

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Mahasiswa dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah pelajar perguruan tinggi. Sedangkan mahasiswa dalam Undang – Undang Republik Indonesia (2012) adalah peserta didik pada jenjang perguruan tinggi. Kemudian, menurut Siswoyo (2007) menyatakan bahwa mahasiswa dapat didefinisikan sebagai individu yang sedang menuntut ilmu ditingkat perguruan tinggi, baik negeri maupun swasta ataupun lembaga lain yang setingkat dengan perguruan tinggi. Mahasiswa dinilai memiliki intelektual yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan perencanaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiswa yang merupakan prinsip saling melengkapi.

Pujosuwarno (dalam Etika & Hasibuan, 2016) menyatakan bahwa masalah umum dan yang paling sering terjadi di universitas adalah masalah pada mahasiswa tingkat akhir. Saat mahasiswa telah menempuh semester akhir dan telah menyelesaikan seluruh mata kuliahnya, mahasiswa dituntut atau diwajibkan untuk membuat suatu karya ilmiah yaitu skripsi (Faradillah, 2013). Skripsi menurut Lipson (2006) adalah karya ilmiah yang disusun oleh mahasiswa. Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah skripsi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana.

Selain itu, menurut Hidayat (2009) skripsi adalah proses pembelajaran bagi mahasiswa untuk mengasah kemampuan analisisnya dalam mengkaji, menganalisis, memecahkan, dan menyimpulkan masalah yang ditelitinya.

Kesulitan-kesulitan saat penyusunan skripsi oleh mahasiswa sering dirasakan sebagai suatu beban yang berat, akibatnya kesulitan yang dirasakan tersebut berkembang menjadi sikap yang negatif yang akhirnya dapat menimbulkan suatu kecemasan (Etika & Hasibuan, 2016). Menurut Nevid, dkk (2014) kecemasan dalam melaksanakan proses pengerjaan skripsi dapat juga disebut sebagai kecemasan mengerjakan skripsi. Oleh karena itu peneliti memfokuskan pada kecemasan mengerjakan skripsi. Nuruzdah (2017) menjelaskan bahwa mahasiswa yang memiliki kecemasan dalam mengerjakan skripsi adalah mahasiswa yang takut hasil tulisan pada skripsinya dievaluasi, merasa cemas saat mengerjakan tugas penulisan skripsi seperti pikiran yang kosong saat menulis skripsi, merasa tidak bisa dan kesulitan menuliskan ide-ide dan pemikirannya dengan jelas di skripsinya. Mahasiswa tersebut juga memiliki anggapan bahwa dia akan gagal saat membuat tulisan seperti merasa kemampuan menulisnya di bawah rata-rata, merasa tidak pandai dalam menulis, dan memperkirakan akan mendapatkan nilai skripsi yang buruk. Hal ini mengakibatkan tertundanya penyusunan skripsi yang mengakibatkan timbul perasaan cemas atau mengalami kecemasan mengerjakan skripsi (Yulian, 2017).

Kecemasan itu sendiri didefinisikan Ghufro dan Risnawita (2012) sebagai pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang.

Nevid dkk (2014) menjelaskan bahwa kecemasan adalah kondisi umum dari ketakutan atau perasaan tidak nyaman. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan merupakan pengalaman yang tidak menyenangkan atau perasaan tidak nyaman mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang.

Yulian (2017) menjelaskan bahwa setiap individu mengalami kecemasan yang berbeda-beda, salah satunya kecemasan mengerjakan skripsi. Menurut Nuruzdah (2017) kecemasan dalam mengerjakan skripsi adalah perasaan khawatir mahasiswa terhadap proses mengerjakan skripsi dengan sulit berkonsentrasi, tertekan, dan skripsi dianggap beban yang terus dipikirkannya. Berdasarkan penjelasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa kecemasan mengerjakan skripsi adalah perasaan tertekan yang dialami mahasiswa dalam menjalani kegiatan penyusunan skripsi sehingga mudah pusing, kebingungan apa saja yang harus di kerjakan, dan mudah menyerah untuk menyelesaikan skripsinya.

