**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL KELUARGA DENGAN KECEMASAN MENGERJAKAN SKRIPSI PADA MAHASISWA DI YOGYAKARTA**

**Meidy Andika Riswandha**

Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta

meidyandika@gmail.com

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa di Yogyakarta yang sedang mengerjakan skripsi. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Karakteristik subjek penelitian yaitu mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi dan tercatat aktif sebagai mahasiswa. Data yang dikumpulkan menggunakan Skala Kecemasan dan Skala Dukungan Sosial Keluarga. Berdasarkan hasil analisis, diperoleh nilai korelasi sebesar -0,750 dengan p = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Diterimanya hipotesis dalam penelitian ini memberikan koefisien determinasi (R²) sebesar 0,562. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan sebesar 56,2% terhadap variabel kecemasan dan sisanya 43,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor keyakinan diri, modelling, lingkungan, emosi, dan sebab-sebab fisik.

**Kata kunci :** kecemasan, dukungan sosial keluarga

*This study aims to determine the relationship between family social support with anxiety in students in Yogyakarta who are working on thesis. The hypothesis proposed in this study is that there is a relationship between family social support and anxiety. Characteristics of research subjects are students who are working on their thesis and are active as students. Data collected uses the Anxiety Scale and Family Social Support Scale. Based on the results of the analysis, a correlation value of -0.750 was obtained with p = 0.000. This shows that there is a significant negative relationship between family social support and anxiety. Acceptance of the hypothesis in this study provides a coefficient of determination (R ²) of 0.562. This shows that the family social support variable contributed 56.2% to the anxiety variable and the remaining 43.8% was influenced by other factors not examined in this study such as self-confidence, modeling, the environment, emotions, and physical cause.*

***Keywords:*** *anxiety, family social support*

**PENDAHULUAN**

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 kerencanaaan dalam bertindak. Berpikir kritis dan bertindak dengan cepat dan tepat merupakan sifat yang cenderung melekat pada diri setiap mahasiwa yang merupakan prinsip saling melengkapi.

Pujosuwarno (dalam Etika & Hasibuan, 2016) masalah yang umum dan yang paling sering terjadi di Universitas adalah pada masalah 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 ya.ng disusun oleh mahasiswa. Semua mahasiswa wajib mengambil mata kuliah skripsi sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana. Sedangkan skripsi menurut Hidayat (2009) 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 dan hilangnya motivasi (Etika & Hasibuan,2016). Menurut Nuruzdah (2017) mahasiswa yang memiliki kecemasan dalam menulis 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 (Yulian, 2017).

Menurut Ghufron & Risnawita (2012) kecemasan merupakan pengalaman subjektif yang tidak menyenangkan mengenai kekhawatiran atau ketegangan berupa perasaan cemas, tegang, dan emosi yang dialami oleh seseorang. Kecemasan juga dapat di artikan sebagai respon normal terhadap ancaman, tetapi kecemasan menjadi abnormal ketika kecemasan melebihi proporsi dari ancaman yang sebenarnya, atau ketika kecemasan muncul tanpa sebab-yakni, bila bukan merupakam respons terhadap perubahan lingkungan. Kemudian, menurut

Terdapat aspek-aspek kecemasan menurut Deffenbacher & Hazaleus (dalam Ghufron & 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) menunjukkan bahwa dalam pengajuan judul skripsi hanya terdapat empat mahasiswa yang diterima judulnya, dan tersisa 94 mahasiswa. Sedangkan waktu yang diberikan oleh pihak kampus hanya tiga bulan masa pembuatan proposal skripsi. Beriringnya waktu satu bulan, masih tersisa 20 mahasiswa yang belum di terima judulnya. Hal ini membuat para mahasiswa merasa cemas yaitu merasa 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 praklinik dan profesi. Nurhindazah (2016) menjelaskan di Universitas Mulawarman, 823 mahasiswa terancam di-drop out karena belum menyelesaikan beban studinya dengan masa studi yang sudah ditetapkan. Fenomena mahasiswa terancam drop out juga terdapat di Universitas Hasanuddin, terdapat 370 mahasiswa tahun 2008 yang akan di-drop out karena belum menyelesaikan studinya atau skripsinya. Hasil penelitian Inayahtul’ain (2018) menunjukan 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 kategeori 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 bnyak mahssiswa yang mengalami kecemasan dalam mengerjakan skripsi sehinggan dapat mengancam mahasiswa untuk drop out dari kampusnya.

