasiswa selama pengerjaan skripsi di tengah pandemi COVID-19 dapat menimbulkan kecemasan (Saraswati et al., 2021). Selain itu *stressor* yang mempengaruhi timbulnya kecemasan pada mahasiswa yaitu mahasiswa yang berpretasi seharusnya sanggup menyelesaikan 3,5 tahun namun terhambat menyelesaikan studinya dengan tepat waktu, karena adanya pandemi ini bisa menambah masa studi hingga 4-5 tahun sehingga kondisi ini dapat meningkatkan jumlah mahasiswa yang *drop out* (Indrawati, 2020)

Berdasarkan pemaparan di atas, kecemasan membuat mahasiswa menjadi tidak tenang dalam menghadapi sesuatu serta memunculkan perilaku penghindaran sehingga akan sulit untuk menyelesaikan tugas dan tantangan yang dihadapinya. Corey (dalam Hayat, 2014) ketika mahasiswa mampu mengatasinya dengan memberikan respon yang normal terhadap situasi yang sedang dialami selama pandemi *Covid-19*, kecemasan tidak selalu harus dihilangkan karena kecemasan juga memiliki peranan untuk dalam perubahan menjadi individu yang lebih baik. Namun pada kenyataannya banyak mahasiswa yang gagal menangani rasa cemasnya seperti pada hasil penelitian Faradilla, Pefbrianti, dan Hariawan, H

(2021) yang menjelaskan dari 73 responden, mayoritas tingkat kecemasan berada pada kategori cemas berat yaitu sebanyak 44 (60.2%) dan strategi mekanisme coping mahasiswa selama masa pandemi *Covid-19* mayoritas berada pada mekanisme coping adaptif yaitu sebanyak 37 (50.5%) responden dan mengakibatkan terganggunya aktivitasnya sebagai mahasiswa.

Menurut Bandura (1997) terdapat faktor-faktor yang dapat mengurangi kecemasan, yaitu (1) efikasi diri merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya saat menanggulangi situasi yang dialami; (2) *outcome expectancy* merupakan kepercayaan individu terhadap kemungkinan terbentuknya akibat-akibat tertentu yang dapatengaruhi individu dalam mengurangi kecemasan. Efikasi diri diketahui memiliki peranan penting terhadap suatu kecemasan Bandura (dalam Gunawan, 2017) menjelaskan efikasi diri dibutuhkan oleh individu untuk mengontrol diri terhadap stressor maupun tekanan yang hadapi individu, salah satu dampak dari adanya stressor yang dialami oleh individu yaitu kecemasan. Individu yang mampu mengontrol dirinya terhadap stressor tidak akan mudah mengalami kecemasan.

Menurut Bandura (1997) efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuannya sendiri bahwa individu tersebut mampu melaksanakan tugas, mencapai tujuan, atau mengatasi situasi. Aspek-aspek efikasi diri adalah Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*), Luas bidang tugas (*Generality*), Tingkat kemantapan, keyakinan, kekuatan (*Strength*). Tingkat kesulitan tugas (*Magnitude*) Aspek ini berkaitan dengan sejauh mana individu dapat menyelesaikan tugas yang dimilikinya, tugas-tugas ini terdiri dari tugas yang memiliki tingkat kesulitan yang

rendah hingga tugas yang memiliki tingkat kesulitan yang tinggi. Luas bidang tugas (*Generality*) aspek ini berhubungan luas bidang tugas tingkah laku yang mana individu merasa yakin akan kemampuannya. Individu dalam aspek ini memiliki keyakinan diri terhadap kemampuannya hanya terbatas pada satu bidang atau mampu menguasai berbagai bidang tugas. Tingkat kemantapan, keyakinan, kekuatan (*Strength*) aspek ini berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Individu dalam aspek ini memiliki keyakinan diri yang kuat sehingga tidak mudah menyerah dan memaksimalkan kemampuannya untuk menyelesaikan tugas tersebut.

Efikasi diri dengan kecemasan adalah dua variabel memiliki keterkaitan satu sama lain (Permana, Harahap, dan Astuti, 2017). Efikasi diri merupakan suatu keyakinan, rasa percaya terhadap kemampuan diri sehingga mampu mendorong seseorang untuk meraih segala sesuatu yang diinginkannya. Jika Individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi tidak akan merasa mudah terbebani, sehingga tidak mudah mengalami kecemasan. Individu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan mudah mengalami kecemasan dikarenakan individu tersebut merasa bahwa segala sesuatu dianggap sebagai sebuah ancaman dan hambatan, sehingga akan sangat baik apabila mahasiswa memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi (Duarsa, Oktafany & Angraini, 2020).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa di masa pandemi *Covid-19*. Maka rumusan masalah dari penelitian ini adakah hubungan antara efikasi diri dan kecemasan pada mahasiswa Yogyakarta saat pandemi *Covid-19*?

## **B. Tujuan dan Manfaat Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan pada mahasiswa Yogyakarta saat pandemi *Covid-19*.

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat secara praktis maupun secara teoritis

### 1. Manfaat secara teoritis

Memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan dibidang psikologi terutama psikologi klinis tentang hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan.

### 2. Manfaat secara praktis

- a. Memberikan informasi bagi mahasiswa tentang pentingnya efikasi diri di kehidupan sehari-hari sehingga dapat terhindar dari kecemasan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi mahasiswa untuk dapat mengenali tanda-tanda kecemasan yang terjadi pada mahasiswa khususnya saat pandemi *covid-19*.
- b. Memberikan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara efikasi diri dengan kecemasan.