Terdapat aspek-aspek kecemasan secara umum sebagai acuan peneliti. Kemudian, kecemasan ini diukur oleh peneliti yang memfokuskan pada kecemasan dalam mengerjakan skripsi. Aspek-aspek kecemasan secara umum menurut Deffenbacher & Hazaleus (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) yaitu; 1). Kekhawatiran (*worry*) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya. 2). Emosionalitas (*imosionality*) sebagai reaksi diri terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang. 3). Gangguan dan

hambatan dalam menyelesaikan tugas (*task generated interference*) merupakan kecenderungan yang dialami seseorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

Berdasarkan hasil penelitian Maziyah (2015) yang berjudul hubungan dukungan sosial dengan tingkat kecemasan dalam mengerjakan skripsi pada mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) NU Tuban memberikan hasil bahwa terdapat 94 mahasiswa yang diterima dalam pengajuan judul. Sedangkan waktu yang diberikan oleh pihak kampus hanya tiga bulan masa pembuatan proposal skripsi. Beriringnya waktu satu bulan, masih tersisa 20 mahasiswa yang belum diterima judulnya. Hasil penelitian Maziyah (2015) menunjukkan bahwa hal tersebut membuat para mahasiswa merasa cemas yaitu bingung apa yang harus ditulis dalam skripsinya, merasa rendah diri, kepercayaan diri menurun, tidak bisa berpikir terbuka merasa pikirannya buntu sehingga ide-ide tidak bisa dituangkan dalam skripsi, putus asa, dan khawatir dalam menyelesaikan skripsi nantinya akan lancar ataukah tidak, serta ketakutan dan kekhawatiran akan ditinggal dalam praktikum dan profesi sehingga kecemasan yang dirasakan membuat proses pengerjaan skripsi lebih lama karena kurang fokus serta kesulitan untuk memulai apa yang harus dilakukannya dalam penyusunan skripsi. Hasil penelitian Inayahtul'ain (2018) menunjukkan bahwa dari total 98 mahasiswa, mahasiswa Bimbingan dan Konseling Universitas Negeri Yogyakarta yang mengisi skala kecemasan menyusun skripsi, 13 mahasiswa diantaranya atau 13,2% memiliki kecemasan menyusun skripsi yang termasuk dalam kategori tinggi, 81 mahasiswa atau 82,6% memiliki kecemasan

menyusun skripsi pada kategori sedang, serta 4 mahasiswa atau 4,2% memiliki kecemasan menyusun skripsi pada kategori rendah. Berdasarkan data tersebut, dapat disimpulkan bahwa masih banyak mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi sehingga dapat mengancam mahasiswa untuk drop out dari kampusnya.

Sejalan dengan data yang sudah dijelaskan sebelumnya, berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 02 Januari 2020 terhadap mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi di Yogyakarta menggunakan aspek-aspek Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) yaitu aspek-aspek tersebut adalah aspek kekhawatiran (worry), emosionalitas (emotionality), gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (task generated interference). Diperoleh 8 dari 10 mahasiswa pada aspek kekhawatiran mengatakan selalu merasa akan ada kegagalan di dirinya, subjek merasa selama ini banyak kurangnya didalam diri mereka, subjek merasa teman-teman ataupun orang lain lebih baik dari dirinya, merasa bodoh dan ada kekhawatiran bertemu dengan dosen pembimbing seperti takut adanya penolakan sehingga tidak sepenuhnya atau tidak maksimal mengerjakan skripsi karena ada perasaan khawatir. Pada aspek emosionalitas, 6 dari 10 subjek mengatakan sulit mengontrol diri ketika mengerjakan skripsi maupun bertemu dosen maka jantung berdebar-debar, keringat dingin dan tegang sebelum bertemu dengan dosen pembimbing ataupun ditanya mengenai skripsi oleh orang-orang sekitar sehingga kondisi ini membuat subjek sulit menangkap apa saja yang direvisi oleh dosen dan revisian menjadi semakin banyak. Pada aspek gangguan dan hambatan dalam