Sejalan dengan data yang sudah dijelaskan sebelumnya, berdasarkan hasil wawancara pada tanggal 02 Januari 2020 dengan yang sedang mengerjakan skripsi di Yogyakarta mengunakan aspek-aspek Deffenbacher dan Hazaleus (dalam Ghufron &amp; Risnawita,2012). 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 stabi, 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 Ghufron &amp; Risnawita,2012) yaitu kekhawatiran (worry), emosionalitas (emosionality), gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (task generated interference).

Seharusnya atau harapannya dalam kegiatan perkuliahan yang sudah dilaksanakan sebelumnya, mahasiswa tentunya sudah mempersiapkan diri dengan kegiatan kuliah yang sudah dilakukan, teori-teori yang sudah dipelajari, sehingga mahasiswa mampu untuk menghadapi skripsi sebagaimana syarat untuk kelulusan (Inayahtul’ain,2018). Listanto dan Demak (2015) menjelaskan 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 & 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). 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 emosial 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 diperdulikan 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 dipedulikan, 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 ?”

**METODE**

Metode pengumpulan data penelitian ini dengan menggunakan skala yaitu Skala Kecemasan dan SkalaDukungan Sosial Keluarga. Keriteria subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa aktif yang mengerjakan skripsi lebih dari. Pengambilan subjek dalam penelitian ini menggunakan *Sampling Purporsive*. Jumlah subjek dalam penelitian ini sebanyak 100 subjek.

Metode pengumpulan data penelitian ini dengan menggunakan dua skala yaitu Skala Kecemasan dan Skala Dukungan Sosial Keluarga. Bentuk skala yang digunakan adalah model skala likert dengan 4 alternatif jawaban yaitu: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Berdasarkan hasil perhitungan dari Skala Kecemasan diperoleh koefisien reliabilitas alpha (α) sebesar 0.867 dan Skala Dukungan Sosial Keluarga diperoleh koefisien reliabilitas alpha (α) sebesar 0.908. Teknik analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan metode korelasi *Product Moment* yang di kembangkan oleh Karl Pearson (Sugiyono, 2016).

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa di Yogyakarta. Hasil analisis *product moment* menunjukkan koefisien korelasi (rxy) sebesar -0,750 dengan p = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial keluarga maka semakin rendah kecemasan pada mahasiswa. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga maka semakin tinggi kecemasan pada mahasiswa, ssehingga hipotesis dalam penelitian ini dapat diterima.

Hasil penelitian ini didukung hasil penelitian yang dilakukan Lasri dan Pratiwi (2014) mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa yang mengerjakan skripsi di program studi ilmu keperawatan Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. Hasil penelitian Afriani (2018) menunjukkan hal yang sama bahwa terdapat hubungan dukungan keluarga terhadap kecemasan mahasiswa dalam penyusunan tugas akhir skripsi. Pramuditha (2013) menjelaskan dukungan sosial keluarga sebagai pemberian bantuan yang berasal dari keluarga berupa motivasi, informasi, finansial, maupun emosional yang dapat menenangkan dan memberikan kehangatan bagi keluarganya. Afriani (2018) berpendapat bahwa dukungan keluarga yang kurang dirasakan mahasiswa akan membuatnya merasa tidak dipedulikan, 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. Sarafino (2006) berpendapat bahwa dukungan sosisal terbagi menjadi empat aspek yaitu dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi.

Pertama, aspek dukungan emosional menurut Hurlock (2004) dukungan emosional keluarga yang berupa penerimaan, perhatian, dan rasa percaya akan meningkatkan kebahagian dalam diri. Puspitaningrum (2017) berpendapat bahwa rendahnya dukungan emosional membuat mahasiswa mudah mengalami kesepian, merasa tidak ada orang lain yang mengerti dirinya, dan smenganggap dirinya tidak diberikan kasih sayang oleh orang lain maupun keluarganya, sehingga mahasiswa akan mengalami kecemasan dalam menjalani studi dan salah satunya dalam mengerjakan skripsi yaitu mudah tertekan, kelelahan, dan sulit untuk tidur yang membuat fokusnya menurun saat mengerjakan skripsi.

Aspek kedua, dukungan penghargaan merupakan seseornag yang diberikan penghargaan akan merasa tenang, diperhatikan, dicintai, timbul dan kompeten karena mendaptkan penghargaan dari keluarganya (Sarafino, 2006). Widigda dan Setyaningrum (2018) menjelaskan bahwa kurangnya dukungan penghargaan membuat seseorang merasa diabaikan, tidak diberikan dorongan untuk menjalani aktivitasnya, dan merasa resah karena tidak ada orang yang memberikan motivasi untuk melakukan berbagai hal yang dianggapnya sulit. Hendrianur (2015) menjelaskan kurangnya dukungan penghargaan tersebut membuat seseorang mudah mengalami kecemasan, dimana seseorang terus menerus memikirkan peristiwa buruk di kehidupannya (seperti proses pengerjaan skripsi yang belum terseleseikan, mudah menyerah, dan sulit mengerjakan tugas-tugasnya secara optimal.

Aspek ketiga, dukungan instrumental adalah bantuan langsung finansial atau bantuan dalam mengerjakan tugas-tugas tertentu seperti buku maupun fasilitas lainnya (Sarafino, 2006). Menurut Widigda dan Setyaningrum (2018) apabila mahasiswa tidak diberikan fasilitas yang baik berupa buku, materi, mapun fasilitas lain penunjang kuliahnya maka akan merasakan kekhawatiran karena tidak terpenuhi kebutuhannya. Afriani (2018) berpendapat kekhawatiran yang berlangsung lama dapat menimbulkan kecemasan bagi mahasiswa terlebih mahasiswa yang sedang mengerjakan skripsi akan lebih tertekan karena memiliki beban yang lebih besar untuk mencapai kelulusan tepat pada waktunya, kecemasan ini menjadikan mahawiswa kurang fokus mengerjakan revisian yang diberikan dosen, dan hasil pengerjaan revisian skripsi tidak maksimal.

Aspek keempat, dukungan informasi merupakan pemberian saran, sugesti, informasi yang dapat digunakan untuk mengatasi suatu masalah yang bermanfaat karena memberikan sugesti pada individu (Sarafino, 2006). Astuti dan Hartati (2013) menyatakan bahwa mahasiswa rendahnya dukungan informasi menjadikan seseorang kekuranagn pengetahuan, merasa keluarga tidak mampu memberikan dukungan saran yang membangun untuknya, dan tidak mendapatkan solusi yang tepat jika bertanya pada keluarganya, sehingga informasi yang kurang membuat mahasiswa mudah cemas yang dapat membuatnya kecewa karena salah mengambil keputusan, mudah tertekan yang membuatnya menunda tugas-tugas (salah satunya merevisi skripsi), dan mudah merasa pusing karena tugas yang dikerjakannya belum terselesaikan dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa subjek penelitian memiliki tingkat Kecemasan berada dalam kategori tinggi sebesar 45% (45 subjek), sedang sebesar 29% (29 subjek), dan rendah sebesar 31% (31 subjek). Selanjutnya, hasil kategorisasi Skala Dukungan Sosial Keluarga menunjukkan bahwa subjek yang berada dalam kategori tinggi sebesar 28% (28 subjek), sedang sebesar 32% (32 subjek), dan rendah sebesar 40% (40 subjek), sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar subjek memiliki dukungan sosial keluarga dalam kategori rendah dan kecemasan dalam kategori tinggi.