menyelesaikan tugas, 9 dari 10 subjek mengatakan terlalu sering memikirkan skripsi dan berlarut-larut dalam kebingungan membuat daya menyelesaikan tugas menurun seperti tidak fokus, bingung memutuskan pendapat, mood tidak stabil, dan lari dari tugas yang seharusnya yaitu memilih untuk bermain bersama teman barulah mengerjakan skripsi bahkan menunda untuk mengerjakannya. Berdasarkan hasil wawancara maka dapat disimpulkan bahwa masih banyak yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi yang dilihat dari aspek-aspek kecemasan yang dikemukakan Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) yaitu kekhawatiran (worry), emosionalitas (emosionality), gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (task generated interference).

Hasil wawancara yang menunjukkan subjek mengalami kecemasan didukung pula berdasarkan teori Bucklew (dalam Siska, Sudardjo & Purnamaningsih, 2003) yang yaitu tanda-tanda kecemasan bisa dilihat dari dua sisi, yaitu: a). Tingkat psikologis, seperti tegang, bingung, khawatir, sulit berkonsentrasi, dll b). Tingkat fisiologis, yaitu kecemasan yang sudah mempengaruhi fisik, terutama fungsi sistem syaraf seperti sukar tidur, jantung berdebar, keringat berlebihan, sering gemetar dan perut mual. Menurut Ayub (dalam Rahmawati & Pratama, 2016) orang dengan gangguan kecemasan akan susah berkonsentrasi dan bersosialisasi sehingga akan menjadi kendala dalam menjalankan fungsi sosial, pekerjaan dan peranannya, sehingga berbagai langkah pencegahan dan penanggulangan harus segera dilakukan.

Nuruzdah (2017) berpendapat bahwa seharusnya mahasiswa mampu mengelola kecemasan yang dimiliki dalam mengerjakan skripsi sehingga mahasiswa yang dapat

mengatur tingkat kecemasannya dengan baik menjadikannya tidak mudah tertekan ketika dihadapkan revisian dalam proses pengerjaan skripsi, mampu menjelaskan skripsinya saat berhadapan dengan dosen pembimbing, dan dapat berkonsentrasi untuk mengerjakan skripsinya. Menurut Deasyanti dan Nuruzdah (2017) mahasiswa juga seharusnya mampu mengatasi kecemasan sehingga dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik, namun pada kenyataan di lapangan banyak mahasiswa yang tidak mampu mengatasi kecemasan. Listanto dan Demak (2015) menjelaskan bahwa kecemasan dalam proses menyusun skripsi merupakan topik yang penting untuk dikaji, karena mahasiswa yang cemas akan mudah gugup ketika terdapat revisi, mudah khawatir, terus memikirkan yang dapat menimbulkan stres, bahkan menjadi putus asa untuk lulus tepat pada waktunya. Listanto dan Demak (2015) menjelaskan lebih lanjut, apabila mahasiswa memiliki kecemasan yang rendah maka akan mudah untuk menyerap setiap pendapat dosen dan lebih fokus dalam pengerjaan skripsi sehingga dapat terselesaikan dengan baik.

Sarason (dalam Djiwandono, 2002) menjelaskan bahwa terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya kecemasan yaitu keyakinan diri, dukungan sosial, dan modelling. dari faktor-faktor tersebut, maka peneliti memilih dukungan sosial. Sarason (dalam Djiwandono, 2002) menjelaskan lebih lanjut, bahwa dukungan sosial adalah bentuk perhatian, penghargaan, semangat, penerimaan, maupun pertolongan yang dirasakan individu. Kurangnya dukungan sosial menjadikan individu merasa sendiri dan tidak ada yang bisa mengerti dirinya, sehingga dapat menimbulkan kecemasan ketika menghadapi tantangan yang berat dalam hidupnya.

Menurut Sarafino dan Smith (2011) dukungan bisa berasal dari banyak sumber - pasangan atau kekasih, keluarga, teman, dokter, atau organisasi komunitas. Rodin dan Slovey (dalam Nursalam & Kurniawati, 2007) menjelaskan bahwa dukungan sosial terutama dalam konteks hubungan yang akrab atau kualitas hubungan keluarga merupakan sumber dukungan sosial yang paling penting. Sehingga, peneliti memfokuskan dukungan sosial keluarga sebagai variabel bebas dalam penelitian ini.