**KESIMPULAN**

Hasil analisis korelasi *product moment* (*pearson correlation*) diperoleh koefisien korelasi (rxy) = -0,750 dengan p = 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negtif yang signifikan antara dukungan sosial keluarga dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa di Yogyakarta. Artinya, semakin tinggi dukungan sosial membuat mahasiswa menerima berbagai dukungan berupa saran dari keluarga yang membangun, fasilitas, maupun secara emosional agar tetap semangat mengerjakan skripsi, sehingga dukungan yang diberikan dapat menurunkan tingkat kecemasan mahasiswa dan lebih bersungguh-sungguh untuk menyelesaikan skripsinya. Sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial keluarga membuat mahasiswa merasa tidak diperhatikan keluarganya ketika meminta bantuan saran dan merasa tidak didukung secara emosional dengan kata-kata yang dapat menenangkannya ketika mengerjakan skripsi, sehingga dapat menimbulkan kecemasan ketika dihadapkan dengan proses pengerjaan skripsi dengan mudah tertekan karena tidak ada orang yang menjadi motivasinya, mudah lelah, bahkan merasakan sakit dibagian tubuh tertentu seperti bagian kepala yang membuatnya sulit berkonsentrasi unutk menyelesaikan skripsinya dengan baik.

Hasil penelitian ini juga menunjukan koefesien determinasi (R²) yang diperoleh sebesar 0,562. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel dukungan sosial keluarga memberikan sumbangan sebesar 56,2% terhadap variabel kecemasan dan sisanya 43,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor keyakinan diri, modelling, lingkungan, emosi, dan sebab-sebab fisik.

**SARAN**

1. Bagi subjek

Bagi subjek, diharapkan untuk dapat menurunkan tingkat kecemasannya yaitu dengan berinteraksi lebih personal dengan keluarga agar mendapatkan dukungan sosial dari keluarga seperti berinteraksi secara intens untuk memberitahukan progress skripsi, mengajak keluarga berdiskusi ketika terjadi hambatan dalam skripsi, dan jangan takut untuk meminta pendapat keluarga agar skripsi dapat terselesaikan dengan baik.

1. Bagi keluarga

Bagi keluarga, diharapkan lebih memperhatikan tingkat kecemasan anggotanya yang sedang menghadapi skripsi yaitu dengan memberikan dukungan sosial berupa fasilitas yang dibuthkan seperti buku maupun materi, memberikan saran yang tepat, memberikan kata-kata motivasi agar bersungguh-sungguh mengerjakan skrips, dan memberikan perhatian terhadap kebutuhan apa saja yang bida dibantu keluarga untuk memenuhinya.

1. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat meneliti faktor-faktor lain yang memungkinkan memiliki hubungan dengan kecemasan seperti faktor keyakinan diri, modelling, lingkungan, emosi, dan sebab-sebab fisik, sehingga dapat mengetahui lebih banyak lagi variabel apa saja yang mempengaruhi terjadinya kecemasan. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan untuk meneliti dengan menggunakan subjek dan tempat penelitian yang berbeda sehingga dapat memberikan sumbangan yang lebih banyak untuk ilmu pengetahuan.

**DAFTAR PUSTAKA**

Angraini, L., & Edwina, J. (2015). Hubungan Antara Dukungan Ibu dengan Kecemasan Menghadapi Menarche (Menstruasi Pertama) pada Masa Anak Prapubertas. Jurnal Insight, 17(2), 91-108.

Baron*, R.A., &* Byrne*, D.(*2005*).* *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.

Darmawan.R. (2014). *Hubungan Antara Kecerdasan Emosi Dengan Kecemasan Sebelum Menghadapi Pertandingan Pada Atlet Futsal.* Naskah Publikasi: Univ. Muhammadiyah Surakarta.

Deasyanti. & Nuruzdah, M. (2017). Orientasi Tujuan Menyusun Skripsi dan Kecemasan dalam Menyusun Skripsi Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Psikologi, 6*(2), 77-82.

Dolan. P., Canavan. J., & Pinkerton, J. (2006). *Family Support as Revlective Practice*. USA: Jessica Kingsley Publishers.

Etika, N., & Hasibuan, WF. (2016). Deskripsi Masalah Mahasiswa Yang Sedang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal Kopasta, 3*(1), 40-52

Evitasari, N. (2016). *Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Siswa SMA Inklusi.* Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Friedman. M.M. (1998). *Keperawatan Keluarga: Teori dan Praktik.* Jakarta: EGC.

Ghufron, M.N., & Risnawita, R.S. (2012). *Teori-Teori Psikologi.*Yogyakarta: Ar-Ruzz Media.

Goleman, D. (2018). *Emotional Intelligence*.Jakarta: PT Gramedia.

Kaplan, H.I & Sadock, B.J. (2007). *Sinopsis Psikiatri Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis.* Jakarta: Bina Rupa Aksara.

Leary, M. R., & Tangney, J. P. (2012). *Handbook of Self and Identity*. USA: The Guilford Press.

Lipson, C. (2006). *Cite Right: A Quick Guide to Citation Styles-MLA, APA, Chicago, The Sciences, Professions, and More.* London: The University of Chicago Press.

Marliyah, dkk. (2004). Persepsi Terhadap Dukungan Orang Tua dan Pembuatan Keputusan Karir Remaja. *Jurnal Provitae, 1*(2), 59-81

Nevid, J.S., Rathus. S.A., & Greene, B.(2002). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga.

Olson, M. & Hergenhahn, B. (2013). *Pengantar Teori-Teori Kepribadian Edisi 8.* Yogyakarta: Pustaka Belajar.

Puspitaningrum, K.(2018). Pengaruh dukungan sosial orang tua terhadap burnout pada mahasiswa dalam mengerjakan skripsi. *Jurnal riset bimbingan dan konseling, 4*(10),615-625.

Retnoningsih, D., & Suharso, M. (2005). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Semarang: Widya Karya

Safaria, T., & Saputra, N.E.(2012). *Manajemen Emosi*. Jakarta: PT Bumi Aksara.

Sarafino, E.P., & Smith, T.W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial.* New Jersey : John&Wiley&Sons, Inc

Suparman. S. (2019). Hubungan Self Esteem Terhadap level kecemasan Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Agama Kristen. *Journal of Theology and Christian Education, 1*(1), 87-97.

Susilawati, D. (2013)*.* Hubungan Dukungan Keluarga dengan Tingkat Kecemasan Penderita Kanker Serviks Paliatif di RSUD dr Sardjito. *Jurnal Keperawatan 4*(2), 87-99.

Tarmidi & Rambe. (2010). *Korelasi antara dukungan sosial orang tua dan Self-Directed Learning pada siswa SMA.Jurnal Psikologi, 37*(2),216-223.

Taylor, S.E.,.(2018). *Health psychology 8th Edition*. New York: McGraw-Hill Education.

Undang-Undang Republik Indonesia. (2012). *Pendidikan Tinggi. Presiden Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012.*

Winkel, W.S., & Sri, H.(2006). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan Edisi Revisi.* Yogyakarta: Media Abadi.

Wiramihardja, S. (2005). *Pengantar Psikologi Abnormal.* Bandung: Refika Aditama.

Yudiati, Y., & Rahayu. L., (2016). Hubungan Antara Coping Stres Dengan Kecemasan Pada Orang-Orang Yang Mengidap HIV/AIDS Yang Menjalani Tes Darah Dan VCT.*Jurnal Psikodemensia, 15*(2), 337-350.

Yulinda, P.D., & Sudarta.CM. (2017). Latihan Yoga Dapat Menurunkan Tingkat Kecemasan Pada Siklus Menstruasi Remaja Putri. *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia, 5*(1), 20-26.