Dukungan sosial merupakan kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan individu yang diterima dari orang lain atau kelompoknya (Sarafino, 2006). Taylor (2012) menjelaskan bahwa dukungan sosial mengacu pada persepsi atau pengalaman bahwa seseorang dicintai, dirawat oleh orang lain, dihargai dan di hormati yang menjadi bagian dari jaringan sosial yang saling membantu. Menurut Brigita (dalam Rozakoh, 2008) dukungan sosial dapat berasal dari berbagai pihak seperti orang tua, keluarga, teman, pasangan, rekan kerja, maupun atasan. Tarmidi dan Rambe (2010) berpendapat bahwa setiap dukungan yang diberikan sangat mendorong individu dalam menjalani kehidupannya dan salah satu dukungan yang berperan besar bagi kesuksesan akademis adalah dukungan yang didapatkan dari keluarga. Pramuditha (2013) mendefinisikan dukungan sosial keluarga sebagai pemberian bantuan yang berasal dari keluarga berupa motivasi, informasi, finansial, maupun emosional yang dapat menenangkan dan memberikan kehangatan bagi keluarganya.

Aspek-aspek dukungan sosial menurut Sarafino (2006) yaitu ; 1) dukungan emosional melibatkan ekspresi rasa empati dan perhatian terhadap individu, sehingga

individu tersebut merasa nyaman, dicintai dan diperhatikan. 2) dukungan penghargaan melibatkan ekspresi yang berupa pernyataan setuju dan penilaian positif terhadap ide-ide, perasaan dan performa orang lain. 3) dukungan instrumental melibatkan bantuan langsung, misalnya yang berupa bantuan finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu. 4) dukungan informasi bersifat informasi ini dapat berupa saran, pengarahan dan umpan balik tentang bagaimana cara memecahkan persoalan.

Dukungan keluarga merupakan dukungan sosial yang diberikan keluarga mulai dari emosional hingga informasi agar anggota keluarga merasa diperhatikan dan semangat menjalani aktivitasnya (Tarmidi dan Rambe (2010). Lasri dan Pratiwi (2014) menjelaskan bahwa dukungan keluarga dapat berkorelasi dengan berbagai variabel, salah satunya adalah kecemasan. Inayahtul'ain (2018) menjelaskan kurangnya dukungan yang diberikan oleh keluarga, akan menimbulkan kecemasan yang menghambat proses pembuatan skripsi. Pendapat tersebut juga didukung oleh Afriani (2018) yaitu dukungan keluarga yang kurang dirasakan mahasiswa akan membuatnya merasa tidak diperhatikan, sulit merasakan kasih sayang, merasa tidak dihargai, dan kehilangan dorongan dari orang lain untuk menghadapi kegiatan akademiknya. Lebih lanjut, Afriani (2018) berpendapat bahwa kondisi ini membuat mahasiswa mudah putus asa ketika terjadi kesulitan mengerjakan skripsi yang pada akhirnya timbulkan kecemasan mengerjakan skripsi. Inayahtul'ain (2018) menjelaskan kecemasan menjadikan mahasiswa memiliki rasa khawatir, mudah pusing, lelah, bahkan putus asa untuk lulus tepat pada waktunya.

Berdasarkan uraian diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa di Yogyakarta ?”

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

### **1. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa di Yogyakarta.

### **2. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan pada penelitian ini antara lain :

#### **a. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bermanfaat bagi ilmu psikologi, khususnya psikologi pendidikan dengan mengungkap lebih jauh tentang dukungan sosial keluarga dan kecemasan mengerjakan skripsi serta kedua hubungan antara kedua konsep tersebut.

#### **b. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah untuk dapat memberikan informasi tentang pentingnya faktor dukungan sosial keluarga yang dapat mempengaruhi kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa, sehingga dapat memberikan masukan secara tidak langsung kepada mahasiswa yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsinya.